

Ніжинський державний університет
імені Миколи Гоголя

Сватенкова Т. І.

**ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ПСИХОЛОГА:
ТИМЧАСОВІ ДИТЯЧІ ТА ПІДЛІТКОВІ ГРУПИ**

*Навчальний посібник
для студентів вищих навчальних закладів
III–IV рівнів акредитації
для спеціальності "Психологія"*

Ніжин
2019

УДК 159.99

C24

Рекомендовано Вченою радою

Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя

(НДУ ім. М. Гоголя)

Протокол № 11 від 25.04.2019 р.

Сватенкова Т. І.

- C24 Професійна діяльність психолога: тимчасові дитячі та підліткові групи: навчальний посібник для студентів навчальних закладів III–IV рівнів акредитації для спеціальності "Психологія". Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2019. 247 с.

У навчальному посібнику проаналізовано теоретико-методологічний та практичний внесок вчених-психологів у розробку питання забезпечення реалізації діяльності практичного психолога у тимчасовому дитячому об'єднанні. Представлено навчальний матеріал, що дозволяє студентам узагальнити та систематизувати знання, отримані протягом попереднього періоду. Систематизовано основні методи і форми роботи практичного психолога відповідно віковим та психологічним особливостям дитини, що перебуває у тимчасовій групі. Важливим є представлення комплексу діагностичних процедур і тренінгових занять із дітьми згідно віку.

Посібник може використовуватися студентами для вивчення таких навчальних дисциплін, як "Психологія спілкування", "Практикум з групової психокорекції", "Основи психологічної практики", "Практикум з психології", а також при підготовці до проходження діагностичної та стажувальної практики студентами.

УДК 159.99

© Сватенкова Т. І., 2019

© НДУ ім. М. Гоголя, 2019

ЗМІСТ

Вступ	5
 Розділ 1. Особливості стихійного та цілеспрямованого впливу на особистість дитини в умовах перебування в тимчасовому дитячому об'єднанні	7
§1 Структура тимчасового дитячого об'єднання	7
§2 Психологічні особливості спілкування в тимчасовому дитячому колективі	10
§3 Етапи розвитку тимчасового дитячого колективу	15
§4 Актуальність роботи практичного психолога з тимчасовою дитячою групою в умовах оздоровчого табору	18
§5 Напрями роботи з групами дітей залежно від віку	23
Питання для самоперевірки та самоконтролю	24
 Розділ 2. Особливості роботи практичного психолога з дітьми молодшого шкільного віку	25
§1 Психологічні особливості розвитку особистості в молодшому шкільному віці (6–10 років)	25
§2 Індивідуальна робота практичного психолога з молодшими школярами	34
§3 Робота практичного психолога з групою молодших школярів	41
§4 Тренінгова програма для молодших школярів	42
Питання для самоперевірки та самоконтролю	61
 Розділ 3. Особливості роботи практичного психолога з дітьми середнього шкільного віку	62
§1 Психологічні особливості молодшого підліткового віку	62

§2 Індивідуальна робота практичного психолога з молодшими підлітками	75
§3 Особливості реалізації індивідуальної роботи з підлітками в залежності від типу темпераменту та акцентуації	83
§4 Педагогічно занедбані підлітки.....	97
§5 Міжособистісні конфлікти молодших підлітків у таборі	100
§6 Тренінгова програма для молодших підлітків.....	106
Питання для самоперевірки та самоконтролю.....	127
 Розділ 4. Напрями та особливості роботи практичного психолога	
з дітьми старшого підліткового віку	128
§1 Психологічні та вікові особливості розвитку особистості у старшому підлітковому віці	128
§2 Основні індивідуальні та групові складності розвитку старшого підлітка	130
§3 Напрямки та форми роботи практичного психолога з тимчасовою дитячою групою старших підлітків.....	142
§4 Тренінгова програма для старших підлітків	153
Питання для самоперевірки та самоконтролю.....	181
 Література	182
Додатки	192

Вступ

В умовах динаміки сучасних економічних і соціальних процесів постійно збільшується навантаження на школярів, яким необхідний повноцінний відпочинок. Проблему оздоровлення та повноцінного відпочинку дітей ефективно вирішують дитячі оздоровчі табори. Проте в літній період важливим є не тільки вирішення завдань оздоровлення і відпочинку дітей, а й організація психологічної допомоги дітям у вирішенні актуальних проблем входження у тимчасовий дитячий колектив та адаптації особистості, поліпшення навичок спілкування, підвищення самооцінки, самореалізації та виявлення лідерських якостей кожного. Тому організація роботи практичного психолога в умовах тимчасових дитячих та підліткових груп сьогодні стає все більш актуальною.

Зі вступом дитини до тимчасового дитячого колективу змінюється її соціальна ситуація розвитку. Зміна соціальної ситуації розвитку, що відбувається в молодшому шкільному віці, та зміна провідного типу діяльності, на думку Л.С. Виготського, сприяє становленню якісно нових відносин між дитиною і колективом, між дитиною і дорослим. Певні відносини із дорослими й ровесниками формуються на основі того, як дитина взаємодіє з іншими, виконує доручення, поводить у групі, з дорослими, однолітками, виявляє або не виявляє готовність виконувати доручення інших людей. Отже, соціальна ситуація дитини залежить від рівня задоволення соціальних потреб дитини, які реалізуються в межах взаємодії "дорослий – дитина" і "дитина – дитина". Це об'єктивне становище дитини суб'єктивно й адекватно чи менш адекватно проявляється в настрої домінуючих переживань, емоційному ставленні до тимчасової групи, табору і дозвілєвого процесу.

Питання реалізації цілеспрямованої соціально-психологічної та організаційно-педагогічної роботи фахівців в умовах дитячих таборів почало активно вивчатися у 80-90 рр. XX сторіччя і на сьогоднішній день висвітлено у працях Данилкова А.А., Данилкової Н.С., Гавриліної Є.В., Кавізіної К.М., Карасьової Н.А., Кедрової Н.Б., Кисельова М.М., Кисельової Є.В., Лиманської

Е.Г., Мірошник І.М., Овчарової Р.В., Рогова Є.І., Руденкової Г.І., Смушук Н.С., Соболю І.М., Третякова О.Є., Третякової С.Н., Чуніхіної Л.В. та ін.

І хоча проблема надання психологічної допомоги (Бондаренко О.Ф., Газман Л.Я., Дубровіна І.В., Хухлаєва О. В. та ін.) і організація психологічної служби у системі вітчизняної освіти і науки (Амінов М.О., Венгер Л.А., Дубровіна І.В., Замазій Ю.О., Котова І.Б., Марінушкіна О.Є., Молоканов М.В., Немов Р.С., Прихожан А.М., Рогов Є.І., Панок В.Г., Романова Н.Ф. та ін.) на теперішній час розглянута досить широко, питання спеціальної підготовки та організації роботи практичного психолога, які б могли забезпечити реалізацію ефективного психологічного супроводу в умовах закладів позашкільної освіти, а також в умовах перебування дітей у тимчасових дитячих групах, досліджені недостатньо і потребують більш детального вивчення.

Отож, даний посібник було створено на базі результатів дослідження специфіки взаємодії практичного психолога із тимчасовими дитячими і підлітковими групами в умовах реалізації програми змістовного дозвілля і відпочинку протягом 2015–2018 років. Посібник може використовуватися студентами для вивчення таких навчальних дисциплін, як "Психологія спілкування", "Практикум з групової психокорекції", "Основи психологічної практики", "Практикум з психології", а також при підготовці до проходження діагностичної та стажувальної практики студентами.

Розділ 1. Особливості стихійного та цілеспрямованого впливу на особистість дитини в умовах перебування у тимчасовому дитячому об'єднанні

§1 Структура тимчасового дитячого об'єднання.

Одним із дослідників, що розглядали проблему вивчення дитячих колективів та їх взаємостосунків, був Г. Фортунатов. Автор висвітлював важливість та самостійність проблеми дитячих колективів. Він зробив спробу вперше класифікувати типи колективів. Дослідник стверджував, що колектив не є звичайним збігом індивідуумів, він завжди є системою співіснуючих особистостей і при цьому характеризується наявністю не просто об'єднуючих, але й організованих у єдине ціле моментів.

Заслуговує уваги й думка відомого дослідника Г.А. Рокова про те, що дитячий колектив має організуюче значення. У групі дітей, що граються на майданчику, швидко встановлюються ті норми поведінки та спілкування, які ніколи не складуться в умовах суворого контакту на уроках [86, 34].

За Г. Фортунатовим, колектив визначається як "реально існуюча сукупність особистостей, які поєднані однією спільною діяльністю, виконанням соціальних завдань в процесі тривалої взаємодії та спілкування" [104, 12]. Автор робить перші спроби дати характеристику членам тимчасового колективу через аналіз особливостей їх поведінки та деяких характерологічних якостей. Ці особливості дітей мають великий вплив на формування процесів внутрішнього колективного спілкування. Діти розподіляються на такі групи[там же]:

- 1) цілеспрямовані вожаки та організатори;
- 2) активісти, які мають високу ініціативність при необов'язковій твердості їх характеру;
- 3) виконавці;
- 4) одинаки, що живуть своїм окремим життям;

5) бунтарі, які вступають у боротьбу проти вожаків та встановлених правил поведінки;

6) "затравлені" члени колективу.

Ці групи учнів, вступаючи у взаємодію між собою, активно формують стиль та особливості спілкування в колективі.

Тимчасове дитяче об'єднання як різновид дитячого колективу, що створюються в умовах дитячих оздоровчих таборів, має низку особливостей, які вирізняють їх з-поміж дитячих колективів загальноосвітніх навчальних закладів, спортивно-оздоровчих і творчих центрів тощо. У свою чергу подібні особливості, а ще й зростаючий соціальний запит з боку батьків, педагогів обумовлюють особливі вимоги до роботи та особистості фахівця психологічної служби табору. Тому проблема забезпечення цієї галузі кваліфікованими спеціалістами актуалізує питання розробки та вдосконалення системи професійної підготовки майбутніх психологів, які надалі зможуть успішно реалізувати себе в роботі з дітьми в умовах тимчасового дитячого об'єднання.

Тимчасове дитяче об'єднання – це об'єднання дітей на основі спільної корисної діяльності (наприклад, навчання, громадської діяльності, спорту, туризму, відпочинку, дозвілля, оздоровлення тощо).

Найважливіші ознаки, властиві будь-якому об'єднанню людей, – єдність мети, певна організація спільної діяльності – характерні також і для тимчасового дитячого колективу та відрізняють його від дружньої компанії. На відміну від колективу дорослих, дитячий колектив перебуває під керівництвом старших наставників.

У сучасній літературі дається таке визначення дитячого виховного колективу: "виховний колектив – це таке об'єднання дітей, життя і діяльність якого мотивується здоровими соціальними прагненнями, у якому ефективно функціонують органи самоврядування, а міжособистісні стосунки характеризуються високою організованістю, відповідною залежністю, прагненням до загального успіху, багатством духовних взаємовідносин та

інтересів, що забезпечує свободу і захищеність кожної особистості" [108, 320-321].

Вивчення взаємостосунків у тимчасовій дитячій групі, проведене в руслі соціометрії, показало, що між дітьми існують складні відносини, які несуть на собі відбиток реальних соціальних впливів, що існують і в дорослому світі. Декілька досліджень дитячих колективів виявили певні фактори, які, як вважають їх автори, пов'язані з утворенням малих груп. Жан Морено відмічав, що діти молодшого шкільного віку утворюють доволі стабільні колективи й що членам цих груп надається певний статус у відповідності до престижу, розумового розвитку й сімейного достатку членів колективу[25, 83].

Усова А.П. пише, що одним із головних факторів розвитку суспільного виховання є саме дитина, яка виступає перед нами головним чином як особистість, що живе своїм життям, як член маленького дитячого суспільства з його інтересами, потребами, зв'язками, що завойовує якесь місце в цьому суспільстві[21, 18]. На думку Т.В. Драгунової, спілкування з близьким товаришем виділяється в абсолютно особливу діяльність[29, 4]. Вона існує як самостійна діяльність, яка може бути названа діяльністю спілкування. Предметом цієї діяльності є інша людина – товариш-одноліток як людина.

Таким чином, група однолітків лише тоді є сприятливим для дитини середовищем, коли статус особистості у групі достатньо високий або такий, що задовольняє потреби дитини. Місце в системі відносин залежить від різних рис характеру дитини, у тому числі, і від таких, як товариськість, здатність зрозуміти іншого, швидко орієнтуватися в обстановці, що склалася. Спостереження показують, що нерідко в групі між дітьми виникають взаємини, які не тільки не сприяють формуванню атмосфери взаємоповаги і порозуміння один з одним, але, навпаки, ведуть до розвитку протилежних якостей. Не всім дітям комфортно перебувати в середовищі однолітків, не для всіх тут сприятливий психологічний клімат. У тимчасовій дитячій групі є кілька надзвичайно активних дітей, яких наставники нерідко вважають ядром групи, на них спираються в організаційно-дозвіллевій роботі. У той же час в групі є

діти, які знаходяться в підпорядкуванні перших. Така поляризація погано відбивається на розвитку особистості.

Будь-який тимчасовий дитячий колектив диференціюється на групи і підгрупи, причому на різні, не співпадаючи одна з одною за ознаками. По-перше існує соціальне розшарування, що виявляється як у нерівності матеріальних можливостей, так і в характері життєвих планів, рівні домагань і способів їх реалізації в дітей. Іноді ці групи практично не спілкуються один з одним. По-друге, складається особлива внутрішньогрупова ієрархія, заснована на офіційному статусі дітей у кожній групі або приналежності до "активу". По-третє, відбувається диференціація авторитетів, статусів і престижу на основі неофіційних цінностей, прийнятих у самому тимчасовому дитячому об'єднанні та дозвіллевому середовищі. Виявляється різниця в становищі лідерів та аутсайдерів.

Що стосується лідерства, то в тимчасових дитячих групах є офіційний лідер, що посідає керівні посади, і не завжди буває найавторитетнішою людиною в колективі. Часто його висувують не діти, а дорослі. У стихійних же групах лідером може бути лише той, хто володіє реальним авторитетом.

Крім місця відповідно у своїй команді, дитина є членом референтної групи, тобто тієї групи, яка відповідає його віковим потребам.

Організація та забезпечення належного функціонування тимчасових дитячих груп в умовах оздоровчого табору задовольняють у дитини в першу чергу потребу у вільному спілкуванні, не регламентованому дорослими. Вільне спілкування – це не просто спосіб проведення дозвілля, але й засіб самовираження, встановлення нових людських контактів. Приналежність до певної компанії підвищує упевненість в собі і дає додаткові можливості самоствердження.

§2 Психологічні особливості спілкування у тимчасовому дитячому колективі. Спілкування – складний процес, у якому виділяють три взаємопов'язані аспекти – комунікативний, інтерактивний і перцептивний.

Комунікативний аспект спілкування – це обмін між його учасниками різною інформацією: знаннями, думками, почуттями тощо. Головним засобом спілкування особистості в даному випадку є мовлення – використання мови – процес, що виступає водночас і носієм знань, і знаряддям пізнавальної діяльності. Тому спілкування – не лише передача інформації, а й її створення. Про це, зокрема, свідчить аналіз висловлювань – суджень, які в зв'язку з особливостями побудови процесу спілкування стають ланками своєрідного ланцюга, який створює особистість, що розмовляє. Вони несуть у собі власні значення і смисли, а також значення і смисли висловлювань співрозмовника. При цьому висловлювання не втілюється у слові, як слід було б сподіватися, а народжується в ньому. Усе це робить мовне спілкування дітей багаторівневим процесом: він дає змогу дітям не лише обмінюватись інформацією, а й творити її, розкриваючи при цьому зміст не лише своєї свідомості, а й несвідомого.

Істотну роль у спілкування дітей відіграють також немовні засоби: жести, міміка, пантоміміка, манери триматися, зовнішній вигляд (одяг, зачіска), темп мовлення, інтонування, паузи тощо. Важливим є "контакт очима" який дає можливість зрозуміти сенс повідомлення, який передається емоціями співрозмовника. Крім того, невербальні засоби є джерелом зворотного зв'язку у спілкуванні – необхідної умови функціонування колективу.

Інтерактивний аспект спілкування характеризує організацію мовленнєвої діяльності між його суб'єктами. Спілкування у такому випадку може бути кооперацією або ж конкуренцією. Хоча конкуренція сприяє ефективності спільної діяльності, але часто супроводжується конфліктами, які негативно позначаються на спільній діяльності дитячої групи в цілому і на емоційному стані кожного учасника окремо. Психологи розробили низку дій, спрямованих на подолання конфліктів у дитячих колективах, та використання їх як джерела активності. Найоптимальнішою є кооперація, оскільки вона передбачає взаємодопомогу, докладання зусиль. Способам ефективної взаємодії діти навчаються на тренінгових заняттях, що мають проводитися не тільки в школі, а й у рамках роботи дитячого табору. Це сприяє розвитку адаптивного

потенціалу дитини, розвиває комунікативну компетентність, організаторські здібності, розкриває нові можливості розвитку особистості дитини в умовах перебування в тимчасовому дитячому колективі.

Рівень спілкування залежить від характеру стосунків, що склалися між учасниками взаємодії, тобто колективом певного загону (групи, команди). Видаляють три рівні комунікативної взаємодії: соціальний, діловий і духовний. Соціальний рівень комунікації у групі – це такий рівень взаємодії, у процесі якого діти ставляться один до одного відповідно до визначених соціальних норм поведінки. Діловий рівень комунікативної взаємодії – це коли спільна діяльність характеризується насамперед змістом конкретної ситуації, що викликає потребу спілкування. Духовний рівень – це взаємодія, засобами якої є не лише значення, а й смисли спілкування. Це співпереживання і взаємопроникнення учасників спілкування у внутрішній світ один одного. Діти дуже чутливі до думок та почуттів товаришів, вони активно допоможуть та переживатимуть разом з ними проблеми й турботи.

Також має місце наслідування – повторення зразків поведінки, що їх демонструють значимі люди. Найяскравіше це виявляється в дитячому віці. Через те, що діти легко підпадають під вплив дорослих та авторитетних однолітків.

Перцептивний аспект спілкування характеризує особливості сприймання і взаєморозуміння партнерами один одного.

Ідентифікація – уподібнення себе іншому, спроба поставити себе на його місце, проникнути в систему його смислів. Цей засіб виникає у процесі несвідомого наслідування дитиною поведінки свого товариша, проте надалі він набуває форми особливої внутрішньої ідентифікації, що тісно пов'язана з емпатією – здатністю перейматися емоційними станами іншої людини шляхом співпереживання. Якщо ідентифікація – раціональний момент побудови образу людини, то емпатія – афективний.

Рефлексія у процесі спілкування – це спосіб порозумітися, виходячи з уявлень про себе та свій досвід. Ця взаємозалежність посилюється за умови

спільної діяльності в колективі. Коли ж люди мало знайомі, образ часто будується на підставі зовнішніх, до того ж малоінформативних ознак. Це можна спостерігати з приходом "новачка" до усталеного колективу.

Симпатія, дружба – це основні види стосунків між дітьми в умовах тимчасового колективу. Симпатія – більш-менш стійке емоційно-позитивне ставлення людини до тих, хто відповідає її еталону привабливості. Сюди входять певні уявлення про зовнішність, манеру триматися, говорити тощо. На перших етапах спілкування переважають фізичні складові цього еталону (симпатичними здаються красиві люди). Посилюють симпатію такі якості особистості, як привітність, доброзичливість, уважність, освіченість тощо.

Дружба – це вибіркове емоційно насичене ставлення однієї дитини до іншої. З другом діляться думками, цінностями, переживаннями, враженнями, йому допомагають, будучи впевненими в аналогічному ставленні до себе. Особливого значення дружба набуває в молодшому віці, адже, потрапивши у нове середовище, діти прагнуть мати опору та однодумців. Переважна більшість дітей дружить з особами своєї статі, віку, соціального становища, з подібними індивідуально-психологічними особливостями й поглядами. Проте при цьому нерідко перебільшують значення ступеня взаємності і розуміння іншого. Кожен схильний вважати себе активнішим у виявленні емоційної підтримки і добровільної допомоги другові.

З того моменту як дитина потрапила у групу однолітків, її індивідуальний розвиток вже не можна розглядати та вивчати поза межами стосунків з іншими членами колективу. Саме тут на основі досвіду спілкування з друзями закладаються основи моральних якостей особистості.

Розвиток та поглиблення потреби у спілкуванні яскраво проявляється у дітей у тому, що з кожним днем стосунки між ними стають усе більш стійкими. Виникає дружба, вивченню якої приділяється велика увага.

Навіть далеко не повний аналіз ситуацій, які складаються в процесі спілкування між дітьми в колективі, показує, що взаємостосунки між дітьми в тимчасовому колективі являють собою актуальну психолого-педагогічну

проблему. Щоб її розв'язати, необхідно базуватись на наступних принципових положеннях.

По-перше, взаємостосунки між дітьми у тимчасових групах треба розглядати як цілісну систему зі своєю внутрішньою структурою й динамікою розвитку. Необхідно вивчати ставлення кожного члена групи до усіх інших учасників. Не можна обмежуватись вузьким аналізом групи близьких друзів, адже дружня компанія – це невелика за обсягом група. Окрім того, відносини дітей, які дружать один з одним, потребують дослідження, так як між ними складаються не лише комунікативні зв'язки. Необхідно вивчити, яке місце займають дружні пари у загальній системі відносин та як вони впливають на процес спілкування у тимчасовому дитячому колективі.

Взагалі, у тимчасовій групі виникає глибока перебудова усієї структури взаємостосунків між дітьми, які вже мають своїх друзів у цьому колективі, що приїхали в табір не вперше, і дітьми, що вперше відвідали табір та скористалися можливістю проявити себе по-новому, набути собі важливий статус і значення у групі. Підвищилось прагнення не лише до встановлення особистісних контактів. Діти прагнуть знайти у колективі, у стосунках з товаришами якесь своє місце – не просто бути поряд, а бути визнаним товаришами.

Звичайно, у дитини вже є прагнення зайняти певне положення у системі колективних відносин, але часто діти важко переживають невідповідність між бажаннями в цій області й фактичним станом речей.

У подальшому системи відносин розвиваються не однаково. Одні з них свідомо постійно будуються старшими наставниками. Саме вони визначають ділові відносини в колективі та їх розвиток. Система особистих відносин, яка виникає на базі особистих симпатій дітей, не має ніякого офіційного оформлення, її структура складається зсередини, стихійно. У цьому випадку практичному психологу важливо скорегувати систему емоційних, ділових та структурно-формальних стосунків у системі "наставник-діти", "дитина-колектив" та "дитина-дитина". Структура цих стосунків має бути партнерською взаємодією, де існують взаємоповага, взаємодопомога, підтримка, порозуміння і прийняття іншого.

§3 Етапи розвитку тимчасового дитячого колективу. Як відзначає академік Б.Т. Лихачов, дитячий виховний колектив, за умови умілої його організації, характеризується багатством і різноманітністю змісту, видів, форм громадсько-корисної діяльності в суспільстві[50, 411]. За допомогою виховного колективу дитина входить у життя суспільства.

Періоди розвитку тимчасового дитячого колективу – це періоди переважаючих психологічних станів, у відповідності з якими будуються діяльність і спілкування в загоні протягом зміни.

1. Період адаптації та інформаційного пошуку. Це період початкового формування відносин. Психологічний стан колективу – це стан очікування, загального емоційного напруження, пов'язаного з нестачею інформації і почуттям незахищеності, викликаного незвичним середовищем. Міжособистісні стосунки складаються стихійно, на рівні симпатій. Загальна емоційна атмосфера – збуджено-піднесена, панує "піднесений настрій", але існує напруга, пов'язана з дефіцитом важливої інформації.

- Потреби дітей у цей період: потреба в адаптації до нових умов, тобто в інформації про норми, вимоги, перспективи нового колективу, про своє становище в ньому, а також потреба у "впізнаванні" території табору, пошук друзів за спільністю інтересів, цінностей, мотивів поведінки.

- Структура тимчасового об'єднання дітей. Офіційна – складається в результаті організації діяльності. Неофіційна – дуже ситуативна і складається у двійки, трійки дітей, базуючись в основному на побутовому рівні.

- Основна функція наставника – організаторська. Він виступає носієм тих норм, вимог, традицій табору, які мають стати надбанням колективу. Потрібно в цей період уміло поєднати безпосереднє та опосередковане керівництво.

2. Період ділового співробітництва. Це період зміцнення організаційної структури колективу. Настає цей період відразу після того, як сформовано тимчасове самоврядування, кожен вибрав для себе роль і місце у тимчасовому дитячому колективі, сферу індивідуальної відповідальності, визначено перспективи на зміну, вироблені в загоні закони життя і стосунків. Цей період

має стати своєрідним фундаментом для розвитку відносин в колективі. Домінуюча потреба дітей – реалізувати себе в структурі. Спілкування носить діловий, діяльний характер. Структура загону: офіційна – активно співпрацює з наставником; неофіційна – з'являються окремі групки, пов'язані спільною оцінкою ситуації у команді та характером ставлення до певних осіб (формальних чи неформальних лідерів) у команді чи в таборі загалом.

3. Період прихованих внутрішніх конфліктів. Розвиток тимчасового дитячого об'єднання (колективу, команди, загону) у напрямку бажаної згуртованості зазнає не тільки прогресивних змін, але й певних кризових моментів. Попередження психологом і наставником подібної кризи допомагає вивести загін на новий рівень – утворення команди в повному розумінні даного терміну як об'єднання однодумців, які керуються спільною метою.

На тлі формально діючої офіційної структури у відносинах з'являються внутрішні конфлікти, що характеризуються відсутністю єдності, пасивним ставленням до діяльності і напругою в міжособистісних стосунках. На цей період домінуючих потреб немає. Є потреби, які об'єднують дітей в окремі групи за спільністю мотивів, інтересів і цінностей. Зміст міжособистісного спілкування – неофіційне обговорення існуючих порядків і не прийнятих в групу дітей (тобто плітки).

Стан дітей у цей період мінливо-тривожний:

- напруга у деяких пов'язана з почуттям самотності і незахищеності;
- байдужість інших пов'язана з крахом сподівань;
- активність, пов'язана зі зміцненням лідерської позиції;
- незадоволеність роз'єднаністю загону в тих, хто відразу прийняв закони відносин, перспективи діяльності і задану структуру команди.

4. Період морально-вольового напруження. Домінуюча потреба цього періоду у дітей – подолати існуючу в загоні напругу та ситуацію роз'єднання. Відповідно і стан можна охарактеризувати як морально-вольове напруження.

Тимчасово актуальність міжособистісного спілкування відступає на другий план, поступаючись місцем спілкуванню щодо спільної діяльності. У

неофіційній структурі намічається відкрите спілкування попередньо замкнених груп.

5. Період спільної творчої діяльності та розвитку. Успішна діяльність щодо об'єднання команди спонукає до подальшого творчого спілкування. Члени колективу прагнуть досягнення успіху в спільній діяльності, що має суспільний сенс, у яку включаються всі групи. Психологічний стан колективу характеризується задоволенням колективною творчістю.

Домінуюча потреба цього періоду характеризується бажанням досягнення успіху у творчості, пошуком свого місця в загальному творчому процесі табору. Діяльність, різноманітна колективно-творча, спонукає до творчого пошуку і самовизначення колективу в боротьбі за успіх. Творча співпраця кожної команди – це період найбільшого розвитку ініціативи і самодіяльності. Відбувається переоцінка цінностей, значущим стає те, що сприяє загальному успіху і приносить користь оточуючим.

6. Період соціально-гармонійних відносин. До таких стосунків у загоні можна прийти тільки через ідейну єдність, тобто усвідомлення та утвердження ідеї, яку поділяють усі. Це вищий тип колективних відносин, у яких кожен є цінністю, особистістю, кожен рівнозначно необхідний і важливий для команди.

Усередині колективу, який досяг високого рівня розвитку, виникають такі психологічні явища, коли переживання однієї дитини викликають у інших не просто співчуття, а й активні альтруїстичні дії, прагнення надати безкорисливу допомогу і співчуття. Домінуюча потреба на даному етапі розвитку тимчасового дитячого об'єднання – підтвердити свої найкращі якості, самоствердитися за рахунок здійснення добрих вчинків. Зміст міжособистісного спілкування всередині групи – це турбота один про одного, готовність допомогти, взаємодопомога, прагнення до безперервного спілкування. У цей період відбувається зменшення кількості "зірок" і відсутність "знедолених" у загоні.

З окремих знайомих, малознайомих та зовсім незнайомих дітей, де хтось комусь симпатизує та навпаки, народжується через деякий час спільнота дітей,

виникає поняття "ми". Відбувається виокремлення "ми", "наше" із загального навколишнього життя.

"Ми" – це те, що притаманне тільки одному певному колективу, на відміну від інших таких або зовсім інших колективів. Існують поняття – "ми", а все навколо – "вони".

Для тимчасових дитячих об'єднань – це почуття спільності дуже необхідне, воно сприяє створенню та зміцненню колективу.

Існують певні умови, за яких ця спільність може виникнути. По-перше, треба мати так звану матеріальну основу: певну кількість дітей, носіїв цього поняття "ми". Потрібна територія, де "ми" може розташуватися, збиратися, діяти. Необхідна мета спільної діяльності.

У дитячого тимчасового колективу є свої ідеали, норми та правила поведінки, специфічні форми організації колективу, органи самоврядування, а також символи, назва, девіз, емблема, пісні, які підкреслюють приналежність саме до цього конкретного колективу. Усе це – центри об'єднання, тобто ті цінності, предмети та символи, які ідентифікують групу, складають матеріальну та ідейну основу її існування й розвитку. На цій основі відбувається усвідомлення спільності, створюється почуття "ми". Визнання ідеалу колективом – важливий етап формування ідеалу [56, 39].

§4 Актуальність роботи практичного психолога з тимчасовою дитячою групою в умовах оздоровчого табору.

Правильно побудоване спілкування – це і є процес виховання та розвитку дитини. Традиційно процес регуляції та побудови спілкування дитини з дорослими й однолітками вважається прерогативою педагогів. У зв'язку з цим виникає питання: якою мірою психолог з його специфічними методами може оптимізувати процес спілкування психічно здорової, благополучної дитини? Відповісти на це питання психолог може лише в результаті глибокої психологічної діагностики тих дітей, з якими працює.

Дитина має ряд специфічних рис, які утруднюють процес її спілкування з однолітками й дорослими, і результати цього спілкування багато в чому визначають її подальший психологічний розвиток.

Слід відмітити, що проблеми в міжособистісному спілкуванні може мати кожна дитина, оскільки вміння спілкуватися формується від народження і протягом життя людини і, як будь-яка психічна функція, є результатом індивідуального досвіду кожної людини.

Аналіз психологічних особливостей проблемних дітей і специфічних дефектів спілкування з однолітками дозволив виділити основні напрями роботи з ними:

1. По-перше, необхідно сформувати і мотивувати справжній інтерес дитини до людей, що оточують її, змусити задуматися про їхні інтереси й потреби. Така інформація може допомогти дитині більш ефективно визначити справжній характер ставлення до себе, а у випадку виникнення розбіжностей уникнути розповсюдження власної негативної оцінки щодо ситуації на ставлення до себе і, відповідно, на взаємини з тими, що оточують її.
2. По-друге, необхідно навчити дитину не застосовувати еталон досконалості ні до себе, ні до інших, не допускати звинувачення, виховати в собі прагнення у важку хвилину звертатися за допомогою та підтримкою до інших людей, не замикатися в собі, навчитись бачити позитивне в негативному та невдалому спілкуванні.

Високі вимоги до своїх друзів та близьких створюють потенційне джерело для образ, дитина таким чином виходить за межі звичайних спокійних контактів та залишається соціально ізольованою. Психологічна компенсація цього явища пов'язана з розвитком у дитини вміння подивитись на себе з боку, об'єктивно оцінити свою поведінку й дії.

3. Третій напрям розвитку функцій спілкування пов'язаний з навчанням дітей прийомам саморегуляції свого стану, що дозволило б їм уникати конфліктів та бути соціально гнучкими.

Велике значення треба приділяти розвитку в дітей навиків вираження дружніх почуттів, посмішки, спокійного темпу мовлення.

Велике значення для розвитку навиків спілкування має вміння підтримувати загальну бесіду, брати участь у колективному обговоренні теми. Практичному психологу на групових заняттях з дітьми (тренінгах) необхідно навчити їх правилам участі у спілкуванні: уважно вислуховувати кожного, не перебивати, обговорювати всі ідеї по черзі, не говорити дуже довго і дуже швидко, чітко і ясно виражати своє ставлення, висловлювати свою точку зору, договорюючи до кінця.

Робота над вдосконаленням спілкування значно полегшується в результаті розвитку в дітей навиків саморегуляції емоційних станів. Будь-якому конфлікту передують сплеск напруги, злості, образи. Практичний психолог навчає дітей позбавлятися самотійно від сильних негативних емоцій і за допомогою інтерактивних засобів взаємодії з дитячим колективом дає можливість усвідомити і зрозуміти, що поки ці емоції володітимуть ними, дружби, радості спілкування і сумісної гри бути не може – усі навколо будуть сприйматися як вороги, і самі вони залишатимуться для оточення ворогами.

В основі будь-якого навичку саморегуляції лежить вміння розслабитися, якому ми маємо навчити дітей, використовуючи оригінальні методики і відомі в психогімнастиці тренінги розслаблення та релаксації.

Після отримання базових навиків, необхідних для розвитку функції спілкування, діти переходять до виконання складніших завдань, що розвивають такі якості як адекватність самооцінки і рівня домагань, отримання об'єктивної інформації щодо свого соціального статусу і соціальних очікувань групи, розвиток співчуття, співпереживання, емпатії, інтересу до своїх товаришів, повага до їхньої думки.

Розвиток навиків спілкування неможливий без створення атмосфери доброзичливості, радості спільної діяльності, доброти й симпатії, інтересу один до одного. Для цього можна використовувати найрізноманітніші методичні засоби. Наприклад, влаштувати конкурс на кращий малюнок, де самі діти

повинні переконливо похвалити малюнки один одного, знайти в них яскраві особливості і довести, що малюнок товариша (а не свій власний) заслуговує на перше місце. При цьому звертати увагу не на кращий малюнок, а на найбільш вдале висловлювання відносно малюнка товариша. Інший методичний прийом "Художники" був направлений на розвиток уміння збирати й узагальнювати інформацію про товаришів по групі. Пропонувалося створити словесний портрет кожного члена групи: описати його зовнішність, смаки й особливості характеру. Разом з дітьми необхідно послідовно освоювати різні моделі аналізу поведінки в ситуації спілкування.

Засвоєння моделей поведінки в соціальних ситуаціях, активне їх використання є важливим етапом у розвитку дитини, вона починає усвідомлювати спосіб виконання дії, а не тільки його результат. У дослідженнях А.Н. Леонтьєва, Я. Неверовіч, Д.Б. Ельконіна, А.Р. Лурія, А.В.Запорожця переконливо доведено, що перехід від дії, направленої на результат, до дії, регульованої уявленнями про спосіб дії, означає переломний момент у психологічному розвитку дитини, її внутрішньої усвідомленої регуляції своєї поведінки [115, 8].

Підводячи підсумок актуальності роботи практичного психолога щодо розвитку навиків спілкування в тимчасовому дитячому колективі, важливо підкреслити послідовний характер цієї роботи. У планомірній і послідовній тренінговій роботі значення кожної вправи набуває своєї актуальності саме як компонент системної роботи з дітьми, яка охоплює найрізноманітніші сфери дитячого життя.

Правильно підібрані методики діагностики, індивідуальної та групової роботи з дітьми різного віку сприяють планомірному розвитку комунікативних навиків і вмінню відчувати інших людей, зрозуміти їхні вчинки, знаходити продуктивний вихід з конфліктної ситуації. Найбільший ефект формування і вдосконалення навиків спілкування виявляється при роботі із спокійними дітьми. При цьому головним результатом роботи з ними стає зміна їх соціальних установок: відносно оточуючих з'являються такі установки як "Всі

люди – потенційні друзі", у конфлікті – "хочу, щоб ми обидва перемогли", у відношенні з товаришами по групі – "Ти хороший – я хороший". Проте всі ці зміни стосуються, головним чином, вдосконалення спілкування з іншими дітьми. Складніше постає проблема оптимізації відносин з дорослими.

Дефекти спілкування дитини з батьками проявляють себе в різних сферах поведінки дитини і обов'язково стають джерелом проблем взаємовідносин дитини з дорослими (батьками, вчителями, наставниками), що негативно відображається на процесі особистісного розвитку, виховання і навчання. Річ у тому, що установку "всі люди – вороги" дитина часто засвоює у спілкуванні з батьками, але рідко актуалізує її у відносини з ними, а зазвичай переносить її на відносини з однолітками, де ця установка проростає в постійний важкий конфлікт.

Основним завданням практичного психолога дитячого оздоровчого табору як спеціаліста, що працює в системі позашкільної освіти, є збереження психологічного здоров'я та допомога в соціалізації дітей, надання консультативної психологічної допомоги, організація тренінгових занять у тимчасових дитячих групах упродовж їх відпочинку в таборі. Це стає можливим тільки завдяки організації психологічного супроводу дітей на час всієї зміни, специфіка якого обумовлюється кількома факторами, а саме: особливостями тимчасового дитячого об'єднання та індивідуальними і віковими особливостями дітей, що приїхали відпочивати. Не менш важливу роль відіграють специфіка табору і характер виховних завдань його педагогічного колективу. Тому за короткий проміжок часу практичний психолог табору повинен бути готовий швидко й ефективно вирішити низку професійних завдань, надати максимально можливу допомогу дітям і педагогам у подоланні особистісних та професійних проблем, не забуваючи при цьому про взаємодію з батьками дітей, адміністрацією табору, а також про методичну і наукову діяльність.

На жаль, фахівці, які тільки-но починають працювати в системі дитячих оздоровчих таборів, частіш за все не мають повного уявлення про специфіку

роботи психолога в подібних установах. Це трапляється через відсутність досвіду роботи з дитячими об'єднаннями та недостатніми практичними навичками, а також у зв'язку з дефіцитом спеціалізованої, науково та методично систематизованої інформації щодо практичної діяльності психолога в умовах дитячого табору. З огляду на подібну ситуацію особливо актуальним стає питання готовності майбутніх психологів до роботи з дітьми в умовах тимчасового об'єднання, розробка ефективних програм професійної підготовки працівників психологічної служби табору, що базуються на досягненнях сучасної психолого-педагогічної науки і відображують специфіку ТДО в умовах дитячих заміських таборів.

У своїй роботі з дітьми цей фахівець реалізує основні напрямки психологічної практики (консультування, корекційно-розвиваюча, просвітницька та методична діяльність). Не менш важливим є також взаємодія психолога табору з педагогами-організаторами, які безпосередньо організовують життєдіяльність дітей на період табірної зміни. Рекомендації психолога можуть стати корисними і для керівника табору під час вирішення таких адміністративних чи педагогічних питань як оптимізація взаємовідносин між педагогами, визначення сумісності педагогів, попередження та вирішення конфліктів, профілактика синдрому емоційного вигорання тощо.

§5 Напрями роботи з групами дітей залежно від віку. Знання вікових особливостей дітей та підлітків, характеристик фізичного розвитку, особливостей їх поведінки в певному віці допоможе в процесі діяльності практичного психолога у дитячому оздоровчому таборі.

Найчастіше до табору приїжджають діти віком від 6 до 16 років. Тому врахування вікових особливостей дозволить досить гнучко коригувати зміст, форми та методи виховної роботи, не змінюючи загальної стратегії роботи. Отже, здійснення вікового підходу до діяльності практичного психолога в умовах оздоровчого закладу передбачає :

1) постійну увагу до вікових особливостей формування особистості дитини, своєрідності її духовного світу;

2) урахування протиріч розвитку особистості, спричинених віковими змінами;

3) побудова системи практичної роботи відповідно до психологічних особливостей дітей кожного вікового періоду і концепцій їх розвитку.

Найважливішими елементами цієї соціально-психологічної взаємодії повинні стати:

- знання вікових особливостей і закономірностей розвитку дитини;
- організація щоденної індивідуальної та групової психологічної взаємодії, добір форм і методів психологічного впливу та гармонізації міжособистісних стосунків, що відповідають специфіці діяльності оздоровчого табору;
- постійне врахування тих змін, що відбуваються в дитячих колективах.

Лише послідовне втілення вищеописаної системи взаємодії у роботу з дітьми та підлітками дозволить практичному психологу досягти позитивних результатів у їх роботі з тимчасовим дитячим об'єднанням.

Питання для самоперевірки та самоконтролю

1. Розкрийте зміст поняття "тимчасове дитяче об'єднання".
2. Охарактеризуйте аспекти спілкування у тимчасовому дитячому колективі.
3. Яке значення має "дружба", "симпатія" та "рефлексія" у процесі формування тимчасового дитячого колективу?
4. Опишіть особливості розвитку тимчасового дитячого колективу.
5. У чому полягає специфіка роботи практичного психолога із дитячими групами в умовах дитячого оздоровчого табору?
6. Опишіть напрями роботи психолога в умовах дитячого оздоровчого табору.

Розділ 2. Особливості роботи практичного психолога з дітьми молодшого шкільного віку

Найчастіше до дитячого закладу потрапляють вихованці трьох вікових періодів – молодшого (6-10 років), середнього (11 -14 років) та старшого (15-17 років) шкільного віку.

§1 Психологічні особливості розвитку особистості у молодшому шкільному віці (6-10 років). Молодшими школярами вважають дітей віком від 6/7 до 10/11 років, які навчаються у 1–4 класах сучасної школи. Цей віковий період завершує етап дитинства. Опановуючи новий для себе вид діяльності – навчання, молодші школярі ще багато часу й енергії віддають грі. У цих видах діяльності розгортаються їхні стосунки з ровесниками і дорослими, особистісне психічне життя і психічний розвиток, формуються психічні новоутворення, завдяки чому діти виходять на новий рівень пізнання світу і самопізнання, відкривають нові власні можливості і перспективи.

Головною особистісною характеристикою молодшого школяра є прийняття і усвідомлення своєї внутрішньої позиції, що дає підстави вважати цей вік зрілим дитинством.

Психічний розвиток молодшого школяра, формування його особистості є біологічно і соціально зумовленим процесом. За даними Г.Костюка, "онтогенез людського організму визначається біологічною спадковістю, онтогенез особистості – соціальною спадковістю" [46, 165]. Ці дві детермінанти тісно пов'язані між собою у процесі розвитку людини. Біологічна спадковість має своїм джерелом генетичний апарат людини, що сформувався у процесі біологічної еволюції і визначає загальний розвиток організму. Соціальна спадковість представлена сукупністю культурних досягнень людства, накопичених у процесі його історичного і суспільного розвитку.

У молодшому шкільному віці триває функціональний розвиток нервової і серцево-судинної систем, органів дихання, шлункового тракту тощо. З

фізіологічного погляду цей віковий період – відносно спокійний, ріст і розвиток відносно рівномірні [98].

Процеси гальмування у молодших учнів переважають над процесами збудження, що створює важливі фізіологічні передумови для формування таких вольових якостей, як здатність коритися вимогам, виявляти самостійність, утримуватися від небажаних вчинків, контролювати себе. В учнів початкових класів нервові процеси стають більш рухливими, завдяки чому діти можуть швидко змінювати поведінку відповідно до обставин, легше звикають до незнайомих людей, нових видів діяльності.

Змістовну характеристику навчальної діяльності молодших школярів знаходимо у працях Г. Люблінської, Г. Костюка, О. Скрипченка, Н. Лейтеса. Психологи відзначають, що "діти цього віку, як правило, слухняні, з готовністю виконують вимоги дорослих. У них яскраво виявляється наслідувальність – важливе джерело успіхів у початковому навчанні. Молодші учні схильні до привчання та емоційного сприймання" [23, 32]. Особливістю їхньої розумової діяльності є те, що вони часто обмежуються сприйняттям зовнішніх ознак, понять, явищ. Такі вікові особливості, як беззастережне підкорення авторитетові, підвищена сприйнятливність, вразливість, багато в чому визначають досягнення молодших школярів. У цьому віці яскраво вираженою потребою дітей є спілкування, причому воно буде корекційним, якщо використовувати його в поєднанні з ігровою діяльністю, що залишається актуальною для дітей 6-10 років. Через спілкування діти активно навчаються, здобувають нову інформацію про навколишній світ і себе в ньому. Вони навчаються використовувати спілкування для досягнення власних цілей та встановлення зв'язків з однолітками. Важливо, щоб характер взаємодії був гуманний і коректний – саме такому спілкуванню дитина має навчитися від батьків та оточення. У протилежному випадку завданням практичного психолога є корекція стилю спілкування у тимчасовому дитячому колективі і допомога усвідомити важливу роль характеру спілкування з оточенням у процесі створення дружніх зв'язків у колективі та стосунків взаємоповаги.

Про взаємозв'язок спілкування і предметної діяльності свідчить також відома схема періодизації психічного розвитку в дитячому віці, за якою такий розвиток відбувається шляхом закономірного переходу від діяльності до спілкування та від спілкування до діяльності у молодшому шкільному віці.

В онтогенезі спілкування дитини з однолітками складається особлива комунікативна діяльність, мотивом якої є ті чи інші характеристики товариша. Вона складається з дій дитини, адресованих товаришу і спрямованих на нього як на об'єкт; її операціями є мовні і немовні засоби, що ними користується дитина. Потреба у спілкуванні, на якій ґрунтується така діяльність, формується вже у немовлячому віці, а особливого свого піку розвитку сягає у шкільному віці.

У перші сім років життя комунікативна діяльність проходить ряд форм: ситуативно-особистісну, ситуативну-ділову, позаситуативно-пізнавальну і позаситуативно-особистісну. Своєрідність кожної визначають зміст потреби в спілкуванні, провідні мотиви, а також місце спілкування в житті дитини. Ці форми закономірно змінюють одна одну і забезпечують повноцінний психічний розвиток дитини за умови задоволення відповідної потреби. Якщо ж цього не відбувається, порушується онтогенез спілкування, а разом з ним і психічний розвиток: він стає ненормативним. У розвитку дітей спостерігається зростання негативних тенденцій: невротичні реакції в поведінці, невміння зосередитися на роботі, прояви агресивності по відношенню до ровесників і незнайомих людей. Ймовірно, що все це зумовлено соціально-психологічними проблемами соціально-економічної перебудови суспільства. Багато сучасних дітей виховуються в умовах одинокості та неповної сім'ї, у сім'ях, де немає бабусь, дідусів. Це ускладнює умови їх соціалізації, збіднює внутрішнє життя в усіх його вимірах.

Основним джерелом емоцій у молодших школярів є навчальна та ігрова діяльність [26, 18]. Формуванню почуттів сприяють успіхи і невдачі у навчанні, взаємини з ровесниками і батьками, читання художньої літератури, сприймання телепередач, кінофільмів, інтелектуальні ігри. Л. Виготський відмічав, що вже

6–7-літні діти досить добре усвідомлюють свої переживання, зумовлені оцінкою дорослих. До емоційної сфери молодших школярів належать переживання нового, здивування, сумніву, радощів пізнання, які стають основою формування пізнавальних інтересів, допитливості учнів. Групові заняття та ігри сприяють розвитку в учнів моральних почуттів і формуванню рис характеру. Саме тому у своїй роботі з групами дітей 6-10 років практичний психолог дитячого оздоровчого табору має спиратися на їхню потребу в ігровій та навчально-пізнавальній діяльності.

Для молодших школярів загалом характерний життєрадісний, бадьорий настрій. Причиною афективних станів, які іноді бувають у них, є розходження між домаганнями і можливостями задовольнити їх, прагненням домогтися високих оцінок своїх якостей і дійсним ставленням ровесників до нього. У такій ситуації дитина може виявити грубість, запальність, забіякуватість та інші форми емоційної нестійкості. Якщо наставник дитячої команди чи практичний психолог залишають ці випадки без уваги, то вони можуть призвести до ізоляції дитини в колективі, формування в неї негативних рис характеру [27, 19].

Початок шкільного навчання знаменує собою зміну способу життя дитини. Це принципово нова соціальна ситуація розвитку особистості. Перехід до шкільного життя пов'язаний зі зміною провідної діяльності з ігрової на навчальну. Дитина починає усвідомлювати, що вона виконує суспільно важливу діяльність – вчиться – і значущість цієї діяльності оцінюють люди, які оточують її.

Навчальна діяльність має яскраво виражену суспільну значущість і ставить дитину в нову позицію стосовно дорослих і однолітків, змінює її самооцінку, перебудовує взаємини в сім'ї. З цього приводу Д. Ельконін зазначав: "саме тому, що навчальна діяльність є суспільною за своїм змістом (у ній відбувається засвоєння усіх надбань культури та науки, нагромаджених людством), суспільною за своїм сенсом (вона є суспільно значущою і суспільно оцінюючою), суспільною за своїм виконанням (виконується відповідно до

суспільно вироблених норм), вона є провідною у молодшому шкільному віці, тобто у період її формування"[113, 93].

У молодшому шкільному віці відбувається зміна провідної психічної саморегуляції від мимовільної до свідомо-вольової. Шкільне життя вимагає систематичного та обов'язкового виконання дитиною багатьох правил. Вона повинна вчасно приходити в школу, дотримуватися правил шкільного життя, виконувати завдання на уроці та вдома, долати труднощі в навчальній роботі тощо. Дотримання цих правил вимагає вміння регулювати свою поведінку, підпорядковувати довільну діяльність свідомо поставленим цілям. У свою чергу ситуація, коли батьки відправляють дитину молодшого шкільного віку до дитячого оздоровчого табору, означає високий ступінь довіри до дитини з боку дорослих. Така ситуація значно підвищує самооцінку дитини і робить її більш дорослою у власних очах і по відношенню до тих однолітків, які ще не відвідали табір. Факт перебування у таборі, далеко від батьків, з одного боку дає багато можливостей до саморозкриття, навчання, самореалізації та встановлення нових соціальних зв'язків, а з іншого – посилює дитячі страхи щодо відірваності від матері, звичної обстановки та правил поведінки удома, накладає велику відповідальність на дитину щодо самостійності в догляді за собою, власним місцем і речами, дотримання нових правил розпорядку і налагодження стосунків з незнайомими людьми. Саме у ситуації загострення цих тривог і страхів поруч має бути досвідчений наставник і психолог.

Зміна соціальної ролі дитини, поява нових обов'язків позначається на стосунках з однолітками і дорослими. Спочатку вона захоплена тільки новим місцем та перебуванням у ньому, новою роллю "вже дорослого", мало вступає в контакт з однолітками і певний час відчуває себе чужою. Стосунки молодших школярів з однолітками регламентовані переважно нормами "дорослої" моралі, тобто успішністю у виконанні доручень, виконанням вимог дорослих. Характерною ознакою взаємин молодших школярів в умовах дитячого оздоровчого табору є те, що їхня дружба заснована, як правило, на спільності

зовнішніх життєвих обставин і випадкових інтересів (живуть в одній кімнаті, в одному корпусі тощо).

Становлення і розвиток особистості у молодшому шкільному віці охоплює такі фази, як адаптація (пристосування до нових соціальних умов), індивідуалізація (вияв своїх індивідуальних можливостей і особливостей) та інтеграція (включення у групу ровесників). Дитина потрапляє у зовсім нову для нього групу ровесників, яка через відсутність спільно розподіленої цілеспрямованої діяльності є дифузною (взаємопроникненою). Цією групою керує старший наставник. Отже, приїзд дитини до дитячого оздоровчого табору, перехід від сімейного виховання до взаємодії та взаємовпливу в умовах тимчасової дитячої групи є важливим і складним процесом, який супроводжується суттєвими змінами в її житті й розвитку.

Спираючись на психологічний потенціал дитини, використовуючи пізнавальний інтерес як основний мотив, практичний психолог у дитячому оздоровчому таборі скеровує свою роботу в напрямку розвитку основних психологічних новоутворень молодшого шкільного віку. Коротко охарактеризуємо основні новоутворення.

Пізнавальний інтерес дитини – це виразна когнітивна спрямованість на пошук нового у предметах, явищах, подіях, що супроводжується прагненням глибше пізнати їх особливості, характеризується переважно усвідомленим ставленням до предметів, явищ та людей. Цей інтерес завжди є емоційно забарвленим (здивування, захоплення, радість від пошуку, переживання успіху, розчарування від невдачі), виявляється у вольових діях, спрямуванні зусиль на пізнання нових сторін навколишньої дійсності.

Довільність психічних процесів у молодшого школяра. У цьому віці центром психічного розвитку дитини стає формування довільності всіх психічних процесів (пам'яті, уваги, мислення, організації діяльності), їх інтелектуалізація, внутрішнє опосередкування відбуваються завдяки первинному засвоєнню системи понять. Довільність виявляється в умінні свідомо ставити цілі, шукати і знаходити засоби їх досягнення, долати

труднощі та перешкоди. Протягом усього молодшого шкільного віку дитина вчиться керувати своєю поведінкою, психічними процесами, адже вимоги до неї змінюються і передбачають досить високий рівень довільності. Тому молодший школяр долає свої бажання і здатен керувати своєю поведінкою на основі заданих зразків, що сприяє розвитку довільності як особливої властивості психічних процесів і поведінки.

Внутрішній план дій молодшого школяра. Виконуючи завдання, діти шукають найзручніші способи, обирають і зіставляють варіанти дій, планують їх порядок та засоби реалізації. Чим більше етапів власних дій може передбачити дитина, чим старанніше вона може зіставити їх варіанти, тим успішніше контролюватиме розв'язання завдань. Необхідність контролю та самоконтролю, словесного звіту, самооцінки у діяльності створюють сприятливі умови для формування у дітей здатності до планування і виконання дій подумки.

Рефлексія молодшого школяра. У дітей молодшого шкільного віку виникає усвідомлення власних дій, психічних станів. Особливість їх навчальної діяльності полягає в тому, що діти повинні обґрунтовувати правильність своїх висловлювань і дій. Багато прийомів такого обґрунтування показує старший. Необхідність розрізняти зразки суджень і самостійні спроби в їх побудові сприяють формуванню у дітей уміння ніби збоку розглядати й оцінювати власні думки та дії. Це вміння є основою рефлексії (лат. reflexio – відображення) – осмислення своїх суджень і вчинків з точки зору їх відповідності задуму та умовам діяльності; самоаналіз. Свідченням її є здатність бачити особливості власних дій, робити їх предметом аналізу, порівнювати з діями інших людей.

Рефлексія змінює пізнавальну діяльність молодших школярів, їхнє ставлення до себе й до оточення, погляд на світ, змушує не просто приймати на віру знання від дорослих, а й виробляти власну думку, власні погляди, уявлення про цінності, значущість провідної діяльності.

За концепцією Е. Еріксона, у молодшому шкільному віці формуються такі важливі особистісні утворення, як почуття соціальної і психологічної

компетенції (за несприятливого розвитку – соціальної і психологічної неповноцінності, неспроможності), а також почуття диференціації своїх можливостей [116, 28]. На його думку, стимулювання в цей період компетентності є важливим фактором формування особистості. У молодшому шкільному віці всі ці новоутворення ще недостатньо сформовані, однак завдяки їм психіка дитини досягає необхідного для навчання в середній школі рівня розвитку.

На думку Л. Виготського, саме в молодшому шкільному віці починає складатися самооцінка дитини, яка опосередковує її ставлення до себе, інтегрує досвід її діяльності та спілкування з іншими людьми. Це є найважливішою властивістю особистості, що забезпечує контроль за власною діяльністю з точки зору нормативних критеріїв, організацію своєї поведінки відповідно до соціальних норм. *Самооцінка* відображає не тільки знання учня про результати навчальних досягнень, його уявлення про власні можливості у навчальній діяльності, а й ставлення до себе як до виконавця вимог учителя, батьків, як до носія нових особистісних якостей (старанність, наполегливість, акуратність, кмітливість та ін.). Діти 6-10 років передусім усвідомлюють і оцінюють у собі якості, які характеризують їх як членів певної групи, школярів. Самооцінка дітей особливо залежить від оцінки їхньої діяльності й поведінки дорослими (батьками, вчителями). Дитина ніби дивиться на себе очима дорослого, визнає його авторитет, незаперечно приймає його оцінки. Тому часто, характеризуючи себе як особистість, дитина даного віку повторює лише те, що чула про себе від дорослих.

Для формування ставлення до свого Я дитині необхідні зовнішня інформація про себе, увага до себе тих, хто її оточує. Тому вона прагне привернути до себе увагу іноді найдивнішими (з погляду дорослого) способами, конфліктуючи з однолітками, порушуючи дисципліну.

У роботі практичного психолога з молодшими школярами важливо враховувати їх оптимізм, здатність бачити в собі передусім добре, високу самооцінку, щоб їх прагнення зберегти позитивний Я-образ, право на високу

самооцінку не почало гальмувати розвиток особистості і не стало джерелом необґрунтованих домагань. Слід дбати про гармонію між тим, до чого вони прагнуть, на що претендують (оцінка, ставлення тощо), та їх реальними діями, тобто змістом і способом вияву активності в житті. Через різницю між прагненнями молодшого школяра бути схожим на "взірець" і його поведінкою, яка має егоїстичне спрямування, але недостатньо засуджується оточенням, у нього поступово формується ілюзорна, далека від об'єктивного уявлення про себе, значно завищена самооцінка. Вона провокує хибні способи самоствердження серед однолітків, чинить опір впливам дорослого, дезорієнтує дитину. Саме тому велике значення слід надавати формуванню правильної самооцінки дитини.

У молодшому шкільному віці настає один із найвідповідальніших етапів розвитку особистості, закладаються основи багатьох психічних якостей. Діти прагнуть максимально швидко знайти своє місце серед ровесників, засвоїти ті моральні норми, які перед ними висувають старші, адаптуватися. Це не означає просто пристосуватися, видавати себе таким, як усі. Діти прагнуть саме стати схожим з іншими, відчувати силу "ми" – ось таким має бути результат адаптаційного періоду в тимчасовому дитячому колективі. Для цього вікового періоду притаманне деяке переважання адаптації над індивідуалізацією.

Лише в цьому віці бажання змінюватися, наслідувати, вчитися виявляється найбільш яскраво й емоційно. Тому необхідно так побудувати роботу практичного психолога, щоб ця вікова потреба перетворилася на реальність і стала основою для подальшого перетворення її на стійку якість особистості. Також яскраво вираженим є прагнення дітей до активної діяльності, до нових ролей у колективі, тому вони завжди охоче відгукуються на всі пропозиції нововведення старших наставників.

Водночас активне бажання діяти поєднується з незнанням способів діяльності, з невмінням розрахувати свої сили, правильно оцінити власні можливості. Діти можуть легко захопитися якоюсь справою, і, не закінчивши її, розпочати займатися іншою.

До 9-10 років діти набувають певного досвіду роботи у групі однолітків. Характерними особливостями у цьому віці є рухливість, життєрадісність; авторитет старшого наставника є для них дуже актуальним і високим.

§2 Індивідуальна робота практичного психолога з молодшими школярами

Знання індивідуальних особливостей самооцінки молодших школярів є однією з найважливіших передумов ефективності роботи практичного психолога у дитячому оздоровчому таборі. Розвиток емоційно-ціннісного ставлення дитини до себе, результатом якого є певна самооцінка, відбувається через відображення нею реальних зв'язків з навколишнім світом, які існують лише завдяки активності особистості. При цьому важливо врахувати, що самооцінка як структурний компонент Я-образу дитини, певний ступінь її емоційно-ціннісного ставлення до себе є постійно діючим мотиваційним фактором у процесі життєдіяльності особистості. Тому, спрямовуючи активність дитини, надаючи їй соціальної значущості, можна впливати не тільки на сферу її свідомості, а й досягти гармонізації розвитку підростаючої особистості загалом.

У роботі практичного психолога з дітьми молодшого шкільного віку в умовах дитячого оздоровчого табору важливо познайомитися з дітьми, їх психологічними особливостями перед тим, як проводити якісь практичні заходи. На жаль, роль практичного психолога у дитячому таборі державного забезпечення є досить незначною, проте численні приватні дитячі оздоровчі табори, навпаки, високо цінують наявність психолого-педагогічної освіти у майбутніх наставників дитячого колективу.

Дуже добре, якщо у практичного психолога є можливість поспілкуватися з батьками кожної дитини. Якщо такої можливості немає, то у практику дитячих оздоровчих таборів ввійшли анкети для батьків, які заповнюються до прийому дитини в табір, включають основні питання щодо фізичного здоров'я дитини, особливі побажання батьків та вподобання дитини. Чудово було б заздалегідь

включити у таку анкету блок питань щодо діагностики темпераменту дитини. Зразок анкети для батьків є в **Додатку 1**.

Окрім анкети для батьків, можна використовувати різноманітні проєктивні методики на діагностику психологічних особливостей дитини. Саме результати цих методик дозволять продуктивно працювати з дітьми надалі, допомогти старшому наставнику реалізувати індивідуальний підхід до кожної дитини і забезпечити належний рівень психологічного комфорту в тимчасовому дитячому об'єднанні, створити умови для самореалізації особистості дитини. Також бажано провести методику діагностики рівня агресивності (адаптований варіант методики Басса-Дарки, **Додаток 2**) для попередження можливих конфліктів між дітьми.

Методика діагностики самооцінки дитини (**Додаток 3**) може проводитися як індивідуально, так і з групою дітей. Діагностика самооцінки дитини дасть інформацію не тільки про рівень самооцінки кожної дитини, але і про ставлення до дитини у сім'ї, психологічну зрілість дитини і готовність до міжособистісної взаємодії в новому дитячому колективі, про адаптивний потенціал особистості.

Діагностувати емоційний стан дитини можна за допомогою відомої графічної методики "Кактус" (**Додаток 4**). Перевага методики полягає в тому, що її можна проводити одночасно з великою кількістю дітей, вона не потребує особливої підготовки і дає можливість проявити дитині свої творчі здібності, показати рівень розвитку уяви та образність мислення.

Діагностувати психологічні особливості дитини можна за допомогою комплексної графічної методики "12 тварин" (**Додаток 5**) або "Конструктивний малюнок чоловічків з геометричних фігур" (**Додаток 6**). Обидві методики спрямовані на виявлення індивідуально-типологічних відмінностей та характерологічних рис особистості, первинну діагностику самооцінки дитини і дають комплексну інформацію про психологічні особливості особистості досліджуваного, також методики можна застосовувати не тільки до

представників молодшого шкільного віку, а й до представників інших вікових категорій.

Оскільки в індивідуальній роботі з дітьми молодшого шкільного віку практичний психолог спирається на індивідуально-типологічні особливості дитини, важливо знати специфіку здійснення індивідуального підходу до дитини в залежності від її характеру й темпераменту. Серед представників молодшого шкільного віку не часто зустрічаються представники змішаних типів темпераменту, отож прийнято користуватися загальновідомою 4-типною характеристикою темпераменту, де представлені особливості холерика, сангвініка, флегматика та меланхоліка. Та все ж важливо пам'ятати, що завжди є винятки, і використовувати рекомендації уважно, не беручи їх постулати за повноцінно істинні. Для цього практичному психологу на допомогу створено низку психологічних методик діагностики дитини, спостереження та експертна оцінка особистості дитини.

Враховуючи типи темпераменту дитини, маємо на допомогу психологу рекомендації щодо індивідуальної роботи з дитиною.

Психологічний портрет холерика

Девіз холерика – "все або нічого!". Відрізняється підвищеною збудливістю і неврівноваженістю поведінки, різкими змінами настрою, усі реакції даного типу мають яскравий характер. Коли "заведеться", може бути агресивним, схильним до ризику. Міміка і жести виразні, мова швидка. Витрачає багато енергії, тому холерику потрібен досить тривалий період сну, щоб відновитися.

У діяльності енергійний, цілком віддається справі, здатний подолати будь-які перешкоди, може виконувати багато завдань одночасно. У спілкуванні прагне лідерства, віддає перевагу рухливим іграм, динамічним заняттям. Товариський, але буває дуже прямолінійним, що заважає йому підтримувати рівні відносини з оточуючими. Важко пристосовується до всіляких обмежень, режимних моментів, вимог старших. Діти такого типу часто намагаються керувати дорослими, конфліктують зі своїми однолітками, не хочуть

виконувати певні правила, можуть висловлювати протест "На місці" там, де потрібні швидка реакція і ініціатива.

Позитивні риси: товариський, енергійний, впевнений у собі, наполегливий, активний, ініціативний, вважає за краще боротися.

Негативні риси: нестриманий, дратівливий, грубий, запальний, здатний на безрозсудні вчинки, часто ризикує.

Рекомендації. Раціонально використовуйте енергію дитини шляхом переключення з одного виду діяльності на інший, не гальмуйте активність таких дітей у формі прямої заборони. Не підвищуйте голос і не залякуйте, але й не задовольняйте їх примхи тільки заради спокою. Холеричні діти потребують тактової допомоги та співчуття при ускладненнях. Спілкуйтесь спокійним та впевненим тоном, намагайтеся уникати різних емоційних реакцій, спрямованих безпосередньо на дитину. Краще впливати опосередковано, через колектив. Враховуйте мотиви вчинків, залучайте до активної діяльності, пов'язаної з виявом ініціативи.

Батькам можна порекомендувати обмежувати впродовж дня заняття, які збуджують нервову систему, за дві години до сну пропонувати спокійні види занять. Не карайте дитину-холерика статичним положенням тіла. Необхідно пропонувати такі види діяльності, які б формували і розвивали довільну увагу (шахи, шашки, лото, інші настільні ігри, різні види зображувальної діяльності тощо).

Виявляйте зацікавлене розуміння душевного стану дитини, тактовно і опосередковано запобігайте "зривам". Холерика важливо виховувати добрим, чуйним, турботливим, оскільки цей тип дуже схильний до агресивності.

Психологічний портрет флегматика

Спокійний, повільний, пунктуальний, врівноважений, незворушний в будь-яких ситуаціях, легко стримує свої пориви і емоції, вміє терпіти фізичний біль. У нього майже не буває некерованих вчинків. Легко і успішно виконує роботу, що вимагає напруги. Особливо ефективний при монотонній роботі. Неквапливий, діє за принципом "сім разів відміряй, один – відріж". Любить

планувати свою роботу, дотримувати прийнятий розпорядок життя. Упертий і наполегливий в досягненні мети, почате звичайно доводить до кінця. Коротко спілкується, не любить пустого базікання. Важко пристосовується до нової обстановки, хворобливо реагує, коли необхідно перебудуватися або відмовитися від звички. Болісно переживає несправедливість, зазіхання на його права, розлуку з близькими людьми. Боїться і не любить змін, нестабільності. Не витримує фізичних навантажень, якщо змушений виконувати їх у швидкому темпі. Хороший там, де потрібні зваженість, неквапливість, холонокровність.

Позитивні риси: неквапливий, схильний до порядку, неконфліктний, поступливий, розсудливий, діловитий, наполегливий, сильна воля, відчуття товариства.

Негативні риси: млявий, байдужий у відношенні до праці, себе, людей; сором'язливість, лінощі.

Рекомендації: слід наполегливо використовувати завбачливі настанови на будь-яку діяльність, здійснювати докладний інструктаж (Що? Коли? У якій послідовності?). Не карайте флегматика за повільність, не звинувачуйте у некмітливості, бо тоді у дитини формується комплекс неповноцінності через постійні невдачі. Залучайте до цікавої діяльності, стимулюйте вияв щирих почуттів, зміцнюйте віру у власні сили. Уникайте демонстративних доручень, пов'язаних з високим темпом виконання.

Дорослі мають помічати і вітати кожен вияв її самостійності, непомітно допомагати у складних справах. У флегматика необхідно розвивати уяву, мислення, почуття: на життєвих прикладах ознайомлюйте дитину з різновидами почуттів та емоцій, навчайте правильно виявляти їх у відповідних ситуаціях. Потрібно навчити також правильно переключати увагу під час виконання завдань і раціонально розподіляти час.

Психологічний портрет сангвініка

Легко йде на контакт, швидко адаптується в новому колективі і вікових ситуаціях. Живий, рухомий, швидко реагує на події. Не губиться в будь-якій ситуації, легко ладає з людьми, знаходить спільну мову, часто стає "душею

компанії". Легко й швидко за необхідності міняє тактику поведінки, винахідливий і дотепний. Міміка і жести яскраві та виразні, голос гучний, настрій доволі стійкий. Відрізняється ораторськими здібностями, життєлюбністю, мажорним настроєм, здатний повести за собою, користується симпатією ровесників.

Як і холерик, легко береться за справу, відгукується на все нове, але так само легко здатний втратити до нього інтерес, коли відчуття новизни проходить. Інтереси і нахили мають поверховий характер. Намагається займатися тільки приємною, легкою і цікавою для нього діяльністю й уникати складного, неприємного, нецікавого. Уміє долати перешкоди. Люблячи комфорт, легко мириться зі скрутою. Необхідний там, де потрібні швидка реакція і холоднокрівність.

Позитивні риси: допитливий, товариський, привітний, рухомий, життєрадісний, емоційний, жвавий, комунікабельний, впевнений, любить бути в колективі.

Негативні риси: легковажний, безтурботний, нестійкі інтереси, переоцінює себе, не доводить справи до кінця.

Рекомендації: вимоги повинні бути максимально справедливими. Слід давати вихід їхній енергії, стимулювати розкриття потенціалу і здібностей у суспільно корисній праці. Довіряйте, підтримуйте корисну ініціативу, починання, закріплюйте віру у власні сили в процесі подолання труднощів. Допомогу надавайте у формі відкритої дружньої підтримки, поради. Не варто давати доручення, пов'язані з довготривалою монотонною діяльністю. Використовуйте додаткові стимули, аби домогтися завершення роботи. Якщо дитина недоброякісно виконала завдання, примусьте виконати те саме ще раз. Пам'ятайте, що в дитини-сангвініка швидко руйнуються звички, вона швидко втомлюється від одноманітних занять, форм і методів роботи. Формуйте стійкі інтереси, навчіть виконувати роботу до кінця.

Будьте максимально вимогливими при скоєнні дитиною найнезначніших порушень. Навчіть дитину дорожити дружбою. Використовуйте лідерські

якості сангвініка в колективі, залучаючи до організації суспільно корисних заходів.

Психологічний портрет меланхоліка

Такі діти малоактивні, вразливі, малорухливі. Їх легко образити, глибоко переживають щонайменші невдачі, все приймають близько до серця, лякливі. Ці особистісні якості не можна ліквідувати. Відчуття відрізняються поглибленістю. Звичайно замкнутий, меланхолік розкутий тільки з близькими. Не прагне бути на перших ролях. Дуже вимогливий до себе і оточуючих.

Досить пасивний у спілкуванні з дорослими і однолітками. Тактовний, уміє зважати на почуття інших людей. Важко переносить інтенсивну напружену роботу, надає перевагу спокійним видам діяльності, переважно любить гратися окремо від дітей. Швидко втомлюється, нерішучий, схильний до коливань. Дуже вразливий і чутливий до схвалення своєї діяльності чи негативної оцінки результатів своєї праці. В екстремальних і стресових ситуаціях можливий зрив, але у звичайній, доброзичливій обстановці такі діти кмітливі, уважні і чутливі. Слабкий тип нервової системи. Дуже довго і хворобливо адаптується в новому колективі.

Позитивні риси: м'який, тактовний, делікатний, серйозний, чуйний, уміє дружити.

Негативні риси: замкнутий, образливий, скритний, пригнічений, песимістичний.

Рекомендації: завжди дотримуйтесь принципу поступовості. Правильний психологічний підхід полягає в тому, що дорослий виявляє співчуття і повне розуміння, тактовно, глибоко і зацікавлено проникайте в духовний світ. Проявляйте максимум доброти, здійснюйте моральну підтримку та зміцнюйте віру у власні сили.

Не допускайте підвищення голосу, окриків та непосильних вимог. Виховуйте волю, наполегливість і почуття власної цінності в колективі. Комунікабельність розвивайте за допомогою гри. Вчасно, кілька разів приходьте на допомогу меланхоліку під час виконання завдань, схвалюйте,

підтримуйте найменший прояв активності. Потрібно через певний проміжок часу організовувати "ситуації успіху" для такої дитини. Вчіть планувати свою діяльність, розумно розподіляти час.

Батькам треба навчити дитину збалансувати добову і тижневу тривалість праці і відпочинку, інакше можливе нервове і фізичне виснаження на ґрунті хронічної перевтоми або формування відрази до праці, апатія.

§3 Робота практичного психолога з групою молодших школярів

У процесі формування у дітей правильного самоусвідомлення важливо враховувати, що найкраще діти пізнають себе в діяльності, яку виконують, а для адекватного розуміння себе, досягнення джерел свого успіху в тимчасовому дитячому колективі їм необхідно навчитися бачити себе з боку. Тому рекомендується спрямовувати увагу дітей на те, як вони працюють, чи достатньо старанні й дисципліновані, чи не марнують свого часу, чи доцільні прийоми використовують для досягнення успіху.

На формування правильного самоусвідомлення впливає також спільна діяльність, що дає змогу дитині відчувати себе учасником суспільно корисної праці, порівнювати результати своїх старань з успіхами інших, усвідомити свій внесок у загальну справу. Працюючи в колективі, дитина бачить і розуміє, на що вона здатна, осмислює не тільки наслідки своєї праці, а й себе в ній. Спільна діяльність формує в дитини уявлення про себе серед інших.

Організовуючи роботу практичного психолога з молодшими школярами, не можна забувати про те, що вони спілкуються з однолітками переважно в іграх, а також у зв'язку з тією діяльністю, якою вони займаються. На їх симпатії і ставлення до ровесників значно впливають оцінка й думка старшого. З дорослими вони спілкуються багато, довірливо і чекають від них допомоги, співпраці і розуміння. Ігрова діяльність залишається необхідною і бажаною. Це відповідає психологічним особливостям молодших школярів. Діти цього віку відзначаються підвищеною емоційністю, вразливістю, активністю та схильністю до наслідування. Уся робота практичного психолога з дітьми

молодшого шкільного віку у таборі має бути пронизана грою, грою з ускладненими правилами, максимально наближеною до реальної життєвої ситуації.

§4 Тренінгова програма для молодших школярів

Молодий вік 7–9 років

Заняття 1. Знайомство

Мета: створити позитивну атмосферу в групі.

Завдання:

- Представитися і познайомитися.
- Створити позитивне перше враження про себе.
- Зняти тривогу і страхи у дітей.
- Познайомити дітей між собою.

Знайомство

"Я вмію так". Тренер коротко і в цікавій формі розповідає про себе. Потім дає завдання дітям: по колу по черзі кожен робить крок вперед, називає своє ім'я і каже "Я вмію так" – і показує якийсь рух. Бажано, щоб діти не повторювалися. Рухи робляться будь-якими частинами тіла: руками, пальцями, ногами, головою, очима і так далі. Можна відтворювати звуки або співати, розповідати вірші.

Завдання полягає в тому, щоб познайомитися і побачити, які всі талановиті і унікальні, творчі – на цьому має акцентувати увагу тренер.

Розминка:

Кілька вправ-віршів з рухами. Спочатку тренер показує рухи сам, а потім всі повторюють за ним і вчать віршик. Відразу ж потрібно налаштувати дітей на те, що той, хто бере участь активно і посміхається, у того все завжди виходить!

Їжачки:

Підстрибнули, покрутились.

Їжачки, їжачки.

Біг на місці! Біг на місці!

Зайчики, зайчики.

Нумо, дружно крикнули:

Дівчатка! Хлопчики!

Вітер-пустун

Вітерець-пустун летить,

Закрутив листочки вмить.

Вгору листячко злетіло

І на землю опустилось.

Зняття тривоги і робота зі страхами

"Робимо обличчя"

Тут будуть корисні будь-які "пластичні" ігри. Можна почати з розминки справжнього шматочка пластиліну. Потім, "перетворюємо" діток у пластилін. З обличчя "виліплюємо" різні форми (смикаємо щічки, просимо надути щічки, скласти кумедно губи тощо) Граємо в конкурс "кривляння". Кривляємо разом з дітьми кумедні личка. Потім просимо їх перетворитися в різні рослини і тварин, погавкати-понявчати і так далі. Під кінець, коли всі діти максимально перевтілилися по 5-7 разів, запропонуйте їм перевтілитися в найбільш чудесну, добру, дружну і веселу команду.

Розминка

Каті плескають руками! Тані тупотять ногами!

Льоші весело стрибають! Сергії ніжкою махають!

Свети руки піднімають! Паші, Роми присідають!

Дані щоки надувають! Іри чубчик поправляють!

Ані, Юлі відвернулися! Жені, Насті посміхнулися!

Даші головою качають! Андрії ноги піднімають!

Решта разом з усіма ім'я своє називають!

Нумо голосно, нумо, дружно:

Раз, два, три – кричи!

(тут краще заздалегідь знати імена всіх дітей і підставити їх у віршик, щоб задіяти всіх дітей).

Формування бажаної поведінки:

"Так- ні"

Усі стають у коло. Тренер називає якості, які повинні бути у хорошого друга (хороші і погані). Якщо діти згодні, вони все плескають у долоні, якщо ні – дружно тупотять ногами.

Закінчення заняття

"Долоньки"

Матеріали: ватман, фарби, ручки, олівці.

Тренер пропонує всім дітям створити унікальну картину їх групи. Кожен вибирає собі фарбу, пензлик, олівець і "залишає свій слід" на ватмані: барвистий відбиток долоньки, відбитки пальчиків, контур руки або ноги, підписує його. Це буде перша спільна справа дітей. Важливо простежити за безпекою і мати можливість помити ручки-ніжки після вправи. Наприкінці тренер відзначає, які всі дружні, веселі і творчі діти зібралися і який чудовий шедевр всі разом створили. Наступним шедевром буде відмінний час, проведений разом.

Заняття 2. Згуртування команди

Мета: зробити відносини у групі комфортними і дружніми.

Завдання:

- Познайомитися з кращими якостями один одного;
- Навчитися вирішувати проблеми спільно;
- Навчитися співпереживати і підтримувати один одного;
- Знайти або створити "фішку" команди (те, що об'єднує цю групу і відрізняє її від усіх інших дітей).

Активатор

"Один до одного"

Учасники рухаються хаотично по кімнаті. Коли тренер каже "один до одного", учасники повертаються до того, хто опинився поруч (не важливо,

дівчинка це чи хлопчик – не бігати по кімнаті і не шукати "своїх друзів"). Далі тренер каже, що їм потрібно разом виконати: привітатися, плеснути в долоні один одного, потертися носами, доторкнутися плечима, доторкнутися ногами, погладити один одного по голові, покружляти, пострибати і так далі. Потім знову починається рух, зупинка і виконувати щось в іншій парі. Пари не повинні повторюватися!

"І я теж"

Усі стоять або сидять по колу. Завдання для всіх: згадати своє улюблене заняття, що ти вмієш цікавого робити. Першим починає тренер. Потрібно зробити крок вперед і сказати "Я вмію (люблю) робити так (потрібно показати або назвати)". Решта, хто вміє робити так само, теж роблять крок уперед і кажуть "І я теж". Можна повторити кілька кіл, за бажанням дітей. Наприкінці тренер звертає увагу дітей на те, скільки вони товаришів по улюблених заняттях знайшли сьогодні, скільки спільного у них є. Тепер вони можуть спілкуватися на улюблені теми і ділитися своїми вміннями та досягненнями з іншими.

"Я тебе навчу"

Усі стають по колу. Завдання кожного – подумати, чому він може навчити свого друга. Потім тренер просить по черзі кожного повернутися до сусіда справа (або зліва) і сказати "Я тебе можу навчити ...". Ті, кому теж хочеться навчитися цьому, роблять крок вперед і кажуть "І мене теж". Наприкінці тренер акцентує увагу на тому, які всі цікаві, добрі, скільки всього вміють і можуть навчити один одного, яка дружна команда зібралася.

Розминка

"Море Галілей" (наспівувати і повторювати рухи)

А ось море, а ось море, а ось море, море Галілей (3 рази).

А ось човен, а ось човен, а ось човен на морі, на морі Галілей (3 рази).

А ось рибалка, ось рибалка, ось рибалка на човні на морі Галілей (3 рази).

А ось рука, а ось рука, а ось рука в рибалки на човні на морі Галілей (3 рази).

А ось вудка, а ось вудка, а ось вудка в руці у рибалки на човні на морі Галілей (3 рази).

А ось рибка, а ось рибка, а ось рибка на вудці в руці у рибалки на човні на морі Галілей (3 рази).

А ось око, а ось око, а ось око у рибки на вудці в руці у рибалки на човні на морі Галілей (3 рази).

Командна робота

"Подорож"

Тренер дає завдання у вигляді маленьких історій, а вся команда повинна ілюструвати-показувати те, що говорить тренер. "Ми зараз вирушаємо у подорож по дивних місцях нашої планети ...".

Отже, ми йдемо (всі йдуть) у ліс.

У лісі ростуть великі дерева (показують все), і кущі (частина показує кущі), літають пташки і цвітуть квіти. Повз нас скаче зайчик, з кущика вилазить їжачок, з малинників назустріч виходить ведмідь, поруч пасеться олень з великими рогами. Так чудово дихати лісовим повітрям!

Тепер усі ми сіли в літак (допоможіть зробити дітям спільну фігуру літака). Ми летимо далеко-далеко. Повз нас пропливають хмари (показують), шумить вітер (шум). Удалині показалася грозова хмара. З неї полив дощ (діти ляскають себе по ногах), прогрімів грім (тупають), потім дощ затихає (плескають у долоні) і перестає (труть долонька об долоньку). Ось і прилетіли.

Нас чекає великий підводний човен. Ми спускаємося у води океану. Там плаває безліч рибок (всі рибки). Повільно пропливає великий кит і махає нам плавцем. Швидко проноситься зграя веселих дельфінів. Навколо плавають парашути-медузи, на дні видно красиві водорості, морські зірки і черепашки. Тут наш корабель підхоплює хвиля і ми спливаємо. Море хвилюється, хвилі шумлять і ми пливемо додому.

Ось ми і вдома! Тепер ми знову діти! Поаплодуємо собі за таку чудову подорож. Завдання для тренера: бути дуже уважним – вправа дозволяє виявити

лідера, активних дітей і таких, що занудьгували, аутсайдерів і творчих особистостей.

Розминка

"У дворі" (тренер говорить слова, а діти тільки звуки тварин)

Собачки гавкають: гав-гав-гав!

Кицьки нявкають: няв-няв-няв!

Свинки хрюкають: хрю-хрю-хрю!

І лише один я говорю.

Зозуля кує: ку-ку, ку-ку!

Півень кричить: ку-ка-рі-ку!

Жаба квакає: ква-ква-ква!

А ми вміємо наспівувати слова.

Рухи:

"Веселі дітлахи"

Ми веселі дітлахи,

ми забули про книжки.

Ми ногами тупотим топ-топ-топ!

Ми в долоні плескотим хлоп-хлоп-хлоп!

Ніжками подригаємо дриг-дриг-дриг!

Весело пострибаємо стриб-стриб-стриб!

Головою помашемо,

І один з одним спляшемо!

"Наша фішка"

Тренер допомагає дітям згадати, що було на занятті, і кожен учасник повинен вибрати те, що йому сподобалося / запам'яталося найбільше. Акцентується увага на командних формах роботи та успіхах дітей в них. Далі тренер пропонує (заздалегідь підготовлений матеріал) пару "фішок" команди на вибір (пісенька, форма одягу, назва, однаковий елемент гардеробу і так далі), тут можна вивчити девіз, назву і цікаве представлення команди (з рухами-звуками-танцювальними рухами). Обов'язково підготувати пару варіантів на

вибір, але допомогти всім вибрати разом найцікавіший і відповідний до всієї команди.

"Обіймашки"

Завершіть найкраще виплеском емоцій у вигляді колективних обіймашок або колективного рукостискання.

Заняття 3. Розвиток взаємин у групі

Мета: закріпити дружні взаємини в групі, знайти шляхи розвитку в групі для кожного.

Завдання:

- Налаштувати учасників на позитив;
- Продовжити знайомство з якостями один одного;
- Навчитися виражати свої емоції правильно;
- Навчитися бути "різним" і "важливим".

Розминка

Вправа "Плутанина"

Учасники стають у коло.

"Давайте станемо ближче один до одного, утворимо більш тісне коло і всі простягнемо руки до його середини. За моєю командою всі одночасно візьмемося за руки і зробимо це так, щоб у кожній руці кожного з нас виявилася чиясь одна рука. При цьому постараємося не братися за руки з тими, хто стоїть поруч з вами. Отже, давайте почнемо. Один, два, три".

Після того, як тренер переконається, що всі руки з'єднані попарно, він пропонує учасникам групи "розплутатися", не випускаючи рук. Тренер теж бере участь у вправі, але при цьому активного впливу на "розплутування" не має. Під час виконання вправи досить часто виникає ідея неможливості вирішення поставленого завдання. У цьому випадку тренер повинен спокійно сказати: "Це завдання можна вирішити, розплутатися можна завжди". Вправа може завершитися одним з трьох варіантів:

1. Всі учасники групи опиняться в одному колі (при цьому хтось може стояти обличчям у коло, хтось спиною, це не важливо, головне, щоб всі послідовно утворили коло).

2. Учасники групи утворюють два або більше незалежних кола.

3. Учасники групи утворюють кола, які з'єднані один з одним, як ланки в ланцюжку. Час, що витрачається групами на виконання цієї вправи, може бути дуже різним, у досвіді нашої роботи він варіювався від 3-5 хвилин до 1 год. Одна група відмовилася від продовження пошуків рішення. Коли завдання виконано, можна звернутися до групи з питанням: "Що нам допомагало впоратися з поставленим завданням?". Або "Що можна було б робити інакше для того, щоб швидше впоратися з поставленим завданням?" (Останній варіант є кращою, з нашої точки зору, модифікацією питання "Що нам завадило швидше впоратися з поставленим завданням?") Вправа корисна у змістовному плані, в той же час вправа об'єднує групу. Однак, у силу того, що вона передбачає тісний фізичний контакт, використовувати її потрібно з великою обережністю. Якщо тренер припускає, що у когось з учасників в результаті проведення вправи зросте напруженість, слід утриматися від проведення.

Схожість і відмінності один одного

"Дівчатка і хлопчики"

Ділимо всю команду на групу дівчаток і групу хлопчиків. Тренер дає завдання хлопчикам згадати, що роблять усі дівчатка, а дівчаткам, відповідно, – хлопчики. Команди стають один навпроти одного. По черзі з кожної команди виходять по одному представнику. Наприклад, виходить хлопчик і каже "Всі дівчатка роблять так" – і показує (розчісують волосся, фарбуються, крутяться, обнімаються, ходять на підборах і так далі (важливо це показати, а всі члени команди показують за ведучим). Потім виходить дівчинка і каже: "Всі хлопчики роблять так (теж показує, а всі повторюють: водять машину, грають у баскетбол, грають за комп'ютером, поправляють краватку, голяться і так далі). Виграє та команда, яка знає більше про суперника. Тренер обов'язково повинен в кінці помирити команди спільними вміннями і рухам: "А

дівчатка і хлопчики вміють вітатися (стрибати, посміхатися, малювати, дружити, плескати) – нехай показують всі разом і поаплодують собі за чудесні знання.

Командна робота

"Амеба"

Усі учасники стають так, щоб триматися однією рукою за сусіда, але не "паровозиком". Потрібно створити єдиний організм: за одного можуть триматися двоє, поклавши руку на плече одне одному. Тренер дає завдання, які повинен виконати "весь організм" разом: пострибати, погойдатися, пройти між двома стільцями, обійти кілька стільців (перешкоди створює тренер). Під час виконання завдання потрібно міцно триматися, якщо навіть випустив сусіда, то відразу ж прикріпитися до нього або до іншого. Наприкінці усі аплодують собі і обговорюють, як важко щось робити разом, але в той же час це весело, цікаво і захоплююче.

"3 місця на місце"

Учасники сідають по колу, тренер стоїть у центрі кола.

Інструкція: "Зараз у нас у нас буде можливість продовжити знайомство. Зробимо це так: той, хто стоїть у центрі кола (для початку ним буду я) пропонує помінятися місцями всім тим, хто володіє якоюсь загальною ознакою. Він називає цю ознаку. Наприклад, тренер каже: "Поміняйтеся місцями всі ті, у кого є сестри", – і всі, у кого є сестри, повинні помінятися місцями. При цьому той, хто стоїть у центрі кола, повинен постаратися встигнути зайняти одне з місць, а той, хто залишиться в центрі кола без місця, продовжить гру. Використовуємо цю ситуацію для того, щоб якомога більше дізнатися один про одного.

"Учитель"

Тренер пропонує уявити всім, що вони вирости в лісі і не знають, як правильно рухатися і розмовляти. Саме тому вони потрапили до школи, де їх знову будуть навчати всього. Обирається "вчитель", всі інші – "учні". "Учитель" стає навпроти "класу" і "вчить" всіх найпростішим рухам, а всі повинні

повторювати. За бажанням, на місці "вчителя" може побути кожен учасник. Головне – простежити, щоб завдання не повторювалися. Таким чином, тренер може побачити потенційних лідерів і готовність групи працювати разом, тих, з ким потрібно буде індивідуально попрацювати.

"Діти і звірята"

Тренер заздалегідь готує список звірів, яких знають дітки. Діти стають в коло. Дається завдання уважно послухати і нікому не говорити слово, яке скаже тренер на вушко. Тренер проходить і кожному на вушко називає тварину (так, щоб у колі серед дітей вийшло по парам тварин або одна трійка), але діти з однаковими назвами тварин не повинні стояти поруч. Далі тренер дає час, щоб діти, не використовуючи мову або звуки, користуючись тільки жестами, знайшли свою пару. Усі, хто знайшли пару, мовчки стають в коло (не спілкуються, поки тренер не дозволить!!!!). кожна пара по черзі в колі показує, які вони тварини, а всі інші повинні відгадати.

"Фотограф"

Вибирається 1 учасник, який буде фотографом. Завдання інших – зробити "сумну групу", завдання фотографа – розсмішити групу. Потім вибираємо нового фотографа, завдання групі – розійтися по кімнаті, фотограф повинен будь-яким способом їх зібрати в одному місці; далі група – сміється, фотограф – налаштовує на серйозний лад. Можна вигадати ще багато суперечливих завдань. Головне: після закінчення заняття запитати у "фотографів", як їм було, і завершити вправу тим, що якщо всі не підтримають ідею гарного відпочинку та спільних зусиль, дружби і взаємодопомоги, то у всіх вийде "погана фотографія літа".

Закінчення

"Оплески по колу"

Всі встають в коло. Тренер хвалить усіх за активну участь і пропонує поаплодувати кожному учаснику: кожен по черзі повертається до сусіда справа / зліва і плескає йому. Наприкінці усі плескають разом своєї дружній команді.

Заняття 4. Комунікація та спілкування

Мета:

- активізувати учасників до роботи в групі,
- тренувати увагу до дій іншого,
- розвинути уміння знаходити засоби невербального спілкування, зрозумілі іншим.

"Компліменти"

Матеріали – м'яч. Особливі вимоги до приміщення – достатність простору для кидання м'яча в колі. Процедура: учасники стоять у колі. Тренер пропонує придумати компліменти партнерам, перший говорить комплімент і кидає м'яч учаснику, якому цей комплімент призначений. Цей учасник кидає м'яч іншому, якому хоче сказати свій комплімент, і так далі. Тренер стежить, щоб комплімент отримав кожний учасник.

"Будь уважним"

Мета – дати можливість учасникам розім'яти м'язи та відпочити, орієнтація на дію одне одного. Час – 5 хвилин. Тренер називає числа, відразу ж після того, як число назване, повинно встати саме стільки людей, яке число назвав тренер.

"Друїди"

Мета гри: розвиток навичок самопрезентації; групове згуртування; рефлексія.

Ресурси гри:

Для учасників:

- самовираження кожного учасника окремо і всієї групи в цілому через творчу діяльність;
- можливість розповісти про себе іншим учасникам щось незвичайне, особливе;
- прояснення своєї групової позиції, ролі;
- отримання досвіду спільної діяльності, групове згуртування;
- освоєння тренінгового простору.

Для тренера:

- зняття можливої напруги або агресії з допомогою творчої діяльності;
- прояснення індивідуальних особливостей учасників;
- діагностика внутрішньогрупових відносин.

Цільова аудиторія: вік учасників може бути різним, необхідна достатня умова–сформоване абстрактне мислення.

Інтрига (ігрова метафора), яка розповідається перед інструкцією ігри: "Древні друїди вважали, що кожній людині відповідає певна рослина, яка є додатковим джерелом сил і енергії для цієї людини. Крім того, вона визначає властивості характеру, особливості поведінки людини і відображає її індивідуальність".

Інструкція (поетапна, дослівна):

1. Спробуйте уявити собі, яка рослина може бути вашим джерелом, відображати ваші особливості та індивідуальність. Вам потрібно виліпити таку рослину з пластиліну і продумати, як представити її іншим. Час обмежений: на виконання завдання у вас є 7 хвилин.
2. Отже, закінчили! Тепер у кожного з вас є 1 хвилина на самопрезентацію, під час якої ви поясните групі, чому вибрали саме цю рослину, чим ви з нею схожі, що вона символізує і т. д.
3. Ми змогли побачити, що кожен з нас індивідуальність, у чомусь незвичайні та відмінні від інших. Але всі ми живемо в одному світі, а ми з вами зараз живемо ще і в нашій групі. Давайте уявимо цей аркуш паперу невеликим островом в океані, він буде символізувати простір, у якому існує наша група. І вам потрібно буде зараз протягом 3 хвилин помістити ваші рослини на цьому острові. Зверніть увагу на те, щоб кожен з вас знайшов своє "комфортне" місце на острові.
4. А тепер давайте ще раз подивимося, що у нас вийшло (луг, маленький лісок, гайок). Тепер ваш маленький лісок має трохи інші властивості, ніж ті, якими раніше володіли ви, будучи окремими рослинами. Протягом наступних 4 хвилин подумайте, які властивості придбали ви,

влаштувавшись на "острівці", і доповніть композицію новими елементами, що символізують властивості, якщо це необхідно.

5. Чудово! До якої ж композиції ми в підсумку прийшли? Усі знайшли для себе місце на "острівці"?

Методичні особливості проведення та інструментарій:

Тривалість гри близько 30 хвилин, без урахування часу аналізу; рекомендована кількість учасників від 7 до 30 осіб; досить великий простір для творчого процесу – стіл, чиста підлога, килим; для проведення та оформлення гри знадобиться 2-3 упаковки пластиліну різних кольорів, аркуш паперу або картону для платформи (аркуш повинен бути такого розміру, щоб усі рослини, розташовані з високою щільністю, вільно містилися на ньому).

Можливі питання для обговорення:

- Які почуття, емоції виникли у вас під час і після цієї гри?
- Чому ви обрали для себе саме цю рослину?
- Чи легко вам було презентувати себе таким незвичайним чином?
- Що в цій грі викликало у вас труднощі?
- Порівняйте ваші відчуття себе в групі до і після гри.
- Як відбувався процес розподілу місць на "острівці"?
- Чи вдалося знайти на "острівці" дійсно своє місце?

Варіанти гри: Цю гру можна використовувати виключно як тренування навички презентації (що дозволяє застосовувати на більш ранніх стадіях групової динаміки). У такому випадку потрібно прибрати з вправи етап, де учасники розміщують свої роботи на спільному просторі (листі), і дозволити їм залишити їх у себе.

"Сліпі і поводитир"

Вправа розвиває навички "ведення" і "проходження" і дозволяє підняти в обговоренні тему переживань, пов'язаних з відчуттям лідерства, залежності і відповідальності.

Опис процедури. Ділиться на дві підгрупи, одна з яких бере на себе роль спостерігачів. З другої підгрупи вибирається доброволець, який буде

виконувати роль поводиря. Решта учасників є "сліпими". Вони шикуються в колону по одному, на відстані не менше метра один від одного і беруться однією рукою за мотузку, протягнуту вздовж їх колони. Після цього їм зав'язують очі. Початок мотузки бере в руку і встає в голову колони поводири. Завдання поводиря – провести групу за вказаним ведучим маршрутом, не промовляючи ні слова. Мотузка є єдиним засобом зв'язку його з учасниками. (Поводир залишається зрячим) Перед початком руху ведучий за допомогою підгрупи спостерігачів наводить у кімнаті "невеликий" безлад, для того щоб ускладнити маршрут просування групи. У кімнаті можна переставити столи та стільці, частину з яких можна перевернути або звалити купою і т. п. Після того, як усе готово, ведучий за руку веде поводиря за маршрутом: перелазить з ним через стільці, пролазять під столами, протискується між зсунутими шафами і т. п. Завдання поводиря, проходячи по маршруту, вести за собою свою "сліпу" групу.

Пояснення. Поводирю доводиться смикати за мотузку вгору або вниз, вправо або вліво, вказуючи тим самим напрямок руху людині, яка йде слідком за ним. Той, у свою чергу, долаючи перешкоду або поворот, повинен вести за собою учасника, який йде позаду. ("Сліпі" учасники можуть розмовляти один з одним, але це їм мало допомагає, оскільки вони все одно не бачать перешкоду, тому не можуть її як слід описати.)

Обговорення. У процесі обговорення слід поговорити, яка роль була простіша, а яка складніша, і узагальнити найбільш ефективні стратегії управління. При цьому підгрупа спостерігачів повідомляє про свої спостереження і по можливості визначає найбільш уважного поводиря. Після проходження всього маршруту підгрупа "сліпих" і підгрупа спостерігачів міняються місцями. Вправу краще знімати на відеокамеру. Якщо такої можливості немає, тоді залишається вся надія на отримання опису того, що відбувається з групою спостерігачів.

Закінчуємо позитивом

Група знову сідає в коло. Зараз кожен з учасників має подарувати сусіду подарунок, який треба зобразити мовчки за допомогою жестів. Сусід має здогадатися, що йому подарували.

Вправа виконується по колу, кожен має отримати "подарунок".

Заняття 5. Конфлікт і згуртованість

Мета:

- розкрити основні аспекти конфліктів у групі;
- навчитися вирішувати проблемні ситуації разом;
- розвинути характеристики, що допоможуть дітям орієнтуватися у конфліктних ситуаціях продуктивно.

Гра-розминка "Австралійський дощ" (5 хв.)

Учасники стають у коло. Інструкція: Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо, який він. Зараз по колу ланцюжком ви будете передавати мої рухи. Як тільки вони повернуться до мене, я передам наступні. Стежте уважно!

- В Австралії піднявся вітер. (Ведучий тре долоні).
- Починає крапати дощ. (Клацання пальцями).
- Дощ посилюється. (Почергово плескання долонями по грудях).
- Починається справжня злива. (Плескання по стегнах).
- А ось град, справжня буря. (Тупіт ногами).
- Але що це? Буря стихає. (Плескання по стегнах).
- Дощ стихає. (Плескання долонями по грудях).
- Рідкі краплі падають на землю. (Клацання пальцями).
- Тихий шелест вітру. (Потирання долонь).
- Сонце! (Руки догори).

"Вавилонська вежа"

Мета: підвищення рівня згуртування і взаємодії в групі, розвиток навичок невербальної комунікації.

Ресурси гри:

Для учасників:

- отримання досвіду і розвиток навичок невербального взаємодії;
- творче самовираження і розвиток креативності;
- розвиток лідерського потенціалу;

- розвиток навичок взаємодії в групі, в тому числі в умовах конкуренції;
- освоєння тренінгового простору;
- дослідження власних стратегій роботи в команді.

Для тренера:

- діагностика рівня готовності учасників до групової взаємодії;
- діагностика і, за необхідності, корекція соціально-рольових позицій учасників групи;
- можливість виявити найбільш "ресурсних" для тренера учасників;
- створення робочої атмосфери, провокація змін групової динаміки.

Цільова аудиторія: гра може проводитися з різними віковими категоріями, починаючи від молодших підлітків 10-11 років і закінчуючи дорослими людьми приблизно до 40-50 років.

Інтрига (ігрова метафора), яка розповідається перед інструкцією ігри: "Усі ми чудово пам'ятаємо міф про Вавилонську вежу. Величезну кількість людей було зібрано для будівництва. Безліч засобів і матеріалів було використано для її зведення. Процес споруди йшов. Але башта так і не була збудована тому, що люди, які її будували, в одну мить стали розмовляти різними мовами і перестали розуміти один одного. А чи сильно змінилися люди за ці тисячоліття? Чи завжди ми можемо домовитися? Чи можемо ми зрозуміти один одного без слів, не володіючи спільною мовою? Саме це нам зараз і належить з'ясувати!" Інструкція (поетапна, дослівна):

1. Зараз ми розділимося на дві команди, приблизно рівні за кількістю учасників.
2. Кожна команда може користуватися "будівельними матеріалами" – канцелярським приладдям (папір, маркери, клей, стікери, ножиці і т. д.) – у необмеженій кількості, але жоден з учасників не може користуватися голосом. Тобто в процесі гри вам не можна розмовляти! Правило це нескладне, але саме його потрібно чітко дотримуватися. За кожне порушення правила команда буде позбавлятися одного з видів будівельних матеріалів.

3. У вас є 20 хвилин, і ваша мета – у повному мовчанні побудувати свою "Вавилонську вежу"!
4. Отже, вежі побудовані! Зараз ми виміряємо і подивимося, хто ж став переможцем. У результаті напруженого швидкісного будівництва перемогла команда... (називаються імена учасників команди). Тепер ми акуратно розмістимо вежу на її вже законне почесне місце!

Наразі від учасників команди-переможців може бути пропозиція поставити поряд башти обох команд. Тренеру слід підтримати цю ініціативу. Якщо ж пропозиції не буде, то ведучий може сам акуратно натякнути учасникам про таку можливість. Наприклад, таким чином: "Чесно кажучи, мені дуже подобаються обидві башти, і мені здається, що вони відмінно б виглядали разом. Як думаєте?" Варто відзначити, що тренер має сам вирішити, чи потрібно йому робити учасникам таку пропозицію. (На його рішення можуть вплинути такі фактори, як реакція обох команд на перемогу (порузку) у змаганні, емоційний стан групи на даний момент тренінгу, особливості групової динаміки та ін.)

Методичні особливості проведення та інструментарій:

Час проведення (без аналізу процесу взаємодії) – 20-25 хвилин;

досить великий простір для творчого процесу – стіл, чиста підлога, килим;
канцтовари: ножиці, папір білий і кольоровий, ручки, фломастери, стікери, клей, скріпки і т. д. Також необхідна велика лінійка або рулетка для вимірювання висоти побудованих веж;

для більшого занурення в ігрову метафору можна використовувати музичний супровід (наприклад, етнічні мелодії);

під час будівництва" ведучий не втручається в процес, виняток робиться тільки для нагадування про правила і фіксації їх порушень, а також про час, який залишився. У даній модифікації вправу краще проводити вже на робочій стадії розвитку групи, коли в учасників є більш-менш успішний досвід спільної діяльності.

Можливі питання для обговорення:

- Як пройшов процес будівництва?
- Що ви відчували, спілкуючись без слів, тобто невербально?
- Які переживання зараз у представників команди, яка перемогла?
- Які переживання зараз у представників команди, яка не перемогла?
- Наскільки успішно вдалося виконати завдання і не повторити помилок "стародавніх предків"?
- Чи задоволені ви результатом своєї команди? А своїм власним?
- З якими труднощами довелося зіткнутися в процесі гри?
- Що дозволило домовитися, зрозуміти, що і як потрібно робити?
- Що заважало процесу "будівництва"? Які труднощі подолати не вдалося?
- Хто і які функції брав на себе?
- Хто був виконавцем, хто генератором ідей, хто організовував інших тощо?
- Чим керувалися при визначенні того, хто чим буде займатися, за що відповідати в ході будівництва? Чому ви обрали для себе саме такі ролі? Хто і як відчував себе, виконуючи саме таку роботу?
- Як вам здається, що змінилося б, якщо б можна було розмовляти? Що саме?

"Міна"

Вправа спрямована на розвиток навичок взаєморозуміння та організації швидких узгоджених дій партнерів.

Опис процедури. Вправа виконується в колі. По команді ведучого "Міна!" Групі необхідно за мінімальний час (3-5 секунд) покинути коло ("бліндаж") через вузький прохід, позначений тренером за допомогою двох стільців. Команда ведучим подається без попередження. Створюється установка на вірогідність "загибелі" учасників, які не встигли вчасно покинути бліндаж, від прямого попадання в нього міни. Вправа виконується кілька разів з обговореннями.

Пояснення. Вправу складно виконати, якщо кожен учасник буде думати тільки про те, як врятуватися лише йому.

Обговорення. У процесі обговорення корисно звернути увагу на те, хто зазвичай вискакував першим, а хто останнім і чому. Можна попросити учасників розказати, які думки приходили їм в голову в процесі виконання завдання. Корисно дати установку учасникам на можливість виконання даної вправи в процесі інших процедур і подавати команду без попередження. У цьому випадку вправа дозволяє розвинути здатність швидкого реагування і перемикання на інший вид дій в екстремальній ситуації.

"Посмішка по колу"

Усі беруться за руки і "передають" посмішку по колу: кожен повертається до свого сусіда праворуч чи ліворуч і, побажавши щось хороше та приємне, посміхається йому. При цьому можна образно "взяти посмішку" в долоні і обережно передавати її по колу, з рук в руки. Така форма прощання може стати традиційним ритуалом за час роботи тренінгової групи.

Окрім індивідуальної роботи і проведення групової тренінгової роботи з дітьми молодшого шкільного віку, практичному психологу важливо перевіряти і коригувати результати своєї роботи. Оскільки індивідуально-психологічні особливості та темпераментальні характеристики не зміняться за короткий термін табірної зміни, міжособистісні відносини у групі дітей, коригувати можливо. Актуально використовувати прості і зрозумілі методики, які не потребують від дітей використання особливих знань і умінь під час їх виконання. Серед таких методик можна згадати дві: тест психологічної атмосфери та міжособистісних відносин у групі "Два будиночки" (Додаток 7) та соціометричне дослідження групи дітей (Додаток 8). Дані методики рекомендовано проводити у перші 3 дні перебування дітей у таборі на етапі первинної адаптації до нового колективу та організації життя і дозвілля у дитячому оздоровчому таборі. Таким чином, практичний психолог отримує первинну інформацію про зв'язки дітей у групі, лідерів та аутсайдерів і має змогу своєчасно застосувати превентивні заходи щодо виникнення можливих

труднощів міжособистісної взаємодії у дитячому колективі. Для перевірки ефективності спільної роботи психолога та наставника дитячої групи рекомендуємо провести дані методики за день до закінчення зміни.

Питання для самоперевірки та самоконтролю

1. Охарактеризуйте соціальну ситуацію розвитку дитини молодшого шкільного віку.
2. На які основні новоутворення молодшого шкільного віку потрібно спиратися у своїй роботі практичному психологу і чому?
3. Чим характеризується діагностичний етап роботи із дітьми молодшого шкільного віку? Які методики можна рекомендувати для роботи?
4. Опишіть психологічні портрети дітей відповідно темпераменту і дайте рекомендації до роботи практичного психолога з ними.
5. Яка різниця між роботою практичного психолога з групою молодших школярів у школі та у межах дитячого оздоровчого табору?
6. Дайте обґрунтування застосування тренінгових занять з групою молодших школярів в умовах формування тимчасового дитячого колективу.

Розділ 3. Особливості роботи практичного психолога з дітьми середнього шкільного віку

Середній шкільний вік (11-15 років). На межі 10 -11 років дитина вступає у найскладніший період свого вікового розвитку – підлітковий. За короткий час діти так різко змінюються, що психологи виділяють молодший (11-13 років) та старший (14-16 років) підлітковий вік. Підлітковий вік вважають важким. Він важкий не тільки для педагогів, психологів і наставників, що працюють із дітьми цього віку, але й насамперед для самих дітей. Завдання психолога – допомогти підліткові перебороти труднощі, створити умови для успішного формування особистості у даний період часу в умовах тимчасового дитячого колективу.

§1 Психологічні особливості молодшого підліткового віку

Значно розширюються діапазони інтересів молодших підлітків, що впливає на розвиток ініціативи, творчості. Дитина прагне до самостійності, самовиявлення, самореалізації та самоствердження особистості. Це природна вікова потреба дитини, яку слід враховувати психологу у практичній роботі з підлітками в умовах оздоровчого табору.

Наразі ми маємо низку теоретичних та емпіричних досліджень, що стосуються різних психологічних особливостей розвитку особистості підлітків. Вивченню підліткового віку велику увагу приділяли вітчизняні та іноземні психологи, у тому числі Л.І.Божович, Л.С. Виготський, І.С.Кон, А.В. Мудрик, Д.І.Фельдштейн, Д.Б.Ельконін, Д.О.Флейк-Хобсон, Ф. Райс, Х.Ремшмидт та інші.

Підлітковий вік (анг.Teenageperiod, adolescence) – це період онтогенезу, перехідний між дитинством і дорослістю. У XIX ст. підлітковий вік було виділено як особливий період розвитку особистості, межі якого збігаються із навчанням дітей у 5-8-х класах середньої школи і охоплюють вік від 11-12 до 14-15 років. Особливе місце підліткового періоду розвитку особистості

відображено у наступних його назвах: "перехідний", "важкий", "критичний". Вони відображують складність і важливість процесів психічного та соціального розвитку особистості, які відбуваються у такому віці, і характеризують перехід від однієї епохи життя до іншої [15, 194]. Перехід від дитинства до дорослості становить основний зміст і специфічну особливість розвитку особистості дитини у цей період: фізичного, розумового, морального, соціального.

Актуальність підліткового віку полягає ще і в тому, що в ньому закладаються важливі основи і намічаються базові напрями формування моральних і соціальних установок особистості. За словами Б.Ц.Бадмаєва, "підлітковий вік найважчий для вчителів та батьків, найкритичніший для самих підлітків. Девіантна поведінка підлітків приносить багато клопоту як безпосереднім вихователям – вчителям, так і освітній та правоохоронній системі. З медичної точки зору у даний період виникають проблеми, пов'язані з нервово-психічними розладами, наркоманією, складністю сексуальних стосунків тощо"[22, 118].

Перехід від молодшого шкільного віку до молодшого підліткового віку супроводжується численними психосоціальними змінами особистості дитини, що мають завершитися у короткий проміжок часу. Це явище отримало назву "підліткової кризи": коли навчальна діяльність перестає здійснювати першочерговий вплив на розвиток особистості дитини, а провідною діяльністю стає спілкування з однолітками (за Д. Б. Ельконіним – інтимно-особистісне спілкування), відбувається психологічне віддалення від дорослих, що супроводжується частими конфліктами[113, 157] .

Підлітковий вік охоплює період від 11 –12 до 14–15 років, що відповідає середньому шкільному вікові, тобто 5 – 9 класам сучасної школи. У цей період в особистості дитини відбуваються складні і суперечливі зміни, на підставі чого його ще називають важким, критичним, перехідним. Така оцінка зумовлена багатьма якісними змінами, які нерідко пов'язані з докорінною зміною попередніх позицій, особливостей психологічної активності, інтересів і стосунків дитини. Відбуваються вони за порівняно короткий час, здебільшого

бувають несподіваними і надають процесові розвитку стрибкоподібного, бурхливого характеру. Майже завжди ці зміни супроводжуються появою у підлітка суб'єктивних труднощів. Ускладнюється і його виховання, оскільки підліток не підкоряється ефективним щодо молодшого школяра впливам дорослих, у різних формах проявляє непослух, опір і протест (упертість, грубість, негативізм, замкненість).

Підлітковий вік називають перехідним і тому, що у цей період відбувається перехід від дитинства до юності, від незрілості до зрілості. Ця особливість проявляється у фізичному, розумовому, моральному, соціальному та духовному розвитку особистості.

На основі етнографічних досліджень американський психолог Рут Бенедикт (1887–1948) зробила висновок, що перехід від дитинства до дорослості різний у різних суспільствах і його не можна вважати природно зумовленим. Вона довела, що конкретні соціальні обставини життя дитини зумовлюють тривалість підліткового віку, наявність чи відсутність кризи, конфліктів, труднощів, особливості переходу від дитинства до дорослості [105, 99]. Згідно з цими дослідженнями у людині природне не може бути протиставлене соціальному, оскільки природне в ній теж є соціальним.

У дослідженні підліткового віку важливо, на думку Л. Виготського, виокремити основне новоутворення у психіці підлітка, з'ясувати соціальну ситуацію його розвитку, яка в кожному віці передбачає неповторну систему стосунків дитини і середовища. А суть кризи перехідного віку полягає у перебудові цієї системи. Психологічний зміст підліткової кризи пов'язаний з виникненням почуття дорослості, розвитком самосвідомості, ставлення до себе як до дорослої особистості, до своїх нових можливостей і здібностей. Підліткам властиві прагнення до ідеалів, максималізм, значні фізіологічні зміни.

Отже, враховуючи різні теорії, можна стверджувати, що особливості проявів і перебігу підліткового періоду залежать від конкретних соціальних обставин життя і розвитку підлітка, його соціальної позиції у світі дорослих. Вирішальна роль у його психічному розвитку належить передусім системі

соціальних відносин (відносин із навколишнім світом). Біологічний чинник впливає на підлітка опосередковано – через соціальні стосунки з оточенням.

У підлітковому віці відбуваються суттєві зміни мотивації: на перший план виходять мотиви, пов'язані з формуванням світогляду, з планами майбутнього життя. Структура мотивів характеризується наявністю певної системи супідрядних мотиваційних тенденцій та провідних суспільно значущих мотивів, що стали цінними для особистості. На думку Л.І. Божович, у мотиваційній сфері знаходиться головне новоутворення перехідного віку [14, 28]. .

Л.С. Виготський вважав проблему інтересів ключовою для підліткового періоду. Він виокремив дві фази підліткового віку, пов'язуючи їх зі змінами у сфері інтересів [24, 102]:

- у негативній фазі відбувається згортання, відмирання попередньої системи інтересів, з'являються сексуальні потяги, звідси – зниження працездатності, погіршення успішності, грубість, підвищена дратівливість підлітка, незадоволення самим собою, занепокоєння;

- позитивна фаза характеризується зародженням нових ширших і глибших інтересів, розвивається інтерес до психологічних переживань інших людей, до власних переживань, звернення підлітка у майбутнє реалізується у формі мрії.

Молодший підлітковий вік характеризується розширенням пізнавальних інтересів, вершиною допитливості є вік 11-12 років. Однак прояви допитливості поверхові. Причиною відсутності інтересів є відсутність яскравих інтересів у оточуючих підлітка дорослих, надмірна активність дорослих у розвитку цього процесу.

Домінуючими потребами підліткового віку, на думку Д. Б. Ельконіна є [114, 267]: потреба в спілкуванні з однолітками, потреба в самоствердженні, потреба бути і вважатися дорослим. Потреба бути і вважатися дорослим задовольняється в спілкуванні з дорослими: підлітку важлива не стільки сама по собі можливість самостійно розпоряджатися собою, скільки визнання оточуючими дорослими цієї можливості і принципової рівності з точки зору

прав. Рекреаційний потенціал, організаційно-побутові та психологічні умови дитячого оздоровчого табору дають можливості повноцінно та продуктивно розвивати та реалізовувати ці потреби.

Початок підліткового періоду характеризується якісним зрушенням у розвитку самосвідомості: у підлітка починає формуватися позиція дорослої людини, поява якої означає, що він суб'єктивно вже вступив у нові стосунки з оточуючим світом дорослих, зі світом їх цінностей. Підліток активно засвоює ці цінності, вони складають новий зміст його свідомості: вони існують як цілі і мотиви поведінки та діяльності, як вимоги до себе та інших, як критерії оцінок і самооцінки. Він прагне осмислити свої домагання на визнання; оцінити себе як майбутнього юнака чи дівчину; визначити для себе своє минуле, значення особистого сьогодення, заглянути у своє майбутнє; визначитися в соціальному просторі – осмислити свої права і обов'язки. Підліток зацікавлено рефлексує щодо себе та інших, співвідносячи властиві йому особливості з проявом однолітків і дорослих.

Самосвідомість підлітка вже включає в себе всі компоненти самосвідомості дорослої особистості. Підліток сенситивний до свого духовного розвитку, тому він починає інтенсивно просуватися в розвитку всіх ланок самосвідомості. Підлітка починає хвилювати він сам у своєму фізичному й духовному втіленні. "Яким я можу постати перед іншими?" – актуальне питання для нього. У зв'язку з цим його хвилює тіло, обличчя, ім'я.

Своєрідність соціальної ситуації розвитку підлітка полягає у включенні його в нову систему стосунків, спілкування з дорослими та ровесниками, в опануванні нових соціальних функцій. Права на визнання у підлітків спрямовані на реалізацію себе в сфері фізичного, розумового й особистісного розвитку. У цьому віці загострена потреба у визнанні "самості" (унікальності) при психологічній залежності від однолітків, тому підліток ефективно поєднує егопозицію "Не плутайте мене з іншими" і конформну позицію "Ми – група однолітків", адже спілкування з однолітками виступає як потреба і значуща діяльність.

Особливою формою підліткової самосвідомості є почуття дорослості, яке визначається як новоутворення свідомості, через яке підліток порівнює себе з іншими, знаходить зразки для засвоєння, будує свої стосунки з людьми, перебудовує свою діяльність. Це стрижнева особливість особистості, яка виражає нову життєву позицію підлітка стосовно себе, людей, світу.

Види дорослості (Т.В. Драгунова) [29, 58]:

- наслідування зовнішніх ознак дорослості (куріння, вживання алкоголю, використання косметики, перебільшений інтерес до проблем статі, наслідування дорослих в одязі і зачісці, тобто поверхове уявлення про дорослість з акцентом на специфічне проведення вільного часу);
- прагнення підлітків-хлопчиків відповідати уявленню про "справжнього чоловіка", виховувати у себе силу волі, витримки, сміливості;
- соціальна дорослість (складається в ситуаціях співробітництва дорослого і підлітка як помічника, часто в сім'ях, де підліток через обставини змушений фактично зайняти місце дорослого, прагне оволодіти практичними вміннями, надати реальну допомогу і підтримку);
- інтелектуальна дорослість (пов'язана з розвитком стійких пізнавальних інтересів, з появою самоосвіти).

Почуття дорослості виявляється по-різному. Дорослі повинні допомогти підлітку в пошуку культурних засобів вираження почуття дорослості, спонукати підлітка до з'ясування його сильних і слабких сторін, допомогти досягти успіху. У цьому випадку підліток буде приділяти увагу реальним проявам дорослості (прийняття відповідальності, уміння відстоювати власну точку зору).

Крім цього, виокремлюють особливу форму підліткового егоцентризму: підлітку складно диференціювати предмет свого мислення і мислення інших людей, внаслідок інтенсивного аналізу і оцінки себе у нього виникає ілюзія, нібито інші люди безперервно оцінюють його поведінку, зовнішність, спосіб мислення, почуття. Типова вікова особливість – схильність перебільшувати і хворобливо реагувати на власні реальні чи уявні тілесні недоліки.

У цей період інтенсивно засвоюються стереотипи поведінки, пов'язані з усвідомленням своєї статевої приналежності. Для дівчаток характерні такі риси, як емоційна сприйнятливість, реактивність, гнучке пристосування до конкретних обставин, конформність поведінки, схильність апелювати до суджень дорослих, до авторитетів сім'ї, прагнення опікуватися молодшими, високий інтерес до власної зовнішності, поєднання кокетства з сором'язливістю, акуратність, ретельність, терпимість у повсякденній діяльності, краща успішність з гуманітарних предметів.

Хлопці цікавляться переважно проблемами, пов'язаними з абстрактними явищами, світоглядом, точними науками, менш конформні, розкутіші в поведінці, гірше підкоряються загальноприйнятим вимогам, у несприятливих умовах у них легше виникає і важче коригується негативне ставлення до навчання, значну роль у свідомості і поведінці набувають сексуальні інтереси.

Сучасні дитячі оздоровчі табори дають підліткам не тільки можливість повноцінної самореалізації в умовах групи однолітків, але й можливість випробувати свою набуту соціальну зрілість та прагнення до дорослості у ролі помічника вожатого (юніор-вайзера) у молодших загонах. Це тимчасова можливість стати на певний час дорослим – не тільки отримати можливості дорослого наставника (звичайно, під наглядом професіонала), але й відчути власну відповідальність за слова та вчинки. Така ситуація дуже мотивує підлітка до самовиховання, саморегуляції та особистісного зростання.

Соціальна ситуація розвитку підлітка особливо залежить від сім'ї, стосунків з батьками. Якщо ці стосунки враховують його потреби і можливості, вибудовуються на засадах взаємоповаги та довіри, підліток легко долає труднощі у навчанні і спілкуванні, активно набуває соціального досвіду, утверджується в таких елементах соціуму, як шкільний клас, група ровесників та ін.

Основним чинником розвитку підлітка є його власна соціальна активність, спрямована на засвоєння важливих для нього зразків поведінки і цінностей, на побудову стосунків з дорослими, ровесниками. Підлітки включаються у різні

види суспільно корисної діяльності, що розширює сферу їхнього спілкування, можливості засвоєння соціальних цінностей, сприяє формуванню моральних якостей особистості.

Новоутворенням підліткового віку є розвиток рефлексії. Рефлексія – мисленнєвий процес, спрямований на аналіз, розуміння, усвідомлення себе: власних дій, поведінки, мови, досвіду, почуттів, здібностей, характеру, стосунків тощо. Д.І. Фельдштейн виявив динаміку розвитку рефлексії у 10-11 років – тут предметом рефлексивних очікувань підлітка виступають окремі вчинки [101, 73]. У 12-13 років головним стає аналіз рис власного характеру і особливостей взаємостосунків з людьми. У 14-15 років у структурі особистісної рефлексії істотно підвищується критичність підлітків щодо себе.

Центральним новоутворенням підліткового віку є новий рівень самосвідомості – Я-концепція, – система уявлень людини про саму себе, яка включає усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних, характерологічних, соціальних та інших властивостей; самооцінку; суб'єктивне сприйняття зовнішніх чинників, що впливають на власну особистість.

У 10-11 років майже третина підлітків дають собі повністю негативні характеристики; деякі підлітки, підкреслюючи свої численні недоліки, виділяють одну рису, яка їм подобається, тобто самооцінка має негативне емоційне тло. У 12-13 років поряд із загальним сприйняттям себе зберігається і ситуативно негативне ставлення підлітка до себе, яке залежить від оцінок оточуючих, насамперед, однолітків. У 14-15 років виникає "оперативна самооцінка", яка визначає самоставлення підлітка в даний момент, що ґрунтується на співставленні своїх особливостей з певними нормами, що виступають для нього як ідеальні форми його особистості.

Підлітковий вік є сенситивним для розвитку самосвідомості особистості. У підлітків виникає інтерес до себе, якостей своєї особистості, потреба оцінити, порівняти себе з іншими, розібратися у своїх почуттях і переживаннях. На основі розвитку самосвідомості, зростання вимог до себе, нового становища серед ровесників і старших у них з'являється прагнення до самовиховання.

Вони намагаються розвинути в собі позитивні якості, подолати негативні риси. Але порівняно невеликий життєвий досвід і ще не сформований життєвий світогляд нерідко породжують суперечності між потребою у самовихованні і невмінням реалізувати її.

Самооцінка підлітка носить суперечливий характер: з одного боку, підліток одночасно сприймає себе як дорослого і як маленьку дитину, з іншого – спостерігається поєднання конкретної ситуативної і загальної самооцінки, коли кожна позитивна і кожна негативна окрема самооцінка миттєво набуває глобального характеру. У кінці підліткового віку відбувається зміна самооцінки: поступово самооцінка, запозичена у дорослих, змінюється самооцінкою, яка виникає як прагнення до самовияву, самоствердження, самореалізації, самовиховання. Моральний розвиток характеризується наявністю протиріччя між некритичним засвоєнням групових моральних норм і прагненням обговорювати прості правила; певним максималізмом вимог; перенесенням оцінки окремого вчинку на особистість в цілому.

Ж. Піаже виявив, що в період між 12 і 13 роками моральний розвиток особистості набуває нового сенсу, коли значущими стають цінності та ідеали, що виходять за рамки його конкретного життя (соціальна справедливість, свобода, дружба, любов, щирість – усі ці поняття для підлітків емоційно забарвлені, особистісно значущі) [72, 412]. Розвиток дорослості є процесом становлення готовності дитини до життя у суспільстві. Він передбачає засвоєння суспільних вимог до особистості, діяльності, стосунків і поведінки дорослих.

Становлення дорослості відбувається по-різному. Перші її ознаки можуть дуже відрізнятись від розвинутих форм, проявлятися раптово. Якщо не знати і не враховувати нових тенденцій розвитку у підлітковому періоді, то процес виховання може бути неефективним, а становлення особистості відбуватися стихійно. З дорослішанням самооцінка підлітків стає диференційованішою, вона стосується не поведінки загалом, а поведінки в окремих соціальних ситуаціях, окремих вчинків. Це сприяє становленню її об'єктивності. Саме в

цей період міра об'єктивності самооцінки зумовлює концентрацію зусиль на формуванні моральних якостей, визначає напрям розвитку особистості.

Суттєво впливають на поведінку підлітка виконання обов'язків і доручень, очікуване ним ставлення до себе. Ґрунтуючись на самооцінці, очікування опосередковуються емоційно-оцінним ставленням до групових норм, вимог і цінностей. Підліток відчуває підвищену потребу у схваленні і визнанні друзями. Тому він активно шукає таке оточення, у якому відчуває позитивне ставлення до себе, своїх учинків, має змогу переконатися, що він доросла, самостійна людина.

У підлітків дуже яскраво виражене прагнення підбирати аргументи на користь емоційно більш привабливої поведінки за рахунок необхідної поведінки. Інакше кажучи, у підлітків сильні емоції проявляються частіше, ніж у дорослих, і блокують процес прийняття розумного рішення. Крім того, підлітки ще погано вміють враховувати наслідки здійснених вчинків. Не тільки у молодших, але навіть у старших підлітків коло передбачуваних ними наслідків дуже обмежене.

Різноманітні труднощі переслідують підлітка також і при створенні та виконанні наміру. Успішній регуляції своєї поведінки тут заважає низка особливостей їхньої особистості. Пізніше, коли ситуативна емоція послаблюється, слабшає і намір підлітка виконати прийняте рішення.

Нова внутрішня позиція підлітка виявляється й у виникненні потреби відповідати не тільки вимогам тих, хто його оточує (характерна для молодших школярів), а й власним вимогам та самооцінці. Спілкування підлітка з ровесниками, порівняння себе з іншими, інтерес до власної особистості, своїх здібностей, можливостей, їх оцінка зумовлюють значущість потреби знайти і зайняти своє місце у товаристві ровесників, самоствердитись. Щоб задовольнити це прагнення, підлітки намагаються потрапити у надзвичайні ситуації, створюють екстремальні умови для самопроявів, часто здійснюючи непередумані вчинки. Безглуздість їх дій нерідко зумовлюється нестійкістю

мотивації. Вона є віковою особливістю підлітків, тому в цьому віці такі дії спостерігаються часто.

У старшому підлітковому віці переважаючим особистісним мотивом є прагнення бути не гіршим за інших, не втратити своє Я, що свідчить про наявність у дітей почуття власної гідності. Для спонукальної сфери підлітків характерний перехід від дотримання зовнішніх вимог щодо моральної поведінки до особистісної активності, яка спирається на власні норми, ідеали, наміри, цілі.

Підлітки, відчуваючи труднощі в довільності організації своєї поведінки, ставлять перед собою в якості спеціальної задачі виховання волі і вироблення у себе вольових якостей особистості. Однак вони своєрідно розуміють цю задачу: вони бачать прояви волі переважно в героїчних вчинках, які породжуються якимись виключними обставинами. Інакше кажучи, вони не бачать і не помічають прояви волі у своєму повсякденному житті і діяльності. Тому, прагнучи виховати в собі "справжню волю", підлітки беруть за зразок героїчні вчинки, але вкрай рідко орієнтуються на зразки, втіленням яких є оточуючі їх люди. Цим самим пояснюється і те, що виховання волі в собі вони розуміють як вправи в певних ізольованих вчинках, що здійснюються в екстремальних умовах.

Особливості розвитку волі полягають у її неорганізованості, дії за найсильнішим мотивом. Водночас уміння володіти собою високо цінується підлітком, а відсутність необхідних вольових якостей викликає стурбованість. За словами Л.С. Виготського, не слабкість волі, а відсутність чи слабкість мети дезорганізовує поведінку підлітка: необхідні важливі життєві цілі, які виходять за межі негайних справ і розваг, особистісно значущі для підлітка.

Емоційна сфера характеризується більшою яскравістю, силою, стійкістю. Підлітки частіше відчувають сильні позитивні чи сильні негативні емоції і рідше знаходяться в нейтральному стані. Емоції мають тенденцію до "самопідкріплення" (неусвідомлюване бажання зберегти ту чи іншу емоцію, як позитивну, так і негативну), що свідчить про ригідність емоцій підлітка, їх

інертність. У цей період підвищена потреба в емоційній насиченості, у прагненні до відчуттів (звідси любов до голосної музики, ризиковані форми поведінки). Вияв емоцій бурхливий і безпосередній, підлітки часто не можуть стримувати радість, гнів.

Особливість емоційного реагування – порівняно легке виникнення емоційної напруги. У цей період спостерігаються досить часті і тривалі афективні реакції. Особливістю афекту є повне поглинання ним усіх сфер особистості, своєрідне звуження свідомості, коли емоції повністю блокують інтелектуальний план і відбувається їх розрядка у вигляді афективного викиду. У підлітковому віці в ситуації кризи часто зустрічається "афект неадекватності" – емоційна реакція більшої сили з незначного приводу, що пов'язано з протиріччям між низькою самооцінкою підлітка і високим рівнем домагань.

Важливим моментом розвитку особистості в цей період є те, що предметом діяльності підлітка стає він сам. Без повноцінного проживання підліткового періоду численні якості особистості, індивідуальні особливості виявляються нерозвинутими чи розвинутими недостатньо, які в подальшому майже не піддаються корекції.

Інтенсивний розвиток свідомості підлітків, який виявляється у формуванні особистісної рефлексії, самооцінки, критичності, виникнення потреби в новій інформації, особливо соціально-психологічній, нерідко породжують сумніви у набутому досвіді, поведінці дорослих, а також проблемну світоглядну ситуацію, яка вимагає перегляду цінностей, розв'язання світоглядних завдань. Однак через обмеженість досвіду, знань, здібностей вони не можуть їх розв'язати. За такої ситуації особливо цінними є порада, допомога, співучасть дорослих, передусім учителя, увага якого повинна бути спрямована на формування світогляду підлітка як основи його переконань – усвідомлених потреб, які спонукають діяти відповідно до ціннісних орієнтацій.

Підліткова пора є дуже сприятлива для розвитку моральної свідомості та самосвідомості, які створюють можливості для регуляції поведінки дитини. Однак реальна поведінка ще не цілком регламентується підлітками. Оволодіння

ними своєю поведінкою пов'язане з такими труднощами, як невміння стійко керуватися певною метою, систематично здійснювати самоконтроль, а також із притаманними дітям навіюваністю, імпульсивністю.

Цей віковий період характеризується нерівномірним розвитком когнітивного й емоційного компонентів переконань, недостатнім взаємозв'язком і узгодженістю між ними, що негативно впливає на поведінку. Тому необхідно дбати про розвиток кожного компонента переконань, зміцнення їх органічної єдності.

Важливим показником розвитку мотиваційної сфери підлітка є їхні інтереси – форма вияву пізнавальної потреби, яка забезпечує спрямованість особистості на усвідомлення цілей діяльності і сприяє ознайомленню з новими фактами дійсності. Саме у сфері інтересів виявляються спрямованість, інтелектуальна та емоційна активність особистості. У підлітковому віці чітко простежуються такі етапи розвитку інтересів:

а) **поява нових захоплень.** Цей етап триває майже два роки. Для нього характерні сумніви, зіткнення соціально-психологічних настанов, розвінчування авторитетів. Поява нових захоплень супроводжується згортанням і відмиранням існуючої системи інтересів, формуванням перших переживань, пов'язаних зі статевим дозріванням. Поєднання цих двох складових, на думку Л. Виготського, нерідко зумовлює загальне зниження, а іноді навіть і цілковиту відсутність інтересів. Ця деструктивна тенденція свідчить про остаточний відхід підлітка від дитинства. Для цієї фази характерні також песимізм, розрив установлених раніше зв'язків між дітьми, у тому числі і дружніх, бажання побути наодинці, різка зміна ставлення до інших людей, ігнорування правил суспільної поведінки;

б) **становлення нових інтересів.** Спершу їх може бути багато, а вони – різноманітними. Поступово шляхом диференціації окреслюється та закріплюється головний інтерес. Романтичні прагнення поступаються місцем реалістичному, прагматичному вибору одного, найстійкішого інтересу, здебільшого безпосередньо пов'язаного з основною лінією життя підлітка, який і визначає

спрямованість його особистості. На цьому етапі відбувається розширення і зміцнення суспільних зв'язків, що істотно залежить від матеріальних умов життя підлітка, конкретного соціального оточення. За несприятливих умов процес розвитку суспільних зв'язків є нетривалим, а коло інтересів підлітка – обмеженим.

§2 Індивідуальна робота практичного психолога з молодшими підлітками

Міжособистісне спілкування підлітка реалізується у спілкуванні з дорослими та спілкуванні з ровесниками, їх роль у формуванні особистості неоднакова. Якщо у спілкуванні з дорослими підліток засвоює суспільно значущі критерії оцінок, цілі та мотиви поведінки, способи аналізу навколишньої дійсності і способи дій, то спілкування з ровесниками є своєрідним випробуванням себе у сфері особистісної, зокрема специфічної моральної, проблематики. У спілкуванні з дорослими підліток завжди перебуває в позиції молодшого, певною мірою підкореного, а за таких умов не всі морально-етичні норми можуть бути ним засвоєні та апробовані. І лише в стосунках з ровесниками він рівноправний, виконуючи ролі організатора та виконавця, приятеля і суперника, друга, що зберігає чиясь таємницю і довіряє свою іншим.

Практичний психолог для підлітка повинен бути другом, але особливим – другом-приятелем, другом-наставником. Його завдання – допомогти дитині пізнати себе, оцінити свої здібності і можливості, знайти своє місце в світі дорослих. Підлітки багато чого довіряють дорослим, якщо відчують прихильність з їхнього боку, байдужість дорослих вони сприймають боляче. Відсутність взаємної довіри не лише ображає, а й завдає значної шкоди їх морально-духовному розвитку. Наявність дорослого друга є найважливішою умовою нормального розвитку, гармонійного становлення особистості.

Особливе значення для підлітка має спільна діяльність із дорослими, організована на основі єдності інтересів, захоплень, отже, саме в цьому полягає

основна особливість здійснення індивідуальної роботи практичного психолога з молодшими підлітками. Зміст такої співпраці може бути різним. Підліток може допомагати старшим наставникам (за порадою психолога) в організації творчих вечорів чи спортивних змагань, підтримці дисципліни та розпорядку дня, навіть радити їм у певних справах, а дорослі мають дослухатися до його думки. Старший може залучити його до справ, якими він зайнятий. Така спільна діяльність породжує спільність переживань, почуттів, настроїв, намірів, полегшує контакт із підлітком, зумовлює емоційну та духовну близькість. У ній дитина пізнає складний внутрішній світ дорослих, глибину думок і переживань, вчиться турботливому ставленню до людей.

У зв'язку з появою у дітей підліткового віку нових психологічних особливостей інколи їхні стосунки з дорослими супроводжуються конфліктами, негативними формами поведінки, зокрема проявами грубості, впертості. Це пов'язане, як правило, з прагненням до самостійності, яке дорослі не сприймають і не підтримують. Підлітки хочуть, щоб з їхніми думками, бажаннями та настроями рахувалися, не терплять недовіри, байдужості, насмішок, нотацій, особливо в присутності друзів. Однак прояви негативних форм поведінки і конфліктність підлітків не є неминучими. Компетентні, досвідчені наставники та психолог знають, що передбачити та попередити конфлікт легше, ніж подолати його наслідки, і відповідно вибудовують свою взаємодію з підлітками. Насамперед необхідно дбайливо і з розумінням ставитися до внутрішнього світу, переживань, захоплень дитини, труднощів і особистісних проблем, поєднувати високий рівень вимог з високою повагою до її особистості. Це робить дорослих значущими і потрібними підлітку. А бути значущим і потрібним – означає розділити його тривоги і сумніви, стати другом, у якого можна шукати підтримки, відповіді на свої запитання, що можливо лише за взаємної відвертості і довіри, розуміння і співчуття.

Формування ставлення підлітка до себе як особистості дитина долає у два етапи, які відповідають молодшому і старшому періодам підліткового віку. На першому етапі відбувається усвідомлення своєї відмінності від ровесників,

утвердження своєї приналежності до світу дорослих. На даному етапі особистості властиві некритичне наслідування зовнішніх манер дорослих, відчутна залежність від групи ровесників. На другому етапі підліток уже не сумнівається, що він не дитина, починає усвідомлювати своєрідність своєї особистості. Знижується його залежність від групи однолітків. Якщо вони змушують підлітка чинити всупереч його уявленням про себе, він може не погодитися з ними, відстояти свою думку. Старшого підлітка характеризують підвищена увага до внутрішнього світу інших людей, до самоаналізу, поява здатності до самовиховання.

Індивідуальний підхід у роботі практичного психолога з молодшими підлітками повинен ґрунтуватися на врахуванні потреби ставлення до дитини як до особистості, відмінностей у статі, темпераменті, інтелекті, здібностях і характері. Психолог покликаний допомагати підліткам у виборі індивідуальних (соціально прийнятних) шляхів самовираження, засобів самоствердження, самореалізації, прийомів саморегуляції поведінки, виборі прийнятних шляхів досягнення бажаних цілей.

За твердженням російського психолога Ігоря Кона, стратегія виховання підлітка зведена до формули [44, 123]: "людина розкривається в колективі". Але гіпертрофована потреба у згурпуванні, яка з певного моменту починає сприйматися як взаємний нагляд, звужує природний для людини страх самотності до страху залишитися наодинці з собою. Водночас, як зазначає російський психолог Георгій Асмолов (нар. 1944), властиве підлітковому віку переживання самотності, неприлученості до інших людей є нагодою задуматися, подивитися на себе збоку [43, 38].

У підлітковому віці, а саме в переломний його момент (13–14 років), Я-образ стає дуже нестійким, втрачає свою цілісність. Підліток особливо гостро відчуває суперечність, невпорядкованість свого Я, що зумовлене невизначеністю рівня домагань, труднощами переорієнтації з оцінювання інших на самооцінювання. Відхід від прямого копіювання зразків поведінки інших людей вимагає розвитку способів самопізнання та самоаналізу, які у

підлітків ще недостатньо сформовані. Це породжує суперечність між гострою потребою підлітків у самопізнанні і нездатністю адекватно реалізувати її, наслідком чого є зниження рівня адекватності, стійкості самооцінки, стабільності розвитку Я-образу.

Попри обмежені можливості підлітків для самопізнання, вони виявляють високу сприйнятливість до корекції негативних прагнень, поведінки та соціально несхвалюваних якостей. Це робить актуальною роботу практичного психолога у дитячому таборі, необхідність тактової допомоги їм в оволодінні способами самопізнання, створення умов, які б сприяли об'єктивації особистісних переживань, у яких вони змогли б подивитися на себе очима інших.

За рівнем інтелектуального розвитку підлітки майже не поступаються дорослим, тому у вивченні їх пізнавальних процесів можна застосовувати тести для дорослих людей, враховуючи, що підлітки можуть не розуміти спеціальних наукових термінів і понять. Відсутність інтересу і небажання розв'язувати тестові завдання можна помилково прийняти за низький рівень розумового розвитку. Для того щоб підліток охоче працював над тестом, практичний психолог повинен враховувати його прагнення до незалежності, надаючи йому більше самостійності у тестуванні, однак це не має зашкодити цілям і результатам тестування. Важливою ознакою інтелектуального розвитку в цьому віці є креативність мислення, тому можна послабити вимоги до пошуку стандартного рішення, зважаючи на прагнення підлітків до оригінальності і самостійності.

Потреба в самопізнанні сприяє застосуванню у процесі тестування методик, що дають змогу одержати цікаву інформацію про себе. За її наявності підлітки адекватно сприймають навіть малоцікаві тести. Через суб'єктивне особистісне сприйняття і сильне бажання знаходити в собі позитивні риси, не зауважуючи негативних, тести, які пропонують підліткам, повинні мінімізувати вплив суб'єктивних установок на результати тестування.

Серед діагностичних засобів, що використовуються у світовій психологічній практиці, проєктивні методики набирають усе більшої популярності, завдяки неймовірній показовості, легкості у проведенні й інтересу з боку підлітка – майже кожний любить малювати і це приносить йому задоволення. На відміну від інших тестів, малюнкові можна проводити багаторазово, при цьому вони не втрачають свого діагностичного значення, їх застосовують для вивчення людей різного віку – від дитини до дорослого.

Для роботи практичного психолога з підлітками (як молодшими, так і старшими) актуальними є методики на визначення характерологічних особливостей особистості, діагностика рівня тривожності, спрямованості особистості, мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі. При можливості можна використовувати опитувальники стану та настрою, малюнкові та геометричні методики.

Ми зупинимось на двох відносно простих методах діагностики тривожності, які можна застосовувати при роботі зі старшими підлітками. Перший з них – питальник, другий – метод вербально-проєктивного типу. Сумісне використання цих методів дозволить виявити як відкриті форми тривожності, безпосередньо пов'язані з умовами життя школяра, так і більш глибинні, які часто відкрито не демонструються і жорстко не "прив'язані" до того чи іншого об'єкта. Перша методика – шкала тривожності – розроблена за принципом "шкали соціально-ситуативної тривоги" Кондака (1973) (**Додаток 9**). Особливість шкал цього типу полягає в тому, що людина оцінює наявність чи відсутність у себе якихось переживань, симптомів тривожності, як, наприклад, у шкалах MAS (1963) та STAI (Спілбергер та ін., 1970), а ситуацію з точки зору того, наскільки вона може викликати тривогу. Їх перевага, з нашої точки зору, полягає, по-перше, у тому, що вони дозволяють виявити області дійсності, об'єкти, які виступають для школяра основними джерелами тривоги, і, по-друге, меншою мірою, ніж інші типи питальників, виявляються залежними від особливостей розвитку в учнів інтроспекції. Бланк методики включає

інструкцію і завдання, що дозволяє при необхідності проводити групове обстеження.

Уваги зі сторони психолога вимагають, перш за все, діти з високою і дуже високою загальною тривожністю. Як відомо, подібна тривожність може породжуватися як реальним неблагополуччям дитини в найбільш значущих областях діяльності та спілкування (хоча слід зазначити, що, напевно, така тривожність все ж, у дуже рідкісних випадках, може розглядатися як переживання, що відображає реальну неуспішність дитини), або існувати як би наперекір об'єктивно благополучному середовищу, і є наслідком певних особистісних конфліктів, порушень в розвитку самооцінки тощо.

Слід звернути увагу на підлітків, які характеризуються "надмірним спокоєм", особливо на ті випадки, коли оцінки по всій шкалі не перевищують 5 балів. Особливо це важливо тоді, коли відмічається це у дітей з явним неблагополуччям у навчанні, спілкуванні, міжособистісній взаємодії. Подібна "нечутливість до неблагополуччя" носить як правило компенсаторний, захисний характер і заважає повноцінному формуванню особистості. Дитина ніби не допускає неприємний досвід у свідомість. Емоційне благополуччя у цьому випадку зберігається ціною неадекватного ставлення до дійсності, негативно впливає і на продуктивність діяльності. Як показує досвід, робота з такими дітьми надзвичайно складна і потребує особливого такту. Корекція таких випадків у літературі зазвичай описується в найзагальніших рисах. Заслужовують на увагу неправомірність спроб прямо "відкрити дитині очі", ознайомивши з результатами того чи іншого тесту, і на необхідність основної орієнтації роботи з підлітком на покращення результативності його діяльності, об'єктивної успішності.

Завершуючи обговорення шкали тривожності, відзначимо ще два моменти. Перший стосується можливості використання експерт-оцінки. У тих випадках, коли психологу необхідно отримати швидку інформацію про рівень тривожності дитини (наприклад, у процесі бесіди), він може це зробити без попереднього підрахунку балів, просто проглядаючи бланк і відзначаючи, які

цифри введені частіше: переважання "3" і "4" свідчить про підвищену тривожність, переважання "0" – про "надмірний спокій". Другий – пов'язаний з пропусками в заповненні методики. Звичайно, у процесі заповнення підлітком методики, необхідно вказати йому на небажаність пропусків і по можливості слідкувати, щоб він відповів на усі запитання. Якщо пропусків небагато (не більше одного на кожную сферу), то можна застосувати процедуру, яку рекомендує Спілбергер: скласти усі бали відповідного розділу шкали, поділити суму на число заповнених пунктів і приписати пропуску бал, який рівний цілому числу, наступному за отриманим результатом (наприклад, якщо в результаті ділення ми отримали 1,3, то слід приписати 2 бали). За великої кількості пропусків кількісна обробка шкали стає неправомірною. Важливо подивитись, які саме пункти шкали пропускаються досліджуваним, такий аналіз дозволить виявити сферу, з якою у дитини пов'язані найбільш важкі конфліктні переживання.

У ряді випадків (наприклад, за наявності скарги на надмірні інфантильні реакції старшокласника, скарг на його постійну внутрішню напруженість, скутість) додатково до шкали може бути використана методика незакінчених речень як методика вербально-проективного типу (**Додаток 10**). Відомо, що методики такого типу достатньо інформативні для виявлення проблем людини. Звичайно, і сумісне застосування цих методів не гарантує абсолютно правильної діагностики тривожності школяра. У зв'язку з цим необхідно відзначити, що спеціальний аналіз найбільш інформативних методів діагностики тривожності у дітей різного віку, проведений Філіпом (1972), показав, що саме вербальні методики найбільш інформативні для учнів, яким більше 13 років, оскільки тривожність у цьому віці проявляється у свідомій негативній оцінці себе, переживанні власної неспроможності, страху перед невдачами, побоюванні "впасти в очах оточуючих" тощо, і являє собою деяку концептуальну схему, на відміну, наприклад, від молодшого шкільного віку, коли тривожність найбільш повно виявляється за допомогою проективно-малюнкових та графічних методів.

Діагностика спрямованості особистості (**Додаток 11**) дає можливість визначити переважаючий тип орієнтації підлітка: на себе, на діяльність чи на спілкування. У залежності від типу спрямованості особистості практичний психолог дає рекомендації наставнику команди дітей щодо особливостей взаємодії кожної дитини, її "сильні сторони". Така інформація значно полегшує процес побудови міжособистісних стосунків у групі і прискорює знаходження взаєморозуміння між групою та старшим наставником.

Для вимірювання показників мотивації досягнення успіху та уникнення невдач можна використати модифікований тест-опитувальник А.Мехрабіана (**Додаток 12**). Модифікація тесту-опитувальника А. Мехрабіана для вимірювання мотивації досягнення (ТМД), запропонована М.Ш. Магомед-Еміновим призначена для діагностики двох узагальнених стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху і мотиву уникнення невдачі. При цьому оцінюється, який з цих двох мотивів у досліджуваного домінує. Методика застосовується для дослідницьких цілей при діагностиці мотивації досягнення у старших школярів і студентів. Інформація про спрямованість мотивації підлітка важлива при залученні його до громадської і творчої діяльності, адже у тимчасовому дитячому об'єднанні у дитячому оздоровчому таборі часто ставиться акцент на реалізацію колективних творчих справ, підготовку творчих номерів, колективну участь у різного роду спортивних змаганнях та квест-іграх. В організації та підготовці такого роду діяльності старшому наставнику дитячої групи інформація про мотиваційну спрямованість кожного члена групи є дуже актуальною і корисною. Використовуючи дані тесту, можна правильно розподілити обов'язки між членами групи і уникнути конфліктних та незручних для дітей ситуацій.

Для діагностики характерологічних особливостей дитини можна взяти опитувальник на визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту К. Леонгарда і Х. Смішека (**Додаток 13**). Методика призначена для діагностики типу акцентуації особистості. В основу опитувальника, розробленого Х. Смішеком, закладена концепція акцентуованої особистості К. Леонгарда.

Згідно з цією концепцією індивідуальні якості особистості можуть бути розділені на дві групи: головну і додаткову. Стрижень особистості складають головні риси, і вони визначають її індивідуальність, розвиток, адаптацію, психічне здоров'я. Надмірний прояв цих рис призводить до структурних психологічних змін, а в несприятливих соціальних умовах – до розладу структури особистості. Акцентуацію якоїсь риси слід розглядати не як патологію, а як визначене відхилення від середньої норми, яскраво виражену своєрідність психічного складу. Осіб, у яких відмічається високий ступінь вираженості рис характеру або темпераменту, називають акцентуйованими. Позитивне або негативне забарвлення акцентуйованості значною мірою надають зовнішні фактори, життєві обставини, умови тощо. "В акцентуйованих особистостях, – вказує К. Леонгард, – потенційно закладені як можливості соціально позитивних досягнень, так і соціально негативний заряд. Деякі акцентуйовані особистості проявляють себе у негативному світлі тому, що життєві обставини не сприяли їм, але, можливо, під впливом інших обставин вони стали б незвичайними людьми".

§3 Особливості реалізації індивідуальної роботи з підлітками в залежності від типу темпераменту та акцентуації

Сангвінік. Дуже жвавий підліток. Ні хвилини не сидить спокійно, постійно міняє позу, крутить щось у руках, розмовляє із сусідом. Дуже вразливий і легко захоплюється. Емоційно і збуджено розповідає про переглянутий фільм, прочитану книгу.

На тренінгах жваво відгукується на кожен новий факт або нове завдання, а втім, його інтереси й захоплення дуже непостійні та нетривкі: розпочавши нову справу, швидко втрачає інтерес до неї.

У нього живе, виразне обличчя. З виразу його обличчя легко здогадатися, який у нього настрій, яке його ставлення до предмета чи людини. На цікавих для нього іграх і заняттях виявляє високу працездатність. Почуття і настрої його дуже мінливі. Отримавши погану оцінку оточення чи старшого, він ладен

розплакатись і ледве стримується, та не минає й півгодини, як він забуває про неї.

Попри жвавність і непосидючість, його легко дисциплінувати: у досвідченого наставника він прекрасно дисциплінований і ніколи не заважає роботі групи. Швидко звикає до нової ситуації та нових вимог.

Особливості здійснення індивідуального підходу

Індивідуальний підхід до таких дітей повинен полягати насамперед у достатньому завантаженні їхньої рухової енергії, в організації цікавих ігор, доручень, ролей, що вимагають швидкої реакції, кмітливості, частих переходів від одного виду діяльності до інших. Бажано, щоб усе це мало колективний характер, наповнювалося духом змагання, гумором, веселістю. Особливо люблять підлітки цього типу ті види роботи, у яких їм дістається роль лідера. Крім того, вони віддають перевагу ситуаціям, коли в ролі наставників по відношенню до них виступають люди, які також мають сангвінічний темперамент, – жваві, життєрадісні, діяльні. Що робити?

- намагатися виробляти в нього стійкі інтереси;
- навчати терплячості, тому що розпочату треба доводити до кінця;
- якомога більше хвалити за моральність вчинків;
- викорінювати недбалість і поверховість при виконанні завдань;
- враховувати, що життєрадісність, товариськість і оптимізм сангвініка здатні повернутись іншим боком медалі і стати як джерелом легковажності, так і нестійкості даної дитини.

Холерик

Вирізняється з-поміж однокласників своєю рвучкістю. Захопившись розповіддю вчителя, легко збуджується і перериває її різними вигуками. На будь-яке запитання викладача відповідає не подумавши, тому часто – не до ладу. У прикρόсті й роздратованості легко втрачає витримку, кидається в бійку. Пояснення вчителя слухає дуже зосереджено, не відволікаючись. Так само зосереджено виконує класну і домашню роботу. На перервах ніколи не сидить на місці, бігає коридорами чи бореться з кимось. Розмовляє голосно, швидко.

Пише швидко, розгонисто, почерк нерівний. Дуже виразне обличчя. У виконанні домашніх доручень, а також у спортивних заняттях виявляє захопленість, наполегливість. Його інтереси досить постійні й тривкі. Не лякається труднощів і з великою енергією їх долає.

Особливості здійснення індивідуального підходу

Будуючи взаємини з цими дітьми, доводиться застосовувати спеціальну тактику, яка враховувала б притаманну їм запальність, різкість, нестриманість. Це стосується ситуацій, коли перед педагогом виникає потреба зробити учню-холерику критичне зауваження. Тут діяти слід надзвичайно обережно, вдумливо. Особливо, коли йдеться про спілкування з підлітком або старшокласником.

Не слід при всіх соромити його за проступки. Спробуйте спочатку уявити реакцію вашого вихованця – вибухового, різкого та ще й самовпевненого, гонористого. В таких умовах критика викликає у нього, як правило, агресивну реакцію. Не виключено, що у відповідь ви почуєте грубі, навіть образливі репліки. Краще почекати слушної нагоди або створити ці умови самому. Розмова наодинці з таким учнем повинна починатися з переліку всього позитивного в його вчинках, діях, нагадування різних його чеснот. Краще, коли він сам реалістично оцінить свої дії і прийме відповідне рішення.

Ніколи не вступайте в суперечку з учнем-холериком. Треба обов'язково дочекатися певного заспокоєння. І починати розмову з підкресленням того, що було сказано даним учнем правильно. Потрібно:

- скерувати енергію, що ллється через край, на корисні, потрібні справи;
- навчати обдумувати свої рішення, оцінювати запас своїх сил;
- виховувати наполегливість і стриманість, як потрібно володіти собою, аби не дратуватися;
- блокувати будь-яку агресивність;
- необхідно добирати такі ігри та методи роботи, де закріпилися би процеси гальмування і не було б надмірного збудження з боку нервової системи;

- не забувати, що безпосередність холерика найчастіше впливає у нетактовність і ображає людей;

- навчати ввічливості й вимагати, щоб він таким став;

- не варто вмовляти, він реагує зазвичай лише на батьківські вимоги.

Флегматик

Відзначається неквапністю і спокоєм. На запитання відповідає не відразу і без жодної жвавості, як би добре не знав матеріал. Для нього характерна невтомлюваність: він не уникає додаткового розумового навантаження, хоч би яким значним воно було, і ніколи не виглядає стомленим. Він прагне до логічно розгорнутих, просторих висловлювань: вимовляє слова рівним голосом, не боячись збитися, начебто виважуючись і не приділяючи уваги тому, яким чином буде закінчена почата думка. Зовні він не збуджується і нічому не дивується на уроці, що б не відбувалося у класі. З молодших класів він любить заняття з певних предметів, залишаючись вірним своїм уподобанням. Він бере участь у змаганнях, не виявляючи, на відміну від більшості учасників, якогось азарту чи хвилювання. Він не буває ні метушливим, ні веселеньким, ні смутним.

Особливості здійснення індивідуального підходу.

Передусім необхідно так чи інакше рахуватися з притаманною цим дітям інертністю нервово-психічних процесів. В.О.Сухомлинський порівнював розумову діяльність учнів-флегматиків з течією повільної, але могутньої ріки, радив учителям не поспішати, не підхльостувати її березовою лозинкою оцінки, бо це ніяк не допоможе.

Дітям з флегматичним темпераментом необхідно давати більше часу і на виконання завдань пізнавального характеру, і на практичні вправи, і на підготовку відповіді біля дошки. Індивідуальний поточний інструктаж під час практичних занять також має бути повільним і докладнішим.

Практикувати щодо учнів-флегматиків замість усного письмове опитування, диктанти проводити після уроків. Тоді ж доцільно провести (якщо

є потреба) і усне індивідуальне опитування. І, нарешті, класну роботу вони можуть закінчити вдома.

У процесі навчальної, трудової діяльності необхідно організувати співробітництво з більш рухливими учнями, подбати, щоб сиділи вони за партами поруч із менш жвавими. Ефективним може виявитися варіант сусідства з учнем, який відзначається гіперактивною поведінкою, – у цьому разі позитивний вплив буде двостороннім. Потрібно:

- намагатися виробляти допитливість і зробити його ініціативним;
- навчати, як правильно переключати увагу при виконанні різних доручень і як розподілити раціонально час, аби не потрапити в цейтнот;
- не дратуватися черепащачим темпам, а прискорювати їх, залучаючи в ігрову діяльність, хоча б ігри навздогін;
- навчати повніше виражати свої емоції і почуття: як радіти, сумувати, жаліти когось і бути добрим;
- намагатися розвинути навички спілкування і товариськості;
- грати з ним в ігри, де необхідні швидкість рухів, точність, спритність, і заохочувати, коли він виконує правила гри;
- будь-якими способами пробуджувати кмітливість і уяву дитини;
- слідкувати за тим, щоб він менше був інертним, в'ялим, весь час термосити його.

Меланхолік

На уроках спокійний, сидить завжди в одному положенні, щось крутить у руках; настрій міняється з незначних причин. Він дуже чутливий. Коли вчитель пересадив його з однієї парти за іншу, довго міркував, чого його пересадили, і того дня на всіх уроках сидів засмучений і пригнічений. А втім, почуття в нього пробуджуються повільно. Дивлячись циркову виставу, він довго сидить мовчки, з нерухомим обличчям; згодом починає "танути" – усміхатися, сміятися, вступати в розмову із сусідами.

Легко розгублюється. Якщо вчитель зробив йому навіть найм'якше зауваження, він ніяковіє, голос його стає глухим, тихим, дуже стриманий у

почуттях. Отримавши двійку, зовсім не змінюється на обличчі, іде на місце й сідає, але вдома, за словами батьків, довго не може заспокоїтися, не в змозі взятися до роботи. Відповідає на уроці невпевнено, навіть якщо ретельно підготувався до уроку. Свої здібності й знання оцінює низько, тоді як насправді вони дещо вищі від середнього рівня. Якщо під час виконання якогось навчального завдання трапляються труднощі, він губиться, не доводить роботу до кінця. Рухи кволі, слабкі, говорить повільно, трохи протяжно.

Особливості здійснення індивідуального підходу

Диференційований підхід до таких учнів має полягати насамперед в урахуванні їхньої швидкої втомлюваності (як фізичної, так і розумової). Їм слід надавати по можливості більше часу для відпочинку, опитувати, викликати до дошки на перших етапах уроку. Уважно стежити за їхньою адаптацією до нових умов діяльності. Останнє особливо стосується переходу з початкової ланки освіти в середню, що пов'язано з різким підвищенням нервових навантажень. У цих умовах навіть учні із сильним типом нервової системи нерідко починають "здавати позиції", знижують успішність, стають менш дисциплінованими й старанними. Тут потрібні спільні зусилля класного керівника, учителів-предметників і батьків щодо організації раціонального режиму праці й відпочинку, підтримання бадьорості духу, прагнення до переборення труднощів адаптації.

Негативні стимули, скажімо, низькі оцінки, як правило, роблять на цих дітей гальмуючий, дезорганізуючий вплив. Тому бажано утримуватися від таких оцінок. Натомість доцільно стимулювати дітей з меланхолічним темпераментом шляхом систематичного підбадьорювання, навіювання віри у власні сили (зокрема, наведенням прикладів успішного подолання подібних перешкод), розкриття резервів, котрі ними ще не приведені в дію, тощо. Однак найкращий засіб піднести в учня-меланхоліка віру у власні сили – це дати йому можливість виявити у навчальній роботі переваги свого темпераменту (наприклад, високу чутливість і пов'язані з нею акуратність, дбайливість,

ретельність), домагатися, спираючись на ці якості, успіхів у навчанні, в усьому йти в ногу з колективом класу. Потрібно:

- намагатися підтримати його, похвалити, бути з ним добрим і ніжним;
- скеровувати його лише на посильні завдання й допомагати їх вчасно втілювати.

Негативні передумови та умови у розвитку підлітка спричинюють відхилення у становленні його особистості, зокрема у виникненні акцентуацій характеру, які дуже поширені в цьому віці. Акцентуаціями є індивідуальні риси особистості, які за сильної вираженості, несприятливих умов можуть набувати патологічного характеру, руйнувати цілісну її структуру.

Акцентуація характеру (лат. *accentus* – наголос) – надмірне вираження окремих рис характеру та їх поєднань, яке є крайнім варіантом норми і межує із психопатією.

Акцентуація характеру може проявлятися по-різному і різною мірою відповідати прийнятим у суспільстві моральним нормам. Якщо реальна поведінка підлітка перебуває у непримиренному конфлікті з цими нормами, а сам він проявляє несприйнятливість впливу дорослих, є всі підстави вважати його важковиховуваним. Однак не всі акцентуйовані підлітки є педагогічно занедбаними.

Типи акцентуацій характеру підлітків

Типології акцентуацій характеру ґрунтуються на клінічному (психіатричному) і психологічному підходах. Клінічний підхід передбачає гіпертимний, циклоїдний, лабільний, астено-невротичний, сенситивний, психастенічний, шизоїдний, епілептоїдний, істероїдний, нестійкий типи акцентуацій характеру (типологія А. Личка); психологічний – гіпертимний, циклоїдний, лабільний, астено-невротичний, сенситивний, тривожно-педантичний, інтровертований, збудливий, демонстративний, нестійкий типи (типологія К. Леонгарда).

Гіпертимний тип акцентуації характеру підлітків. Основною ознакою осіб, які належать до цього типу, є постійно піднесений настрій, який лише

зрідка змінюється спалахами агресії. Вона може бути викликана негативним впливом оточуючих, особливо намаганням різко придушити бажання і наміри підлітка, підкорити його своїй волі.

Діти з гіпертимною акцентуацією характеру контактні, комунікабельні, жваво жестикулюють, ініціативні, часто прагнуть бути лідерами, у них яскраво виражені організаторські здібності, оптимістична налаштованість.

В умовах жорсткої дисципліни, монотонної діяльності, вимушеної самотності вони можуть вступати у конфліктні стосунки. Одноманітні, насичені звичною для учнів діяльністю уроки не цікавлять їх. Як правило, чим нижча у гіпертимного підлітка загальна мотивація навчальної діяльності, тим важче йому працювати на уроці без відхилень у поведінці. Найкращим способом нейтралізації гіпертима в процесі навчання є залучення його до цікавої, різноманітної, доступної для нього діяльності.

Нормальному розвитку характеру підлітків з гіпертимною акцентуацією можуть зашкодити як відсутність нагляду (властива їм жадоба пригод і вражень може призвести до небажаних наслідків), так і жорсткий контроль, проти якого вони бурхливо протестують. Такі діти цінують доброзичливе, шанобливе ставлення педагога, можуть бути активними його помічниками, лідерами у підліткових групах, організаторами корисних справ.

Циклоїдний тип акцентуації характеру підлітків. Цей тип акцентуації характеру найчастіше спостерігається у старшому підлітковому і ранньому юнацькому віці. Його особливістю є періодичне (від кількох тижнів до кількох місяців) коливання настрою і життєвого тону. У період піднесення настрою циклоїдним дітям властиві ознаки гіпертимного типу. Під час спаду настрою різко знижується контактність, підлітки стають мовчазними, песимістичними. Навіть незначні неприємності, спричинені зниженням працездатності, вони переживають дуже важко. На зауваження і докори дорослих можуть відреагувати роздратуванням, грубістю і гнівом, ще більше при цьому засмучуючись. Підлітки з такою акцентуацією характеру надто вразливі до

кардинального руйнування життєвого стереотипу (зміни місця проживання і навчання, втрати друзів і близьких).

Серйозні невдачі та дорікання оточуючих можуть поглибити їх депресивний стан або викликати гостру афективну реакцію з можливими спробами суїциду. Оптимальною позицією близьких і наставників щодо підлітка, який перебуває в депресивному стані, є ненав'язлива турбота й увага (категорично протипоказані запитання типу: "Чому в тебе поганий настрій?"). У цей період необхідно, наскільки можливо, знизити вимоги до підлітка, забезпечити теплі стосунки із значущою для нього людиною (батьками, друзями).

Лабільний тип акцентуації характеру підлітків. Характеризується він мінливістю настрою, який передусім залежить від зовнішньої ситуації. Певною мірою ця риса притаманна всім підліткам, тому свідченням акцентуації лабільного типу є надто різка зміна настрою за незначного для цього приводу (непривітний погляд випадкового співрозмовника, ненавмисне сказане кимось неприємне слово, навіть звичайний жарт, комплімент). У таких підлітків спостерігається то абсолютно оптимістична, то вкрай песимістична налаштованість на майбутнє, свої перспективи.

Часті зміни настрою поєднуються зі значною глибиною їх переживань. Від настрою залежать самопочуття, апетит, працездатність, бажання побути або на самоті, або в галасливій компанії. На тлі поганого настрою можливі конфлікти з однолітками та дорослими, короточасні афективні спалахи, після згасання яких настає швидке каяття та пошук шляхів примирення.

Хоч іноді лабільні підлітки виглядають легковажними, насправді вони здатні на глибоку і щиру прив'язаність до рідних, друзів, надзвичайно чутливі до доброти, підтримки. Іноді достатньо короточасної, довірливої, підбадьорливої розмови, щоб підняти їм настрій. Турботу до себе вони сприймають із вдячністю. Якщо наставник хоче зробити свій вплив на лабільного підлітка більш ефективним, він повинен уникати докорів і покарань, виявляти до нього більше доброти і ласки.

Астено-невротичний тип акцентуації характеру підлітків. Основними ознаками цього типу є підвищена фізична та психічна втомлюваність, дратівливість, схильність до іпохондрії (хворобливого стану, який характеризується надмірною увагою до свого здоров'я). Особливо втомлюється підліток під час розумової роботи. Саме ослабленість породжує підвищену збудливість, заважає орієнтуватися в ситуації. Афективні спалахи в поведінці спричинені наростанням роздратованості у моменти втоми. Однак, зірвавшись, астено-невротик швидко втрачає сили. Наприклад, якщо сусід по парті штовхнув його, у відповідь астено-невротик з образливим криком б'є його книжкою і, виявившись у всьому винним, плаче за дверима. Наставник мусить враховувати, що, знаючи про схильність астено-невротика до підвищеної збудливості, інші можуть провокувати його на подібні реакції, щоб порушити хід занять. Тому карати дитину з астено-невротичною акцентуацією не можна.

В астено-невротиків, як правило, помітні добові цикли бадьорості та втоми. Найсприятливішими для їх інтенсивної навчальної роботи є середина дня, початок і середина тижня, перша половина місяця.

У взаємодії з астено-невротиком наставник має виявляти максимум терпіння та щирого співчуття, старанно вуалювати більшість його промахів і невдач, які виникають на тлі виснаження, вміло акцентувати увагу на його успіхах.

Сенситивний тип акцентуації характеру підлітків. Особи, які належать до цього типу, надзвичайно вразливі, боязливі, у них різко виражене почуття власної неповноцінності. Табір лякає їх великою кількістю людей (однолітків, молодших, старших), шумом, бійками, змаганнями і концертами, але, звикнувши до своєї команди і навіть страждаючи від деяких однолітків, вони, однак, з небажанням змінюють команду або табір для відпочинку. Вчаться такі підлітки, як правило, старанно, але соромляться відповідати перед учнями класу, бояться запнутися, викликати сміх. Часто вони приховують свої знання, щоб однолітки не вважали їх вискокками чи надто зразковими учнями.

Рівень контактності сенситивних підлітків нижчий середнього. Вони надають перевагу вузькому колу друзів, рідко конфліктують, оскільки переважно займають пасивну позицію, образи тримають у собі. Для них характерні альтруїстичність, співчутливість, радість за чужі успіхи, почуття обов'язку, сумлінність. У них рано формуються високі моральні та етичні вимоги до себе та оточення.

Почуття власної неповноцінності у сенситивних підлітків зумовлює особливо виражену реакцію гіперкомпенсації. Тому вони шукають самоствердження саме там, де відчують свою неповноцінність: дівчата намагаються показати свою веселість і комунікабельність, хлопці поводяться розв'язано й зарозуміло, прагнуть продемонструвати свою енергію та волю.

Найвразливіші сенситивні підлітки у стосунках з оточенням. Нестерпні для них ситуації, у яких вони є об'єктом насмішок, підозр у негативних вчинках, несправедливих звинувачень. Це може спровокувати їх гостру афективну реакцію або депресію, підштовхнути до конфлікту.

Тривожно-педантичний тип акцентуації характеру підлітків. Підлітки, котрі належать до цього типу, є нерішучими, схильними до роздумів, самоаналізу, тривожної підозрілості. У них легко виникають нав'язливі страхи, думки та уявлення. Нерішучість у роздумах і діях тривожно-педантичної дитини взаємопов'язані. Необхідність самостійного вибору може спровокувати тривалі й нестерпні їх вагання. Нерішучість часто спричинює гіперкомпенсацію, формами якої можуть бути раптова самовпевненість, безапеляційність в судженнях, поспішні дії в ситуаціях, які вимагають розважливості і обережності. Невдачі, що трапляються внаслідок таких дій, тільки посилюють нерішучість і сумніви.

У стосунках із підлітком цього типу акцентуації наставники і батьки повинні дотримуватися оптимістичного стилю спілкування, уникати методів покарання та залякування, широко практикувати заохочення і підтримувати його активність і самостійність. За наявності непорозумінь (дисциплінарних,

навчальних тощо) потрібно відразу конструктивно, з позитивними перспективами їх розв'язувати.

Інтровертований тип акцентуації характеру підлітків. Суттєвими ознаками таких підлітків є замкненість, відстороненість від навколишнього світу, нездатність чи небажання встановлювати контакти з людьми, знижена потреба у спілкуванні. В інтровертованих підлітків часто поєднуються суперечливі риси особистості та поведінки: холодність і надмірна чутливість, упертість і податливість, настороженість і легковірність, апатична бездіяльність і наполеглива цілеспрямованість, надмірна прив'язаність і невмотивована антипатія, раціональні судження та нелогічні вчинки, багатство внутрішнього світу та обмеженість його зовнішніх проявів. Усе це свідчить про відсутність у структурі особистості інтровертованого підлітка внутрішньої єдності.

Такі діти бурхливо реагують на некоректні, грубі спроби дорослих проникнути у їх внутрішній світ. Відгородженість від зовнішнього світу ускладнює соціалізацію підлітків, зокрема корекцію моральних та інших установок, які можуть не відповідати суспільним нормам. Інтровертованість підсилюється, якщо в процесі виховання дитини вдаються до надмірного контролю й опіки, суворих покарань за непослух. Щоб зблизитись із такими підлітками, викликати до себе довіру, наставник повинен продемонструвати щире зацікавлення їхніми захопленнями, справами та особистістю загалом.

Збудливий тип акцентуації характеру підлітків. Підлітки цього типу акцентуації характеру часто мають поганий настрій, вони здебільшого є похмурими, роздратованими, озлобленими, навіть агресивними. їхня інтелектуальна сфера, як правило, інертна (невправна, млява). Занижена мотивація до навчальної діяльності часто поєднується в них з досить високими претензіями до оцінок. Вони можуть виборювати високу оцінку своїх умінь і себе загалом найрізноманітнішими способами: підлецуванням до наставника чи, навпаки, конфліктами з ним. За таких умов наставник повинен надавати їм змогу заслужено отримувати високу оцінку власних знань та умінь (реалізуючи принцип диференціації та індивідуалізації в роботі), водночас доброзичливо

аргументувати свою думку та ставлення до вчинків дитини, яка не відповідає очікуванням та уявленням оточуючих.

Дуже важливо не провокувати конфлікти, враховуючи легку емоційну заражуваність збудливих підлітків. Однак, зберігаючи доброзичливий тон у спілкуванні, необхідно постійно спостерігати за їхньою поведінкою. Доброзичлива, послідовна, тактовна взаємодія наставника з такими підлітками повинна поєднуватися із захистом інших дітей від їх тиранії, оскільки вони здебільшого прагнуть бути лідерами у групі, вдаючись до прямого тиску на ровесників.

Одним зі способів корекції поведінки дітей цього типу акцентуації характеру є апеляція до їхньої свідомості та самосвідомості, аналіз і оцінка поведінки під час індивідуальних бесід. Дуже важливо, щоб підліток сам брав активну участь у бесіді, вчився розповідати про свої відчуття, переживання, проблеми. Наставник повинен попереджувати агресивні реакції збудливого підлітка довірливою інтонацією, ласкавим дотиком, легким гумором. Будь-який вплив наставника не повинен зачіпати гідності дитини.

Демонстративний тип акцентуації характеру підлітків. Підліткам, у яких переважають ознаки цього типу, властиві егоцентризм, безмірне прагнення уваги і співчуття до себе. Їх ставлення до специфіки відпочинку у таборі залежить від того, наскільки це сприяє задоволенню їхньої головної потреби – домогтися визнання, виокремитися серед інших. Свої невдачі у взаємодії та побудові стосунків з оточуючими демонстративні підлітки виправдовують впливом зовнішніх обставин.

За такої ситуації наставник має спрямувати свої зусилля на формування у дітей усвідомлення того, що найнадійнішим способом привернення до себе уваги інших, їх поваги є соціально цінна, корисна діяльність, повинен допомогти підліткові включитися в таку діяльність. Нею може бути участь у командних і загальнотабірних заходах, у роботі драматичного, спортивного гуртків, у конкурсах тощо. Це дасть змогу відчути значущість своїх зусиль й умінь, привернути увагу до себе здійсненням кожної справи.

Нестійкий тип акцентуації характеру підлітків. Для підлітків, які репрезентують цей тип, характерна передусім патологічна слабкість волі. Проявляється вона в навчанні, праці, виконанні різноманітних доручень, обов'язків. Їх соціальна поведінка більше залежить від впливу людей, котрі їх оточують, ніж від них самих. Особливо небезпечна для таких дітей зміна життєвої ситуації, наслідком чого часто є відсутність контролю за їхньою поведінкою, а це дає змогу максимально проявитися їхнім лінощам.

Для корекції їх характеру надзвичайно важливим є контроль за поведінкою та діяльністю, передусім навчальною. Добре, якщо посилення вимог поєднується зі щирою зацікавленістю дорослих в успіхах дитини, позитивними емоційними контактами з ним.

Отже, за несприятливих умов особистісний розвиток підлітків характеризується суперечливістю, дисгармонійністю та виникненням акцентуацій характеру.

Фактори, що впливають на формування акцентуацій характеру. Виникнення акцентуацій характеру, прояви специфічної для них поведінки є наслідком впливу спадкових, психологічних і соціальних факторів, серед яких найважливішими є:

1. Умови виховання. Розвиток певної акцентуації характеру, негативних тенденцій у поведінці підлітка часто спричиняють безконтрольність або домінуюча надопіка дорослих, жорсткі стосунки, надмірність вимог і очікувань стосовно дитини, страх утрати її, дефіцит любові і спілкування з підлітком та ін.

2. Перешкоди в діяльності. Деякі ознаки акцентуацій характеру підлітків проявляються, коли їм доводиться долати перешкоди в діяльності, спрямованій на задоволення особисто значущих потреб. Авторитарний стиль спілкування у школі, домінування методів примусу в навчанні є недопустимими, оскільки можуть спровокувати конфліктні ситуації, найрізноманітніші форми дезадаптивної поведінки підлітків – нехтування чи незнання норм соціальної взаємодії. Школа має забезпечити максимальний простір для вільної і

природної самореалізації особистості учня. Однак його свобода не має загрожувати безпеці й психологічному комфорту інших учнів, перешкоджати здобуттю ним повноцінної освіти.

3. Когнітивна криза. Розширення сфери діяльності і взаємодії підлітка з оточуючими значно випереджає його психологічну компетентність. Тому часто виникають зовнішні і внутрішні бар'єри в діяльності та спілкуванні, що спричинює психологічні зриви. Важливим напрямом запобігання акцентуації характеру підлітка є його психологічна освіта (психологія особистості, пізнавальних процесів, спілкування).

4. Дисгармонійність Я-образу. Суттю цього фактора є неадекватні та суперечливі уявлення про себе, а також неадекватні самооцінка і рівень домагань, комплекс неповноцінності.

5. Несформованість спонукальної сфери. Йдеться про відсутність стійких інтересів і цілей, несформованість соціально цінних потреб і норм, невміння адекватно задовольняти актуальні потреби, одержувати справжнє задоволення тощо.

6. Спадкові ознаки. До цього фактора належать тип нервової системи, захворювання нервової системи, фізичні вади, спадкові та хронічні хвороби.

Загалом, становлення акцентуації характеру підлітка зумовлене багатьма чинниками, поєднанням їх деструктивної дії.

§4 Педагогічно занедбані підлітки

Підлітковий вік, як відомо, сповнений прагненнями самоствердитися, зрівнятися або хоча б здаватися такими, як дорослі, виокремитися серед однолітків, здобути очікувані позиції у групі, знайти цікаве заняття, самостійно діяти. Якщо ці потреби не задовольняються, вони атрофуються або спрямовуються в негативне русло. Здебільшого це відбувається з педагогічно занедбанними дітьми.

Педагогічно занедбані діти – підлітки, у яких під впливом несприятливих соціальних, психолого-педагогічних та інших умов сформувалося негативне

ставлення до навчання, соціально цінних норм поведінки, які втратили почуття відповідальності за свої вчинки, зневірилися в собі.

Такі підлітки важко піддаються вихованню, скоюють правопорушення. Здебільшого це відбувається з дітьми, які не відчують розуміння, не мають емоційної підтримки, а іноді зазнають негативного впливу з боку батьків, що ігнорують духовний, моральний розвиток дітей тощо. Трапляється це і в зовні благополучних сім'ях, у яких частими є конфліктні ситуації між батьками і дітьми, домінують меркантильні інтереси, споживацькі настрої та ін. Проблеми виховання підлітків виникають і через прорахунки в навчально-виховній діяльності школи. До найпоширеніших з цього погляду прорахунків належать:

- незнання педагогами індивідуально-психологічних та вікових особливостей учнів, неврахування цих особливостей в організації навчально-виховної роботи;
- необізнаність учителів із труднощами, суперечностями, проблемами особистісного розвитку підлітка;
- недостатні знання причин виникнення виховних проблем, що зумовлює помилки у виборі засобів виховного впливу;
- відсутність системи в роботі з проблемними учнями та їхніми батьками;
- формалізм, адміністрування в роботі школи, бездіяльність органів самоврядування, байдужість до участі дітей в організації життя;
- недостатня увага до розвитку духовності учнів, виховання у них таких морально-етичних якостей, як турботливість, милосердя, чуйність, взаємодопомога, товариськість;
- відсутність посади практичного психолога, який би здійснював профілактичну, консультативну та корекційну роботу.

Труднощі у вихованні підлітків можуть бути зумовлені нескладними розладами нервової системи, різними видами акцентуацій, тимчасовими незначними затримками психічного розвитку тощо. Серед них частими бувають відхилення в моральному розвитку особистості, примітивні уявлення про справжню дорослість, жіночність і чоловічність, дружбу, товариську взаємодопомогу.

помогу, принциповість, чесність тощо. Саме в таких уявленнях укорінено багато їхніх негідних учинків. Нерідко асоціальна поведінка, негативний життєвий досвід є для них важливішими, ніж дотримання морально-етичних норм. У зв'язку з недостатньо розвиненою вольовою сферою такі підлітки не вміють стримувати себе, керувати емоціями, настроєм, контролювати поведінку, легко піддаються негативному впливові.

Важковиховувані підлітки пропускають навчальні заняття, не виконують домашні завдання, а свій вільний час, якого в них виявляється надто багато, нерідко проводять в найнебезпечніших формах – вживають наркотики, алкогольні напої, займаються бандитизмом тощо. Такі заняття приваблюють їх хибними уявленнями про прилучення до життя дорослих. Внаслідок правильно організованого, систематичного соціально-психологічного впливу багато з них змінюють життєві установки і спосіб життя. Корекційна робота з ними, як правило, охоплює особистісну сферу, поведінку та навчальну діяльність. На початковому етапі корекційної роботи дітей залучають до таких видів діяльності, які їм легше даються, не потребують особливого напруження сил і волі, цікаві їм.

Першорядного значення в сучасних умовах набуває своєчасна профілактика підліткових алкоголізму, наркоманії, правопорушень, що вимагає системних зусиль суспільства, сім'ї та відповідних спеціалістів. Особливої уваги потребують також підлітки з акцентуаціями в характері.

Отже, підлітковий період є важливим етапом психічного та особистісного розвитку. Він характеризується особливими видами діяльності, соціальною ситуацією, новоутвореннями, специфічним перебігом кризи. Значні зміни відбуваються у розвитку інтелектуальної, спонукальної та емоційно-вольової сфер, у становленні самосвідомості. За несприятливих соціально-психологічних умов виникають труднощі у розвитку особистості, зокрема формування акцентуацій характеру. Знання дорослими (батьками, педагогами) вікових та індивідуальних особливостей підлітків дає їм змогу ефективно керувати психічним та особистісним розвитком дітей, попереджувати й долати труднощі та проблеми.

§5 Міжособистісні конфлікти молодших підлітків у таборі

Молодші підлітки дуже ранимі й уразливі. Полюбляють молодші підлітки вихвалитися речами, предметами, нарядами, які є унікальними і відсутні в інших товаришів. Зараз ми спостерігаємо, як у групах серед молодших підлітків проходить поділ на дітей забезпечених батьків і дітей із малозабезпечених родин (це особливо яскраво проявляється у містах), на перше місце ставиться багатство, а не знання. Дуже активно триває формування "малих груп", які підкреслюють розшарування дітей і загострюють їх відносини між собою.

Отже, узагальнюючи проблему психічного розвитку молодших підлітків, зазначимо такі вікові особливості їх:

- > потреба у гідному становищі в колективі однолітків;
- > підвищена стомлюваність;
- > прагнення здобути вірних друзів;
- > уникнення ізоляції як у класі, так і в малому колективі;
- > підвищений інтерес до питання "співвідношення сил" у колективі;
- > прагнення відгородитися від усього "дитячого";
- > відсутність авторитету віку;
- > зневага до заборон з боку осіб, що не мають авторитету для підлітка;
- > висока чутливість до помилок старшого наставника, дорослого;
- > переоцінка своїх фізичних можливостей, реалізація яких входить в основу життєвих цілей;
- > відсутність навиків адаптації до невдач;
- > відсутність навиків протистояння критичним ситуаціям у групі;
- > тенденція занурюватися у мрії і фантазії;
- > страх перешкод у реалізації мрій та життєвих планів;
- > яскраво виражена емоційність;
- > вимогливість до інших, особливо в ситуації дотримання обіцянок;
- > підвищений інтерес до спорту;
- > захоплення колекціонуванням, кіномистецтвом тощо.

Аналіз онтогенезу конфліктної поведінки показує, що підлітковий вік є найбільш напруженим і сенситивним щодо виникнення міжособистісних конфліктів. Підвищена конфліктність підлітків багато у чому визначається особливостями і значенням підліткового віку у розвитку особистості.

Р. Бенедикт основну причину кризовості підліткового віку бачила у розбіжностях норм поведінки для дорослих та дітей. Відповідно до її точки зору, причина конфліктів у такому віці – нерозвиненість дорослих форм поведінки [88,57].

Психічний розвиток, на думку Г.С. Саллівена, означає проходження дитиною низки стадій, визначених розвитком потреби у міжособистісних стосунках. Динаміка поведінки індивіда визначається двома тенденціями: уникнення ситуації самотності й уникнення ситуацій, що викликають тривожність міжособистісних відносин. У зв'язку з цим різноманітні форми конфліктної поведінки у підлітків пов'язані з порушенням поступального розвитку потреби у міжособистісних стосунках. Основні причини цих порушень Саллівен бачить у несприятливих соціальних обставинах, що призводять до порушень в особистісній сфері.

К. Левін у трактуванні феноменів підліткового віку виходив зі своєї теорії поля. Як основну характеристику цього вікового періоду він виділяв своєрідний "когнітивний дисбаланс", викликаний зміною групової приналежності у зв'язку з переходом дітей у співтовариство дорослих. Співтовариство дорослих, на думку К. Левіна, виступає для підлітка як незнайома область життєвого простору, область, когнітивно не структурована, у якій підліток неспроможний розрізняти чіткі, диференційовані межі. У зв'язку з цим причину конфліктної поведінки підлітків можна побачити у відсутності ясності: підліток невпевнений у тому, наскільки правильно він поводить себе, оскільки перебуває у незнайомому оточенні. Ця невпевненість зростає, коли дитина перебувала у ситуації обмеженості інформації щодо особливостей дорослого світу, поведінки у ньому, а потім потрапила у незнайомі умови, де

міжособистісні стосунки вимагають високої індивідуальної відповідальності за слова і вчинки [3, 64].

Остання теза щодо негативних наслідків з причини відсутності у підлітка чітких поглядів на норми дорослого життя має, з точки зору вивчення міжособистісних конфліктів у підлітків, дуже важливе значення. Посилаючись на неї, дозволимо собі стверджувати, що прагнення забезпечити підліткам безконфліктне існування, захистити їхню особистість від можливих міжособистісних конфліктів у своєму віковому середовищі на рівні "підліток – дорослий", психологічно безпідставні й надто небезпечні. Проектуючи безконфліктне соціальне оточення, ми позбавляємо підлітка можливості, кажучи словами Е.А. Клімова, "випробувати, прогнозувати, дізнатися й всебічно зрозуміти різноманітні варіанти емоційного і практичного реагування на перебіг подій, ... розраховувати на власну орієнтацію та інтуїцію"[42, 52].

З ускладненням системи громадських відносин, із включенням індивіда у різноманітні спільноти, потреба у приналежності до будь-якої групи задовольняється лише за умови підпорядкування різноманітним громадським нормам і розпорядженням, задовольняючи тим самим соціальні очікування оточуючих. Поступово на цій основі виробляється потреба слідувати нормам, звичаям, традиціям групи, в іншому разі особистість неминуче входить у постійний стійкий конфлікт з оточуючими й у кінцевому підсумку буде відірвана від групи, до якої вона належить [98].

Багато підлітків відчують складнощі у контактах з однолітками і переживають свою самотність болісно. Будь-які складнощі у соціальній сфері призводять до порушення діяльності, відносин, породжують негативні емоції і переживання, викликають почуття дискомфорту. Усе це може мати неприємні наслідки у розвитку дитини [1, 124].

Окрім дискомфорту та внутрішніх деструктивних тенденцій, міжособистісні конфлікти у підлітковому середовищі мають і позитивний потенціал. До конструктивних функцій міжособистісних конфліктів у середовищі підлітків можна віднести такі:

- міжособистісний конфлікт є важливим джерелом особистісного розвитку, і навіть розвитку внутрішньогрупових відносин;
- міжособистісні конфлікти здатні позитивно змінити й розширити сферу міжособистісної взаємодії;
- через відкриту конфронтацію міжособистісний конфлікт звільняє групу від негативних факторів його розвитку;
- міжособистісний конфлікт сприяє розвитку взаєморозуміння між підлітками, розвиває їх соціальний інтелект.

Понад те, позитивний сенс конфлікту у викритті власних внутрішніх потенцій у підлітка його власних можливостей, в активізації особистості як суб'єкта попередження, подолання та ліквідації міжособистісних конфліктів.

Більшість конфліктів серед підлітків виникає через претензії щодо лідерства у мікрогрупах. Міжособистісні конфлікти можуть бути між усталеним лідером і новеньким, який претендує на авторитет лідера у мікрогрупі. Лідери можуть втягувати у конфлікти своїх прибічників, розширюючи масштаби міжособистісного конфлікту. Конфліктні ситуації між підлітками усуваються старшим наставником, який має знайти кожному лідеру власну специфічну сферу лідерства та успішності.

Стосовно позитивної ролі міжособистісного конфлікту у такому віці, відзначимо, що для розвитку особистості необхідні конфлікти. Тільки долаючи конфліктну ситуацію, долаючи конфлікт, протиріччя, внутрішнє чи зовнішнє, індивід входить у новий щабель свого розвитку.

Отже, по-перше, практично загальновизнаною є думка про об'єктивні основи підліткової конфліктності; а, по-друге, міжособистісний конфлікт може розглядатися як ситуація інтенсивного особистісного розвитку із поступовою зміною когнітивних утворень, динамікою мотивів, цінностей тощо. І, нарешті, оскільки конфлікти у підлітковому середовищі – явище неминуче, предметом пильної уваги наставників має стати як наявність конфлікту та конфліктна поведінка, так і їх відсутність. Є підстави стверджувати, що відсутність конфліктів заважає позитивному особистісному становленню підлітка так само,

як і наявність деструктивних, хронічних конфліктних внутрішньогрупових відносин.

Урахування вікового підходу у роботі з дітьми особливо вимагає також і статеве виховання. Це період вікового антагонізму між хлопчиками та дівчатами, який виражається у глузуванні один з одного. Хлопчики не сприймають суто словесного характеру багатьох справ, а дівчатка навпаки схильні до довгих бесід і обговорень. Хлопчики прагнуть до справ, у яких можна проявити свої вміння, творчість, силу, вправність.

Урахування вікових особливостей дозволяє обґрунтовано сформулювати завдання психокорекційної та індивідуально-консультативної роботи практичного психолога з молодшими підлітками в умовах оздоровчого закладу:

- розвиток ініціативи, самостійності;
- розвиток нових високих пізнавальних інтересів і потреб;
- розвиток організаторських умінь;
- формування морального ідеалу.

На становлення інтересів суттєво впливають статеві відмінності. У хлопчиків негативний етап протесту проти дитячого типу стосунків настає пізніше, ніж у дівчаток (через пізніше статеве дозрівання та соціальне дорослішання), але відбувається бурхливіше і триває довше, а негативізм (дії, які суперечать вимогам оточуючих) виражений сильніше.

Інтереси підлітка нерідко переростають в захоплення. Вони нестійкі, часто змінюються і, як правило, не пов'язані з навчальною діяльністю.

Різноманітні захоплення підлітків можуть належати до таких груп (класифікація російського психіатра Андрія Личка (1926—1996):

- інтелектуально-естетичні (захоплення історією, радіотехнікою, музикою, малюванням тощо);
- егоцентричні (захоплення модними сферами діяльності, зокрема малопоширеним видом спорту, іноземною мовою тощо, – заради демонстрації своїх успіхів);

– тілесно-мануальні (заняття спортом, в столярній майстерні, керування автомобілем, мотоциклом – заради отримання задоволення від процесу діяльності);

– накопичувальні (колекціонування);

– інформаційно-комунікативні (захоплення новою, але не дуже змістовною інформацією, яка не потребує глибокого осмислення та засвоєння; спілкуванням з однолітками, яке дає змогу обмінюватися такою інформацією).

Більшість захоплень сприяють розвитку особистості підлітків, оскільки задовольняють їхню потребу в пізнанні, допомагають виробити корисні звички. Однак деякі захоплення за певних індивідуальних особливостей можуть і спотворювати розвиток особистості, формувати схильність до марної трати часу, показної бундючності, спричинювати порушення громадського порядку. Згубно впливають на становлення особистості захоплення алкоголем, наркотиками, азартними іграми.

У молодших підлітків найвідчутніше виражена індивідуалістична акцентуація гуманістичної спрямованості, що є наслідком впливу мотивації, властивої попередньому віковому періоду. Молодші школярі з готовністю включаються в групову діяльність, охоче допомагають один одному, зорієнтовані на інтереси групи, хоч їхній колективізм є поверховим і полягає в бажанні допомогти, бути разом з усіма. Водночас, як свідчать дослідження, у 15% молодших підлітків спостерігається депресивна, а у 9% – суїцидальна спрямованість.

Значна кількість підлітків середньої вікової групи виявляє гуманістичну спрямованість з альтруїстичною акцентуацією (молодшим підліткам вона невластива) і значно менше їх – депресивну спрямованість (майже 4%). В останні роки збільшується кількість дівчаток з егоїстичною спрямованістю і менше стає їх з індивідуалістичною акцентуацією гуманістичної спрямованості. Спричинене це розформуванням у школах громадських організацій, у яких вони перебували у провідних ролях частіше, ніж хлопчики.

Урахування індивідуальних особливостей у роботі психолога в ситуації тимчасового дитячого колективу оздоровчого табору є підґрунтям важливої конструктивної взаємодії не тільки між психологом і підлітком, а й у побудові міжособистісних відносин всередині команди і зі старшим наставником. Актуальною формою роботи з підлітками також є тренінг. Така форма групової роботи якнайкраще розкриває особистісний потенціал кожного члена групи і допомагає засвоїти важливі навички спілкування і вирішення конфліктів.

§6 Тренінгова програма для молодших підлітків

Правила групової роботи

На початку роботи в загальних рисах розкривається, чим займатиметься група, її мета, в чому полягає особливість простору групи. Це визначає її рамки і відокремлює від зовнішнього життя, що створює можливості для посилення корекційних впливів.

Далі декларуються і обговорюються правила роботи групи. Найважливішими з них є такі:

1. Щирість і відкритість. Виразяти почуття. Не брехати – краще відмовитися від відповіді, ніж спонукати групу до обману і перекручення дійсності.
2. Відповідальність при обговоренні. Починати висловлювання зі слова "Я". Дотримуватись правил. Не відволікатися.
3. Конфіденційність. Не обговорювати те, що відбувалося в групі, а також її учасників за межами групи.
4. Повага до іншого. Не перебивати, не ображати, не завдавати фізичної шкоди. Не говорити про присутніх у третій особі, а звертатися прямо до них.
5. "Тут і-зараз". У групі обговорюються тільки події, що відбулися в цей час і саме зараз. Це дуже важливо.
6. Активно брати участь у роботі групи. Висловлювати свою думку. Повідомляти про труднощі участі в групі.

Вступне заняття 1. Знайомство

Мета: створити позитивну атмосферу на всю зміну.

Завдання:

- Представитися і познайомитися.
- Створити позитивне перше враження про себе.
- Зняти тривогу і страхи у дітей.
- Познайомити дітей між собою.

Знайомство

"Конвеєр"

Спочатку йде обов'язкова самопрезентація тренера. Коротко про найголовніше! Далі кожен вибирає 3-5 найважливіших фактів про себе. Усі учасники стають у 2 кола, зовнішнє і внутрішнє, обличчям один до одного. Тренер каже, що у кожного є обмежена кількість часу (30 секунд), щоб розповісти сусіду навпроти про себе, і стільки ж, щоб вислухати іншого і запам'ятати про нього все, потім по команді тренера кола рухаються на крок у різні боки, і все повторюється знову. Так триває, поки учасники не стануть перед тими, з ким починали спілкуватися. Весь час тренер керує процесом: фіксує час і дає чіткі команди (почали, зміна, крок). Після закінчення учасники діляться тією інформацією, яку вони запам'ятали один про одного, доповнюючи її. Зверніть увагу учасників, про кого більше запам'ятали інформації і чому. Обговоріть це з дітьми.

Розминка

"Мій двійник"

Вибираються по одній людині з команд або довільно.

Треба знайти в залі свого двійника за будь-якою встановленою вами ознакою.

Далі подібних шукають вибрані за своєю ознакою.

"Три імені"

Гравець називає три своїх імені: офіційне, улюблене "домашнє" і яке б хотів мати.

Зняття тривоги і робота зі страхами

У всіх нас різні очікування і спогади з приводу роботи в групі. Хтось тут вперше і переживає, що ж буде далі, хтось уже скучив і хоче додому, хтось зустрів уже друзів і поспішає чудово провести час. Незважаючи ні на що, ми – одна команда і в різний час ми стикаємося з різними перешкодами. Потрібно вміти протистояти їм і допомагати один одному в цьому.

"Альпініст"

Діти стають в одну лінію, максимально притискаючись плечима один до одного. Далі за допомогою рук і 1 ноги (друга повинна стояти чітко по лінії з усіма) роблять різні перешкоди. Завдання пройти максимально впритул до "гори", чіпляючись за "виступи" і не виходячи за лінію "гори". Дійшовши до кінця, стаєш в лінію до всіх, а наступний учасник "повзе" слідом. Штовхати і заважати гравцеві не можна. Хто "впав", починає спочатку.

Розминка

"Буря"

Учасники діляться на трійки. Двоє беруться за руки і стають "домом", всі інші – люди, один – ведучий, якому не вистачило "будиночка". Гра проходить таким чином: коли тренер каже "штиль", всі рухаються в різних напрямках, розмовляють; коли тренер каже "буря", "будиночки" беруться за руки і всі повинні знайти собі "будиночок", один залишиться без будиночка. Учасники разом загадують йому для виконання завдання. Далі гру продовжує "бездомний". І так далі. Головне тут: раптовість команд і цікаві завдання. Тренер повинен стежити за лексикою дітей та ставленням один до одного.

Продовжуємо знайомство

"Перевтілення"

Всі розташовуються по колу. Тренер пропонує всім продовжити його пропозиції:

- Якби я був книгою, то я був би (словником, романом, кухонною книгою т.д.)
- Якби я був їжею ...

- Якби я був птахом ...
- Якби я був меблями ...
- Якби я був музикою ...
- Якби я був знаменитістю ...

Кожен з кола продовжує пропозицію. Категорії і слова, що говорять учасники, можуть повторюватися. Наприкінці тренер звертає увагу присутніх на те, що, незважаючи на величезну різноманітність і унікальність кожного, у нас є дуже багато спільного.

Закінчення заняття

"Бінго"

Тренер роздає всім по аркушу паперу. Завдання кожного – без допомоги ножиць зробити з нього чоловічка – себе. Підписати його ім'я (розфарбувати його за бажанням), записати на чоловічку очікування від тренінгів і окремо – що ти будеш робити для того, щоб очікування справдилися. Тренер пропонує по колу озвучити записане, обговорити можливості команди і свої, а також внесок кожного в хорошу роботу. Після тренер пропонує прикріпити всі чоловічки на ватман, на якому буде записано назва команди дітей – це буде їх перша спільна робота.

Заняття 2. Лідерство і група

Мета: виявити лідерів і збалансувати взаємини в команді.

Завдання:

- Виявити неформальних лідерів і аутсайдерів;
- Сформувати розуміння колективного розвитку групи;
- Врівноважити взаємини в групі;
- Знайти спільні риси в групі і сформулювати мету на всю зміну.

Розминка

"Ніхто з вас не знає"

Всі стоять у колі. Перекидаючи м'яч (стежимо, щоб він дістався кожному), говоримо фразу: "ніхто з вас не знає, що я (у мене)" і додають повідомлення.

Будуємо відносини

"Акваріум"

Учасникам групи роздають папір, ножиці, фломастери. Протягом 10-15 хвилин вони повинні вирішити, рибкою якої породи вони будуть на даному занятті, намалювати, вирізати, розфарбувати рибку, написати на ній ім'я учасника, назву рибки.

На наступному етапі кожен з учасників повинен прикріпити свою рибку на стіну (аркуш ватману), яка є образом акваріума. У яке місце приклеїти рибку – кожен вирішує сам (хтось глибше, хтось біля поверхні), хтось у водоростях, хтось серед каміння. Так само учасники повинні назвати своє ім'я і розповісти, що ця риба шукає в акваріумі, як представляє своє існування серед інших риб (акваріум можна замінити будинком, зоопарком, автопарком або ще чимось, головне – створити візуальне розташування дітей на початку тренінгів, щоб по закінченню занять вони мали можливість при бажанні поміняти розташування своєї "рибки").

"Дзеркало"

- Зараз ми пропонуємо виконати кілька нескладних завдань, точніше – зімітувати їх виконання. Уважно прослухайте завдання. Їх усього чотири.

Завдання такі:

1. Пришиваємо гудзик
2. Збираємося в дорогу
3. Печемо пиріг
4. Виступаємо в цирку

Особливість цих занять у тому, що кожне з них ви будете виконувати попарно, причому напарники стануть один проти одного, і один з них стане на якийсь час дзеркалом, тобто буде копіювати всі рухи свого партнера. Потім партнери міняються ролями. Але спочатку давайте розіб'ємося на пари ... Пари готові, приступаємо до завдань. Отже, всі пари по черзі виконують завдання за своїм вибором. Один з них – виконавець, а інший – його дзеркальне відображення, що наслідує всі рухи виконавця. Решта учасників групи – глядачі, вони спостерігають за грою пари і виставляють партнеру, що грає роль

дзеркала, оцінку за артистизм. Потім партнери в парі міняються ролями. Пари по черзі змінюються. Таким чином перед групою виступають всі її учасники. Кожен виступає у двох ролях: в ролі виконавця і в ролі дзеркала. Група оцінює акторів, які грають роль дзеркала, за п'ятибальною системою. Потім оцінки всіх учасників будуть підсумовуватися, і кожен зможе дізнатися про успішність своєї роботи в ролі дзеркала. Отже, починаємо роботу. Підводяться підсумки. Кожен підліток обчислює оцінку, отриману ним у ролі дзеркала.

"Стілець хвастощів"

Всі учасники сідають у загальне коло. Ведучий бере один з вільних стільців і ставить його так, щоб він виступав з кола, при цьому сам тренер розташовується трохи позаду і праворуч.

Це не простий стілець. Це стілець хвастощів. Кожен, хто сяде на нього, отримує право похвалитися. Чим? Та чим завгодно! Будь-яким досягненням на своєму життєвому шляху. Той, хто сідає на цей стілець, повинен починати своє повідомлення зі слів: "Я хочу похвалитися тим, що ..." Отже, хто перший?

Після перших "хвастощів" ведучий ініціює оплески і захоплені відгуки. Це особливо важливо для емоційної підтримки боязких і сором'язливих учасників. Виступивши, сидячи на "стілці хвастощів", називає наступного, кому він пропонує сісти на цей стілець. За бажання можна сідати на "стілець хвастощів" кілька разів.

"Оплески по колу"

Інструкція:

Ми добре попрацювали сьогодні, і мені хочеться запропонувати вам гру, у ході якої оплески спочатку звучать тихенько, а потім стають усе сильнішими й сильнішими.

Ведучий починає тихенько плескати в долоні, дивлячись і поступово підходячи до одного з учасників. Потім цей учасник вибирає із групи наступного, кому вони аплодують вдвох. Третій вибирає четвертого і т.д.— останньому учаснику аплодує вже вся група.

Заняття 3. Творчість і креатив

Мета: згуртування групи і створення умов для розкриття творчих здібностей.

Завдання:

- Закріпити можливості командної роботи в групах;
- Навчитися взаємодіяти на різних рівнях;
- Підтримка один одного;
- Створення карти групи.

"Нетрадиційний спосіб вітання"

Хаотично пересуваючись по залу, учасники при зустрічі з ким-небудь вітають його:

- А) кивком голови;
- Б) посмішкою;
- В) очима;
- Г) через рукостискання;
- Д) плечем;
- Е) спинами;
- Ж) колінами.

"Подорож з дикими гусями"

Учасники групи отримують текст: "Дикі гуси летять особливим" ладом "-клином. Зграя веде вперед ватажок, що є главою пташиного клину, на ньому ж – основна тяжкість польоту – чому?

Справа в тому, що лад гусячої зграї відрізняється особливою організацією. Клин дозволяє гусям, що летять за ватажком, економити фізичні сили. Кожному з гусей вдається зберегти витрати власної фізичної енергії за рахунок роботи крил його сусідів. Кожен птах летить так, щоб приєднатися до решти, – в єдиному ритмі. Це робиться для того, щоб енергетичне поле зграї збільшувалося рухом кожного птаха. Гуси обмінюються енергією не тільки один з одним, але і з енергетичним полем всього повітря.

Розмах крил сусіда створює сприятливе аеродинамічне поле для гусака: підраховано, що політ у зграї зберігає до 70% енергії в порівнянні з польотом птаха-одинака!!! Якщо під час перельоту один з птахів відхиляється від чіткої лінії клину, він негайно починає відчувати на собі збільшення опору повітря. Тоді цей гусак квапиться повернутися на своє місце, "підправити" лінію польоту.

Гуси, які в далекому польоті можуть втратити до 30% своєї ваги, зберігають таким чином свої фізичні сили для тривалої подорожі.

Коли ватажок втомлюється, він виходить з вершини клину і займає своє місце в кінці зграї. На місце ватажка заступає один із наступних за ним гусей, який завдяки ватажковій зграї міг досі економити свої фізичні зусилля. Якщо ж якийсь із птахів не має сил продовжити політ, він опускається. Але завжди разом з ним залишається один зі зграї – для захисту і допомоги".

Що цікавого ви бачите в звичках гусей?

Чим пояснюється ефективність гусячого клину?

Чи відчуваєте ви себе в групі так само впевнено і захищено, як гусак у зграї?

Чи може твоя зграя долетіти до мети? Чому?

Хто, на вашу думку, готовий за необхідності зайняти місце на чолі зграї?

Що дозволяє вам так думати?

"Плутанина"

Учасники стають у коло. "Давайте встанемо ближче один до одного, утворюємо більш тісне коло, і всі простягнемо руки до його середини. За мою команду всі одночасно візьмемося за руки і зробимо це так, щоб у кожній руці кожного з нас виявилася чиясь одна рука. При цьому намагатися не братися за руки з тими, хто стоїть поруч з вами. Отже, давайте почнемо. Один два три".

Після того, як тренер переконається, що всі руки з'єднані попарно, він пропонує учасникам групи "розплутатися", не випустивши рук. Тренер теж бере участь у вправі, але при цьому активного впливу на "розплутування" не має. Під час виконання вправи досить часто виникає ідея неможливості

вирішення поставленого завдання. У цьому випадку тренер повинен спокійно сказати: "Це завдання можна вирішити, розплутатися можна завжди". Вправа може завершитися одним з трьох варіантів:

1. Всі учасники групи опиняться в одному колі (при цьому хтось може стояти обличчям в коло, хтось спиною, це неважливо, головне, щоб усі послідовно утворили коло).

2. Учасники групи утворюють два або більше незалежних кола.

3. Учасники групи утворюють кола, які з'єднані один з одним, як ланки в ланцюжку. Час, що витрачається групами на виконання цієї вправи, може бути дуже різним, у досвіді нашої роботи він варіювався від 3-5 хвилин до 1 год. Одна група відмовилася від продовження пошуків рішення. Коли завдання виконано, можна звернутися до групи з питанням: "Що нам допомагало впоратися з поставленим завданням?". Або "Що можна було б робити інакше для того, щоб швидше впоратися з поставленим завданням?" (Останній варіант є кращим, з нашої точки зору, як модифікація питання "Що нам завадило швидше впоратися з поставленим завданням"). Вправа корисна у змістовому плані, в той же час вправа об'єднує групу. Однак у силу того, що вона передбачає тісний фізичний контакт, використовувати її треба з великою обережністю. Якщо тренер припускає, що у когось з учасників у результаті проведення вправи зросте напруга, слід утриматися від її проведення.

"Дігікон"

Необхідний час: близько 40 хвилин.

Мета

- Провести вправу на планування.
- Проілюструвати лідерську поведінку.
- Дослідити почуття, які відчувають підлеглі щодо своїх лідерів залежно від поведінки.

Розмір групи: в "Дігікон" можна грати навіть у складі 4 осіб, і він все одно "спрацює". Однак ефект гри виявиться набагато більшим, якщо буде влаштовано змагання між групами гравців, для якого вам знадобиться 8 і

більше осіб. Якщо у вас достатньо місця, і ви здатні витримати шум і гам, то кількість гравців не обмежена.

Умови: ніяких спеціальних приготувань не потрібно. У кожного гравця повинні бути олівець і папір, а вам потрібно приготувати великий ключ, оскільки це головний предмет з усього ігрового інвентаря.

Порядок дій

відповідно до задуму гри учасники повинні виконувати ролі "в'язнів" і "роботів" (тобто тих, хто поводить подібно механізмам). На кожну "камеру" з 3-7 "в'язнями" відведено по одному "роботу". Таким чином, з 12 учасників можна сформувати 3 "камери" по 3 "в'язні" в кожній і до них по 3 "роботи". Забезпечте кожного папером і олівцем.

1. Розбийте гравців на групи будь-якої чисельності від 4 до 8 – розміри можуть варіюватися.

2. У кожній групі попросіть одного добровольця зіграти робота. Запропонуйте "роботам" уявити, що вони є механічними рабами, які зобов'язані коритися своїм господарям. Вони можуть бачити, чути, рухатися і реагувати, але не вміють говорити.

3. Повідомте іншим, що вони є "в'язнями", зачиненими в камери, і помістіть кожну групу в кут або біля стіни, відгородивши її столами і стільцями, щоб вийшла "камера". Розташуйте "камери" якомога далі одну від одної. "Роботи" стоять зовні, перед камерами своїх господарів, і чекають початку діяльності.

4. Зверніть загальну увагу на великий дверний ключ, який ви покладете у всіх на виду.

5. Ознайомте всіх з наступним сценарієм. По ходу читання він здасться складним, але роз'яснення займуть всього кілька хвилин, і управляти грою буде важко лише в перший раз. З кожним наступним разом вона буде проходити все легше, і ви навіть почнете прикрашати її всякими фантастичними подробицями.

Сценарій

Усі ви є героями науково-фантастичного оповідання. Одні – прибульці з космосу, а інші – роботи. Земляни зачинили всіх прибульців у в'язницю і замкнули в камери. Варта в будь-який момент може відвести їх на страту. Єдина можливість для прибульців утекти – наказати роботам принести ключ (лежить на видноті), який підходить до дверей кожної з камер. Але необхідно поспішати, бо невідомо, ким виявляться бранці в інших камерах – друзями чи ворогами. Ті, кому вдасться вийти, можуть або випустити інших, або вбити їх. Роботи можуть заходити куди завгодно, крім камер. До того, як в'язні зможуть скористатися послугами своїх роботів, їм доведеться створити їх "пам'ять" і віддати останнім ряд команд, які потрібно записати. На жаль, "пам'ять" роботів здатна утримати лише 10 команд, кожна з яких складається максимум з двох слів. Це єдині звуки, на які роботи можуть реагувати. Більше того – команди не можуть віддаватися на будь-якій відомій мові; вони повинні складатися з безглузвих слів: наприклад, "зін" – "йди вперед" або "чат" – "йди назад". Це продиктовано тим, що в кожній камері сидять представники різних цивілізацій, у яких немає спільної мови, і тому їм доводиться створювати її. У кожній камері група в'язнів повинна виробити свої умовні команди і занести їх в "довідкові таблиці" відповідних роботів, щоб потім їм можна було наказати піти взяти ключ і принести його в камеру. Таким чином роботи реагують на ряд заздалегідь визначених команд. Ці команди, коли їх засвоять, можна повторювати і віддавати в будь-якій послідовності. Одного разу сформовану пам'ять роботів не можна змінити.

6. Коли ви закінчите з поясненнями, стисло дайте відповіді на запитання і переконайтеся, що всі розуміють, що їм потрібно робити. Потім дайте "в'язням" 5 хвилин на формування "пам'яті" "роботів". Кожна "камера" повинна обговорити, які "слова" означатимуть команди для "роботів", і записати їх разом з перекладом на "нормальну" мову. Ви ж продовжуєте стежити за ходом роботи, жодним чином не втручаючись і тим більше не втручаючись зі своїми пропозиціями. Якщо ви граєте з міжнародною групою, то майже напевно виявите, що як мінімум одна з команд бере слова з реально існуючої –

незрозумілої іншим – мови, якою говорить хто-небудь з її членів: наприклад, баскської або тамільської. Таке дозволяється.

7. Після закінчення 5 хвилин видаліть всіх роботів з кімнати.

8. Після цього оголосіть, що сторожа зробила у в'язниці деякі перестановки, і трохи посуньте меблі – наприклад, перетягніть стіл на середину кімнати і скажіть, що це тунель, яким роботам доведеться повзти за ключем. Додайте ще кілька перешкод, щоб роботам довелося, наприклад, через щось перелазити. Якщо хочете, можете перекладати ключ з місця на місце, а якщо ви граєте в "Дігікон" з дуже розумною групою, то можете дозволити собі справжню "підлість" і покласти ключ туди, де "роботам" буде важко його побачити.

Після такого окремі "в'язні" прийдуть у повне сум'яття, оскільки їм, напевно, і в голову не приходило ввести в "пам'ять" роботів слова "повзти" або "перелазити". Заспокойте їх і порадьте "намагатися з усіх сил".

9. Після того, як "бранці" з'ясують послідовність дій, які необхідно виконати їх "роботам", щоб здобути ключ, запросіть "роботів" підійти до вас, заберіть у них "шпаргалки", перемішайте їх і знову роздайте так, щоб у жодного з них не виявилось в руках початкового варіанта. Це напевно посіє паніку як у лавах "роботів", так і "бранців". Ви ж прокоментуйте свої дії тим, що роботи – всього лише машини, і неважливо, чиїм командам вони підкоряються.

10. Оголосіть, що тепер "роботи" готові до дії. У перший момент усі гравці будуть розгублені, але з часом хто-небудь з "в'язнів", а може бути, відразу декілька, почнуть читати власні списки, щоб з'ясувати, чиї в них проставлені команди і що вони означають. Зрештою, хто-небудь з них дізнається "свою" команду і відреагує на неї, що активує інших гравців, і почнеться гонка. Може піднятися страшний шум, на "роботів" посиплються накази, лайка і схвальні вигуки. У загальній метушні і напрузі гравці можуть трохи призабути правила, так що зберігайте пильність і тримайте в порядку найбільш завзятих гравців. Можливо, вам доведеться заштовхувати людей назад в "камери", перевіряти

"словники", якщо у вас виникла підозра, що "роботи" відгукуються більш ніж на 10 командних слів, і забороняти команди, що змушують "роботів" нападати один на одного. При роботі з молодіжною групою найкраще попередити, що якщо один "робот" доторкнеться до іншого, то обидва негайно "замруть" до тих пір, поки не надійде команда розійтися. Можливо, що безпосередньо вам доведеться подати сигнал про закінчення гри, оскільки гравці в запалі боротьби можуть не помітити, що один з "роботів" вже захопив ключ і його команда перемагає, а навіть якщо і помітять, то, найчастіше, увійшовши в раж, продовжують "направляти" своїх "роботів", вважаючи, що саме труднощі з подолання перешкод – найбільш важлива частина гри. Або, навпаки: деякі гравці можуть здатися задовго до фіналу, розцінивши свій "словник" як нікуди не придатний. Однак таке рішення може бути необачним, оскільки, за наявності творчого підходу, навіть дуже бідний словниковий запас можна використовувати найдивовижнішим чином.

Завершення: гравці зазвичай знаходять "Дігікон" дуже кумедним. "Роботи" часто зізнаються, що процес "програмування" змушує їх відчувати свою приналежність до тієї групи, яка ним займається. Тому вони відчують справжній "культурний шок", коли їх змушують помінятися "словниками" і тим самим поміняти "господарів". У "роботів" також виробляється своєрідний погляд на "істинних" господарів становища. Буває, що "роботи" відчують почуття безпорадності і розчарування, а також, за висловом одного з гравців, "злості через жахливе відчуття кричущої некомпетентності тих, хто стоїть при владі".

"В'язні", яким вдається втекти першими, швидше за все, є членами команди, чиє домінування обумовлене однією з двох причин: або наявність сильного лідера, чиї знання дозволяють найбільш ефективно управляти "роботом", або всі члени команди є надзвичайно демократичними, орієнтованими на вирішення завдання гравцями, які діють, змінюючи один одного і майже інтуїтивно породжуючи щось на кшталт "мозкового штурму". У групах останнього типу гравці ясно усвідомлюють і використовують здатності

один одного до вирішення проблем. Наприклад, одна з "в'язнів" мовчала, поки двоє її "співкамерників" "програмували" "робота" (вона заявила, що у них це вийде швидше, і з радістю надала їм таку можливість). Зате потім, керуючи "роботом", вона швидко довела свою корисність – тепер уже інші охоче мовчали і з задоволенням спостерігали, як вона трудиться над досягненням спільної мети.

"Дігікон" як метод навчання цілком підходить як для програм вивчення організаційної комунікації, так і для тренінгу по керівництву молоддю. Можна використовувати цю гру при вивченні відносин влади між адміністрацією і робітниками, або ж – рушійних сил невеликих груп, орієнтованих на вирішення завдань, включаючи лідерську поведінку, коли ці групи перебувають під тиском зовнішніх обставин. Крім того, "Дігікон" може бути ефективним в умовах взаємодії різних культур – наприклад, для кращого розуміння різних стилів вирішення проблем у середовищі людей різної етнічної приналежності.

Закінчення заняття

"СМС"

Тренер вішає на стіну ватман, оформлений у вигляді мобільного телефона. Кожному учаснику видається стікер і ручка. Завдання для всіх: написати у вигляді смс те, що здалося найбільш важливим і цікавим на цьому занятті. Потім усі по черзі підходять і клеять свої смс на телефон.

Завершити все потрібно загальним позитивним настроєм (виберіть 1-2 варіанти):

- Колективне рукостискання;
- Колективні обіймашки;
- Позитивний імпульс по колу;
- Компліменти по колу;
- Невербальні подарунки одне одному.

Заняття 4. Комунікація в групі

Мета: формування позитивної Я-концепції підлітків, розвиток здібностей здійснювати значні зміни у своєму житті, корекція самооцінки, комунікативних навичок і позиції в міжособистісному спілкуванні.

Завдання:

1. Оволодіння конкретними психологічними знаннями.
2. Розвиток здатності адекватно і повно пізнавати себе та інших людей.
3. Забезпечення засобами самопізнання.
4. Підвищення усвідомлення щодо власної значущості, цінності, зміцнення почуття власної гідності.
5. Формування мотивації до самовиховання і саморозвитку, стимулювання позитивних змін у поведінці.

Вправа "Метафора"

Кожному учаснику на аркуші паперу пропонується написати ім'я. Не обов'язково, щоб ім'я було справжнім. Під ім'ям пишеться метафора (образ особистості). Це може бути морська істота, самотній мандрівник в пустелі, меч на тлі блакитного неба.

Після індивідуальної роботи учасники по черзі називають своє ім'я і представляють власний образ.

Тренер може ускладнити завдання, запропонувавши намалювати власний образ. Після презентації за допомогою скотчу малюнки закріплюють на дошці, створюючи "галерею" метафоричних портретів.

Спостережливість у спілкуванні

Вправа "Що пам'ятаю?"

Один з учасників (за бажанням) сідає спиною до аудиторії. Останні вголос загадують одного з присутніх. Завдання ведучого – якомога докладніше описати зовнішній вигляд задуманого. Коли опис буде закінчений, члени групи можуть доповнити опис своїми спостереженнями. Після цього хтось інший сідає спиною до аудиторії, загадується нова людина – і процедура повторюється. Зміна ведучого відбувається ще кілька разів.

Обговорення.

- ☐ Легко чи важко було описувати зовнішність?
- ☐ У чому були труднощі?
- ☐ Чому?
- ☐ Що легше згадується?

- ☐ Що важче?
- ☐ Кому було легко виконувати цю вправу?
- ☐ Чому?

Мозковий штурм "Спілкування – це ..."

Усі відповіді учасників записуються на картках. Після цього тренер узагальнює їх разом з дітьми. У ході мозкового штурму учасники можуть висловитися щодо конфліктного спілкування. Тренер повинен обговорити цю проблему і підвести підлітків до висновку, що конструктивно вирішити будь-яку проблему можна, лише ефективно спілкуючись.

Вправа "Передай іншому"

Учасники заняття-тренінгу сидять у колі і по черзі кожен без слів передає сусідові який-небудь уявний предмет. Сусід повинен "взяти" його відповідним чином і назвати. Потім він пропонує вже інший, свій предмет наступному по колу. Вправа повторюється до тих пір, поки усі не візьмуть участь.

Обговорення.

- ☐ Легко чи важко було передавати предмет?
- ☐ Кому легко?
- ☐ А в чому були труднощі?
- ☐ Легко чи важко було відгадувати предмет?
- ☐ Кому було легко?
- ☐ А в чому полягали труднощі?

Вправа "Вислухай – поверни"

Учасники, встановлюючи контакт очима, об'єднуються в пари (партнер А і партнер Б). Партнер А розповідає все, що він хотів би повідомити на даний момент про себе (2 хв.). Партнер Б слухає і, по закінченні відведеного часу, переказує все, що почув, кажучи: "Я почув, що ти ...". На "повернення" інформації партнеру Б також відводиться 2 хв. Далі партнери міняються ролями (партнер Б розповідає партнеру А, а партнер А переказує почуту інформацію партнеру Б).

Питання для обговорення

- Які почуття у вас викликало завдання?
- Вистачило часу на розповідь?
- Що було легше: слухати чи відтворювати інформацію?
- Коли слухали, що ви відчували, коли переказували?
- Повністю була відтворена інформація?
- Що допомагало правильно зрозуміти партнера?
- Чи допомагали вам вираз обличчя вашого партнера, рухи його рук тощо?

Вправа "Невербальні етюди"

Учасники об'єднуються по 4-7 чоловік. Кожна група отримує картку з темою етюду, який вона через 5 хв. повинна показати без слів іншим учасникам групи.

Теми етюдів:

- Розмова з батьками;
- Весела вечірка;
- Знову невдача;
- "Новенький" у класі.

Тренер може запропонувати інші теми етюдів.

Питання для обговорення

- Важко було готувати етюди?
- Які засоби ви використовували для розкриття теми свого етюду?
- Як ви себе почували під час виконання вправи?

"20 бажань"

Мета – дати можливість учасникам відпочити, набратися оптимізму.

Час – 5 хвилин.

Кількість учасників – без обмежень.

Матеріали – приладдя для письма.

Особливі вимоги до приміщення – столи, стільці.

Процедура: тренер пропонує учасникам 20 разів закінчити речення, яке починається словами "Я хочу...". Записують усі бажання, які спадають на думку, не дбаючи про їх реалістичність або прийнятність для інших.

Підведення підсумків (5 хв.)

Тренер разом з групою обговорюють усі види діяльності, використані під час тренінгу.

Можливий варіант обговорення: тренер пропонує учасникам висловити свої судження з приводу тренінгу, доповнюючи незакінчену пропозицію:

"Мені було ..., тому що ...".

Наприклад: "Мені було радісно, тому що я зміг познайомитися з цікавими людьми".

Заняття 5. Спілкуватися – це здорово!

Мета: активізувати учасників до роботи в групі, тренувати увагу до дій іншого, вміння знаходити засоби невербального спілкування, зрозумілі іншим.

"Загальний ритм"

Мета – дати можливість учасникам розім'яти м'язи та відпочити.

Час – 5 хвилин.

Кількість учасників – без обмежень.

Матеріали – не потрібні.

Особливі вимоги до приміщення – достатньо простору для виконання рухавки. Процедура: тренер кілька разів поспіль плескає в долоні з певною швидкістю, задаючи тим самим ритм, який учасники, розташовані колом стоячи, повинні відтворити й підтримувати в такий спосіб: учасник, що стоїть праворуч тренера, робить один оплеск, наступний за колом учасник-також один оплеск, і так далі кожний учасник по черзі робить один оплеск у ритмі, заданому тренером. Правильне виконання вправи справляє враження, начебто в заданому ритмі плескає одна людина, а не всі члени групи по черзі. Варіант виконання вправи. Ведучий виконує оплесками нескладну музичну композицію – коротку з чітким ритмом. Потім кожний учасник по черзі її повторює. Ще варіант: можна одночасно вибивати композицію всією групою.

Вправа "Передача інформації"

Учасники об'єднуються у дві групи. Члени першої групи виконують роль телефоністів, що передають важливе повідомлення, члени другої групи – експерти. Телефоністи виходять за двері, їм зачитують повідомлення. Потім вони по черзі заходять у кімнату і кажуть свою версію повідомлення. Експерти оцінюють, наскільки точно кожен передає зміст інформації. Після цього групи можуть помінятися ролями (тренер готує новий варіант повідомлення). Далі тренер проводить обговорення.

Варіант повідомлення:

Сьогодні у нас незвичайна погода. У мене вранці погане самопочуття і настрій: то голова болить, то все сумно і невдало. А ще в четвер у нас контрольна робота з математики, а в неділю о 10:00 ми їдемо на виставку котів. Вона проводиться в будинку за кінотеатром. Треба взяти 3 гривні і не запізнитися.

Питання для обговорення

- Важко було передавати інформацію?
- Була інформація передана точно?
- Що заважало передавати інформацію достовірно? Чому інформація спотворювалася?
- Які чинники впливали на процес передачі інформації?
- Чи відчували ви відповідальність за достовірність переданого вами?
- До чого може призвести така ситуація в реальному житті?

"Шикуймося за зростом"

Мета – дати можливість учасникам розім'яти м'язи та відпочити.

Час – 5 хвилин.

Кількість учасників – без обмежень.

Матеріали – не потрібні.

Особливі вимоги до приміщення – достатньо простору для виконання рухавки. Процедура: тренер розміщує учасників колом і пропонує заплющити очі. Не розплющуючи очей, учасники мають вишикуватися за зростом. Можна робити кілька спроб.

Вправа "Хвилина"

Тренер звертає увагу учасників на поняття "хвилина часу". Багато це чи мало? Потім учасникам пропонується по сигналу закрити очі і відкрити їх у той момент, коли, на їхню думку, хвилина закінчилася. Потрібно намагатися не рахувати секунди, а саме відчувати довжину хвилини.

Тренер фіксує інтервал в одну хвилину і по закінченні повідомляє про це учасників (подає сигнал).

Вправа "Я хочу сказати однолітку ..."

Тренер запитує учасників про їх власний досвід виступів, про труднощі, які виникали під час цих виступів. Можливо, хтось зможе навести приклади вдалих і невдалих виступів відомих людей. Найбільш і найменш вдалі моменти виступів запам'яталися, яка структура виступу, на думку учасників, є кращою?

Інформація, яку можна використовувати при обговоренні:

- під час виступу оратора основна увага зосереджується на його зовнішньому вигляді (93%);

- одночасно необхідно, щоб вербальна та невербальна інформації відповідали один одному;

- під час виступу краще триматися природно (фігура – струнка, жестикуляція – вільна, не занадто активно і не пасивна, міміка – жива, посмішка – обов'язкова, але не "гумова", погляд – на слухача, а не на стелю, підлогу або у вікно, голос – природний, не крикливий).

При першому спілкуванні з людиною невербальній комунікації приділяється 55% уваги, тембру голосу та інтонації – 38% та інформації – тільки 7%.

Підготовка до виступу. Готуючись до виступу, потрібно усвідомити відповіді на такі питання:

Ким ти є для слухачів? До кого ти звертаєшся? Чому – якої мети повинен досягти? – Що хочеш сказати? Як – яку форму матиме виступ? Коли виступати? Як виступати?

- Продумай тему і основні моменти свого виступу

- Запиши виступ повністю

- Відкоригуй свій текст

- Підготуй тези виступу

- Визнач стиль виступу (хочеш звертатися до серця людей або до їхнього розуму, звертатися до власних прикладів або до досвіду інших, використовуєш піднесений, емоційний стиль або більш стриманий, холодний, будеш користуватися нотатками або говорити без них).

Структура виступу: вступ, розвиток думки, висновки.

- На початку виступу завоюй увагу слухачів, отримай їх симпатії і розкажи мету своєї промови.

- В основній частині не вживай більше 3-х аргументів.

- Під час завершення повтори стисло сказане, зроби останній "штрих" (це може бути цитата, анекдот, гасло, питання, бачення майбутнього) і не забудь подякувати слухачам.

- Як боротися з хвилюванням: запиши виступ, але не вчи його напам'ять. Пам'ятай, що аудиторія налаштована позитивно. Попроси перед виступом, щоб тебе хтось послухав. Пам'ятай, що слухачі не знають про твої страхи, і завжди можна скористатися паузою!

Ця вправа дуже важлива для учнів з проблемною самооцінкою, у яких часто виникають труднощі при публічному виступі, в тому числі і при необхідності відповідати у класі або на іспиті.

Вправа "Дерево підсумків"

Учасникам тренінгу для підведення підсумків заняття пропонується взяти аркуші паперу рожевого і синього кольорів. На рожевому папері потрібно записати свої позитивні враження, на синьому – побажання щодо поліпшення роботи. За бажання можна скористатися тільки одним кольором. По закінченню учасники підходять до малюнка дерева та наклеюють на нього свої листочки.

У віці 12 – 14 років авторитет дорослих значно знижується. Для дитини найважливішою стає оцінка її однолітками. Тому старші наставники, враховуючи цю вікову особливість, не повинні нав'язувати дитині свої думки, а дати їй змогу самостійно впевнитися у їх правильності. З одного боку, необхідно допомогти дитині задовольнити потребу у спілкуванні з однолітками.

Підліткові треба усвідомити ті нові вимоги, що перед ними висувають старші наставники, а з іншого боку – необхідне справжнє визнання й прийняття дорослими їх нової позиції, допомога у самоствердженні. Ареною самоствердження найчастіше виступає спілкування з ровесниками. Характерною особливістю молодших підлітків є концепція-установка на змагання, виграш, на досягнення колективного успіху, що можна успішно використовувати у практичній корекційній роботі психолога з групою підлітків.

Намагаючись допомогти підліткові пережити цей важкий для нього етап зрілості, передусім слід встановити з ним щирі, довірливі стосунки, допомогти усвідомити, що його розуміють, поділяють його переживання, цінують і поважають його таким, яким він є. Прихильність дорослих знімає напругу в міжособистісних стосунках, допомагає підліткові подолати замкнутість у власному внутрішньому світі, підтримує його позитивне ставлення до власного Я, висвітлює часто йому невідомі, але схвалювані іншими якості його особистості.

Питання для самоперевірки та самоконтролю

1. Дайте характеристику особливостей молодшого підліткового віку дитини.
2. Які основні труднощі виникають на шляху дорослішання підлітка?
3. На що потрібно звернути увагу практичному психологу у роботі з молодшими підлітками у першу чергу?
4. На що слід звернути увагу у підготовці до діагностики підлітків?
5. Що таке "акцентуації характеру" і як задіяти їх у роботі практичного психолога?
6. Опишіть різницю у груповій та індивідуальній роботі психолога з підлітками.

Розділ 4. Напрями та особливості роботи практичного психолога з дітьми старшого підліткового віку

§1 Психологічні та вікові особливості розвитку особистості у старшому підлітковому віці.

Підлітковий вік є новим поворотним етапом у процесі розвитку молодої людини і може розглядатися як "перехідний вік", "пубертатний період", "кризовий період", "переломний період", "період статевого дозрівання" тощо. Для цього вікового періоду характерним є виникнення таких специфічних новоутворень як почуття дорослості, бажання самостійно приймати рішення, потреба в самоствердженні та самореалізації.

Проблеми молоді завжди привертали увагу дослідників, але особливо актуальними вони стали останнім часом. Підвищення рівня освіченості і матеріального стану членів нашого суспільства розширило можливості розвитку і задоволення духовних і матеріальних потреб підростаючого покоління, але зробило більш складним формування розумних бажань і устремлінь.

За допомогою засобів масової інформації розширились границі сприйняття і пізнання світу. У потоці сучасної інформації підлітку все важче розібратися в чомусь самостійно і глибоко, тому часто він починає сприймати тільки розважальне, що не потребує інтелектуальної напруги. Такі підлітки годинами сидять перед телевізором чи слухають гучні ритми магнітофонних записів, чи проглядають ілюстровані журнали, чи бездумно читають гостросюжетні детективи. Це призводить до поступової втрати здатності до самоорганізації і самоуправління, розв'язання важких завдань навчальної діяльності. Такі підлітки йдуть по лінії найменшого супротиву. вдовольняються приємними скороминучими переживаннями, не прогножуючи своє майбутнє.

Проблеми підліткового віку вивчають такі вітчизняні вчені, як І.Булах, Т.Гончаренко, Т.Гурлева, А.Наточій, Т.Нечитайло, А.Поденко, Н. Хамська, В.Цвіркун та інші. Вікові особливості старших підлітків досліджують

вітчизняні вчені Т.Галенко, Н.Глушко, О.Жизномірська, Н.Романів, Н.Тимчик, І.Шкільна та інші.

Підлітковий період дуже важливий у житті підростаючої людини. Юність – це період самовизначення. Самовизначення – соціальне, особистісне, професійне, духовне і практичне – є основним завданням юнацького віку. В основі процесу самовизначення лежить вибір майбутньої сфери діяльності. Проте професійне самовизначення пов'язане із завданнями соціальної та особистісної самоідентифікації, з пошуком відповіді на питання: ким бути? яким бути? По суті, це проектування майбутнього і визначення життєвих перспектив.

Погоджуємося з думкою І. Булах, яка стверджує, що підлітковий вік є "часом досягнень і часом певних втрат". Адже досягнення особистості в цей період пов'язані зі стрімким збільшенням суми знань, умінь, пізнанням свого "Я", опануванням нової соціальної позиції та формуванням моральності. У той час як втрати цього віку розглядаються з позиції зникнення дитячого світовідчуття, безтурботного та безвідповідального способу життя. Привертають увагу типові особливості сучасного підлітка, які виокремлює вчена. Серед них:

- підвищена чуттєвість у взаєминах з оточуючими;
- нестійкість самооцінки;
- вибірковість в оцінці якостей іншої людини;
- прояв прямолінійних та критичних суджень;
- вимогливість до однолітків та дорослих у дотриманні слова;
- велике значення думок референтної групи про власну особистість;
- виникнення такого новоутворення як рольове самовизначення (усвідомлення свого місця в суспільстві);
- прагнення бути значимим серед однолітків;
- потреба в інтимно-особистісному спілкуванні зі значущими однолітками;
- прагнення до самостійності та незалежності поведінки від порад дорослих;
- бажання зайняти нову соціальну позицію, бути та вважатися дорослим;

- здатність до саморозвитку тощо [1, 129].

Становлення самостійності в підлітка пов'язане з появою і захистом почуття справедливості і власної гідності, яке супроводить утвердження його особистості серед дорослих. Новоутворенням у психіці підлітка є утвердження совісті – вирішального фактору в самосвідомості. Самосвідомість – це, насамперед, відчуття людиною ставлення до неї інших, розуміння своєї ролі серед людей, налагодження стосунків з навколишнім середовищем. Найважливішим елементом самосвідомості є поява думок про себе. Інколи людина 14–15 років сама дивується появі цих думок, "прислухається" до своєї свідомості.

§2 Основні індивідуальні та групові складності розвитку старшого підлітка.

Складності підліткового віку є серйозною психологічною проблемою. Їх перша об'єктивна основа – у значній різниці між вимогами суспільства до дітей і дорослих, різниці в їх обов'язках і правах. Відомо, що "доросле" життя складніше, ніж життя дітей, і далеко не всі дорослі люди можуть підтримувати гармонійні відносини з навколишніми. Підліткам же приходится у відносно короткий період освоїти цю сферу у всій її складності.

Ускладнення соціального буття підлітків проходить у період швидкої фізіологічної перебудови організму. Зміни активності ендокринної системи призводять до виражених коливань вегетативних функцій (пітливість, почервоніння, блідість, схуднення, ожиріння і т. д.). Підлітки стають емоційно нестійкими, вразливими. За несприятливих обставин такого роду реакції легко фіксуються і навіть набувають патологічної форми.

Таким чином, другою об'єктивною основою складності підліткового віку є виключно швидкий темп змін, які відбуваються в цей період: у фізичному і психічному стані підлітка, у характері реакції на зовнішні подразники тощо. Можна сказати, що підлітки і дорослі живуть у різному масштабі часу, а звідси виникають відмінності в оцінках одних і тих самих подій, явищ. При цьому в

підлітках для дорослого багато чого є несподіваним, незрозумілим, тим більше, що несподіваним і незрозумілим воно є часто і для самого підлітка. Дійсно, зі старшим підлітком починають відбуватися зміни, смисл, а головне, необхідність яких для нього не завжди зрозумілі. Стараючись об'єктивно глянути на себе збоку, він не може себе впізнати. У деяких виникає відчуття ніби насильності змін, які відбуваються. Підлітки, особливо схильні до самоаналізу, не можуть одразу прийняти себе в новій якості, соромляться свого нового вигляду.

Підлітки стають дуже чутливими до зауважень щодо їх зовнішності. Слід підкреслити також і значення великих відмінностей в індивідуальних темпах розвитку підлітків: відмінності в ступені зрілості між окремими школярами, учнями одного і того ж класу можуть досягати 3-4 років.

Третьою об'єктивною основою складності підліткового віку є накопичення до цього віку дефектів виховання, які раніше виразно не проявлялися внаслідок недостатньої самостійності дитини і відносно неширокої сфери її діяльності та спілкування. Адже багато з того, що робить дитина, вона робить за бажанням дорослих, система внутрішніх побажань формується в ній поступово. Підліток же все більшою мірою повинен діяти, виходячи із своїх внутрішніх побажань, а діяльність його оцінюється навколишніми вимогливіше, ніж діяльність дитини. Тут-то і виявляються різноманітні дефекти виховання, дефекти розвитку особистості.

У першу чергу це порушення розвитку емоційної сфери. Наприклад, це може бути недостатній внутрішній зв'язок між сприйняттям і оцінкою якого-небудь явища навколишнього і здатністю діяти у відповідності із цією оцінкою, фактично це означає слабкість механізмів волі. Дефектом розвитку емоціональної сфери, який чітко проявляється в підлітковому віці, є і поверховість почуттів, їх швидке згасання, а також бідність емоційного життя: вузькість кола явищ, подій навколишнього, які можуть викликати емоційний відгук.

Другим дефектом виховання є безвідповідальність – це невміння чи небажання людини передбачити чи врахувати наслідки своїх вчинків. Така людина не може уявити себе і навколишнє в період часу, який іде за скоєнням даної дії, а звідси – не може певною мірою і врахувати результати цієї дії і оцінити її значення. Усе це породжує і небажання докласти зусилля для того, щоб постаратися уявити в майбутньому результати своєї діяльності.

Наступний важливий дефект виховання, який чітко проявляється у старшому підлітковому віці, – недостатня впевненість в собі, підвищена тривожність. У їх основі лежить, перш за все, вузькість соціальних зв'язків і недостатнє їх пізнання. Недостатність уваги, підтримки, заохочення навколишніх веде до формування у дитини таких рис особистості, як невпевненість і тривожність, відсутність відчуття безпеки, захищеності.

Розвиток людини в цей період може йти кількома шляхами. Юність буває особливо бурхливою, навіть у тихих до цього дітей: пошуки сенсу життя, боротьба за своє місце в соціумі, конфлікти з близькими. Усі ці процеси можуть проходити особливо напружено. Найчастіше проблеми в цей період відчувають діти з тонкою, мобільною внутрішньою організацією, діти з неповних родин або підлітки з браком батьківської уваги. Статус і вигляд батьків, їх позитивний, а особливо негативний досвід є базовою складовою формування світогляду підлітків. У цей час все, що роблять старші, піддається особливо пильній увазі й аналізу з боку підлітків. Від дорослих уже потрібні не тільки задоволення фізіологічних потреб дитини, а й особистий приклад практично в усьому. Саме зараз підліток особливо строго оцінює соціальну спроможність своїх батьків та їх моральний потенціал.

Але деякі старшокласники плавно і без стресів рухаються до переломного моменту життя, а потім порівняно легко включаються в нову систему відносин. Вони більше цікавляться загальноприйнятими цінностями, більшою мірою орієнтуються на оцінку оточуючих, авторитет дорослих. Можливі й різкі, стрибкоподібні зміни, які завдяки добре розвиненій саморегуляції не викликають складнощів у розвитку. Батькам таких дітей неймовірно

пощастило, але не варто всі плюси в поведінці такої молоді приписувати тільки впливу дорослих. Багато в чому це визначається особистісним психотипом дитини.

При переході від підліткового віку до юнацького відбувається зміна у ставленні до майбутнього. Якщо підліток дивиться на майбутнє з позиції сьогодення, то юнак дивиться на сьогодення з позиції майбутнього. Вибір професії та типу навчального закладу неминуче диференціює життєві шляхи юнаків та дівчат, закладає основу їх соціально-психологічних та індивідуально-психологічних відмінностей. Навчальна діяльність стає навчально-професійною, реалізує професійні та особистісні устремління. Провідне місце у старшокласників займають мотиви, пов'язані з самовизначенням і підготовкою до самостійного життя, з подальшою освітою і самоосвітою. Ці мотиви набувають особистісного сенсу і стають значущими.

Становище напівдорослого в колективі дорослих заважає підліткові утвердити свою особистість. Він шукає свого місця в колективі, неусвідомлено прагне до самовдосконалення і самовизначення. Потреба у самовихованні виникає як у вольових, так і в тих підлітків, які мають слабку волю, проте успішніше працюють над собою зібрані, цілеспрямовані, вольові. Це дає підстави сказати, що усвідомлене самовиховання може починатись у середньому шкільному віці. Найперша психологічна мета самовиховання підлітків є врівноваження і стабілізація взаємодіючих процесів збудження та гальмування, а також удосконалення своєї розумової діяльності, сприймання, уваги, пам'яті. Необхідною умовою цього повинен бути збіг зовнішніх впливів (середовища) і внутрішніх проявів (свідомості). В учнів середнього і старшого віку помітне зростання впливу внутрішніх факторів на регулювання системи їх поведінки.

Характерне надбання ранньої юності – формування життєвих планів. Життєвий план як сукупність намірів поступово стає життєвою програмою, коли предметом роздумів являється не тільки кінцевий результат, а й способи його досягнення. Життєвий план – це система потенційно можливих дій. У

змісті планів може існувати ряд протиріч. У своїх очікуваннях, пов'язаних з майбутньою професійною діяльністю і сім'єю, юнаки та дівчата досить реалістичні. Але в сфері освіти, соціального просування і матеріального благополуччя їхні вимоги часто завищені.

При цьому високий рівень вимог не підкріплюється настільки ж високим рівнем професійних прагнень. У багатьох молодих людей бажання більше отримувати не поєднується з психологічною готовністю до більш інтенсивної та кваліфікованої праці. Професійні плани юнаків і дівчат недостатньо коректні. Реалістично оцінюючи послідовність своїх майбутніх життєвих досягнень, вони надмірно оптимістичні у визначенні можливих термінів їх здійснення.

При цьому дівчата чекають досягнень у всіх сферах життя в більш ранньому віці, ніж юнаки. У цьому проявляється їх недостатня готовність до реальних труднощів і проблем майбутнього самостійного життя. Головне протиріччя життєвої перспективи юнаків і дівчат – недостатня самостійність і готовність до самовіддачі задля майбутньої реалізації своїх життєвих цілей. Цілі, які ставлять перед собою майбутні випускники, залишаючись неперевіреними на відповідність їх реальним можливостям, нерідко виявляються помилковими, страждають на "фантазійність". Часом, ледь випробувавши щось, молоді люди відчувають розчарування і в намічених планах, і в самому собі. Задумана перспектива може бути або дуже конкретною, і тоді недостатньо гнучкою для того, щоб її реалізація завершилася успіхом, або занадто загальною, що ускладнює успішну реалізацію невизначеністю.

Одне з досягнень цього ступеня – новий рівень розвитку самосвідомості, відкриття свого внутрішнього світу у всій його індивідуальній цілісності й унікальності, прагнення до самопізнання, самоповага без нарцисизму. Становлення особистісного способу буття, коли в багатьох життєвих ситуаціях юна людина може сказати: я особисто відповідаю за це!

Це період активної особистісної індивідуалізації, етап, коли гостро переживається прагнення до самоствердження. Це та фаза становлення

особистості, коли актуальною стає позиція "чим би не виділятися, тільки б виділятися". Тому завданнями для практичного психолога є такі:

- 1) опосередкований контроль та корекція бажання підлітка персоналізуватися;
- 2) об'єктивно визначити можливості щодо допомоги підліткові обрати правильний шлях у самоствердженні та самореалізації;
- 3) підтримувати його активність і коригувати її спрямованість.

Характер має велике значення як для самої людини, так і для суспільства. Загальновідомо, які складності виникають на підприємстві, у сім'ї (конфліктність, дезорганізація), коли поруч людина з "важким" характером. Звичайно, характер не є щось незмінне. Одні риси можуть бути більш стійкими, а інші більш змінними, пластичними, гнучкими.

Характер у підлітковому віці проявляється досить різноманітно. У підлітка можуть бути виражені доброзичливість і жорстокість, вимогливість і поступливість, принциповість та безпринципність, колективізм та індивідуалізм, відповідальність та безвідповідальність, скромність та самовпевненість і т. д., по суті, всі ознаки, які мають місце і в дорослих.

Своєрідність характеру в підлітковому віці звичайно проявляється в його "загостренні", акцентуації, яка обумовлена соціальними факторами – ускладненням взаємовідносин з навколишніми і біологічними зрушеннями – нейроендокринною перебудовою, яка лежить в основі статевого дозрівання. Недостатнє врахування особливостей характеру в пубертатному періоді сприяє виникненню напружених, конфліктних відносин у сім'ї та школі. Є такі типи акцентуації характеру, виявлені А. Є. Личком [51, 77].:

- конформний тип;
- гіпертимний тип;
- емоційно-лабільний тип;
- істеричний тип;
- "нестійкий тип";
- торпідний (малорухливий) тип.

Характерно, що у дівчаток в більшій мірі виражені порушення емоційного плану – підвищена образливість, плаксивість, безпричинна зміна настрою, у хлопчиків – зміна поведінки та рухових реакцій.

Мова підлітків інколи робиться повільною, уповільнюються й відповідні реакції на мову дорослих, звернену до них. Не одержавши відповіді на своє запитання, звернене до підлітка чи чекаючи його дуже довго, дорослі часто сердяться і починають докоряти підліткові: "Ти що – глухий?"

Відповіді підлітків на запитання старшого стають більш сухими, однозначними, спрощеними, складається враження, що підліток втратив половину свого словникового запасу. Усе це створює враження недостатнього знання предмета, невпевненості в своїх знаннях, і в відповідності з таким враженням педагоги оцінюють відповіді підлітків.

У цей же час спостерігається підвищена втомлюваність підлітків. Втома звичайно розвивається в дві фази: на першій виникає неспокійність, на другій фазі з'являється сонливість чи, навпаки, сильна збудженість.

Соціальний розвиток старших підлітків пов'язаний насамперед із формуванням і динамікою "Я-концепції" та, з іншого боку, з виробленням навичок міжособистісної взаємодії і соціальної моделі поведінки. Науковці вказують на появу таких новоутворень, як прагнення до самостійності, самореалізації, визнання і спілкування.

Основним змістом спілкування підлітків стають питання щодо соціальних проблем, взаєностосунків між людьми, моральних оцінок подій, вчинків тих, хто їх оточує, особистих взаємин між юнаками і дівчатами. Суттєвою ознакою соціальних якісних змін у старшому підлітковому віці є проблема формування цінностей, вибору особистісно значущих ціннісних орієнтацій і самоствердження себе як особистості, визначення "свого місця" у системі соціальних зв'язків.

Партнерами для спілкування старші підлітки обирають учителів, батьків, родичів, найчастіше – групи однолітків або друзів, які утворюють малі групи.

Під час спілкування і групової діяльності виробляється ставлення до соціального оточення, формулюються відповіді та пояснення явищ і фактів, аргументуються вчинки, створюються ідеали і стереотипи, тобто відбувається засвоєння соціального досвіду, формується власна соціальна позиція. Від змісту і спрямованості спілкування та спільної діяльності, можливості бути залученими до них певною мірою залежить, якою буде власна соціальна позиція старшого підлітка – активною чи пасивною.

Для старшого підлітка дуже важливо бути членом малої групи, цінності якої він приймає, норми поведінки і оцінку якої обирає за орієнтир. Членство у малій групі забезпечує реалізацію соціальної потреби у спілкуванні, самореалізації та захисті.

Окрім того, психологи і педагоги вказують, що для підлітка важливо не тільки бути разом з однолітками (член малої групи), спілкуватися з ними, але й займати серед них становище, яке задовольняє, тобто бути визнаним групою (потреба у визнанні). Фрустрація потреби "бути значимими в очах однолітків" стає причиною правопорушень, асоціальної поведінки, підвищеної конформності підлітків у різних неформальних групах і компаніях та формує негативне ставлення до групової діяльності.

Отже, у підлітковому віці виникають позитивні новоутворення: на фізичному рівні – перебудова гормональної системи, на психічному рівні – поява логіки та подальший когнітивний розвиток, на соціальному рівні – потреба у спілкуванні, самореалізації, визнанні. Якісні зміни зумовлюють поведінку підлітків, формують ієрархію потреб і мотивів, регулюють взаємодію з однолітками та дорослими.

Для забезпечення розвитку та задоволення потреб підлітки будуть обирати ті способи, до яких позитивно ставляться. Відсутність можливості самореалізації, спілкування і визнання у класній групі, негативний досвід задоволення підліткових проблем є типовими причинами негативного ставлення учнів до виховної роботи. Виявлено, що одним зі способів задоволення вікових потреб у сучасних підлітків є створення віртуального

середовища за допомогою комп'ютера, у якому існує віртуальна група, створене віртуальне спілкування, визначена роль і статус членів групи.

У підлітковому віці спостерігається чіткий напрям свідомості на самого себе. Усвідомлення себе особистістю відбувається у підлітків у першу чергу в процесі спілкування із ровесниками. У зв'язку з цим ряд психологів вважають спілкування в підлітковому віці одним із провідних типів діяльності. Самопізнання себе, виділення і порівняння свого "Я" з іншими створюють умови для самовдосконалення. Підліток, оцінюючи власні здібності, успіхи, зовнішню привабливість, моральне обличчя, свою соціальну роль у колективі, свої недоліки, емоційно переживає все це і прагне завоювати повагу та довіру навколишніх. На основі відносин між рівнем вимог та реальними успіхами у нього формується відповідно висока чи низька самоповага. Вона меншою мірою залежить і від підлітка, і від оточення. У підлітків звичайно відмічається підвищена самооцінка та рівень вимог, що при невдачі в навчальній, спортивній та інших видах діяльності часто призводить до афективних реакцій. Тому старший наставник зобов'язаний вчасно регулювати адекватність самооцінки підлітка без шкоди для формування його особистості.

Негативну роль може зіграти й переоцінка себе підлітком, так як сприяє формуванню зазнайства, надмірності, самовдоволення, прагнення протиставляти себе колективу. Рівень самосвідомості у підлітка коливається в широкому діапазоні і залежить від багатьох факторів (мікросоціальне середовище, вік, рівень розвитку інтелекту і т.д.). Рівень самосвідомості у підлітків, як правило, не досягає вищих форм, коли людина усвідомлює себе членом суспільства в цілому і свідомо підкоряє свою спрямованість його цілям. Вищі форми самосвідомості формуються пізніше.

Прагнення – недостатньо усвідомлені потреби – розглядаються в психології не як вроджені фактори поведінки, а як етап у формуванні мотиву. Потреби (харчові, статеві і т. д.) можуть згасати чи усвідомлюватись і трансформуватись у бажання, а бажання, при активності волі, – у прагнення як мотив діяльності.

Прагнення може проявлятися в намірі, мрії, ідеалі. Тому важливо знати, який ідеал формується у підлітка, до якого зразка він прагне – до зразка моральної вихованості чи до образу пристосуванця. Ідеал у підлітка викликає бажання трудитись, наблизитись до нього, але може виражатись у пасивно-спостережливому ставленні до зразка поведінки. У формуванні ідеалу підлітка багато можуть зробити вчителі, що може передбачити подальший шлях підлітка.

При організації роботи з підлітками, Є. Ємельянова пропонує враховувати такі основні потреби цього віку:

- потреба в увазі та підтримці без зайвих осудів та оцінок;
- потреба в чітких правилах, які повинні встановлювати дорослі для того, щоб утримувати підлітків від деструктивних форм поведінки;
- потреба в розвитку та навчанні через життєву практику;
- потреба в цікавих життєвих подіях;
- потреба у задоволенні;
- потреба в повазі та визнанні;
- потреба у вмінні впевнено відстоювати свою точку зору;
- потреба в творчому самовираженні та самореалізації;
- потреба в постановці життєвих цілей [32, 31-33].

Отже, старший підлітковий вік, з одного боку, є складним перехідним періодом від дитинства до зрілості, а з іншого – часом найповнішого розвитку особистісних здібностей та можливостей молодшої людини. Перспективами нашого подальшого дослідження є створення та впровадження технологій особистісної самореалізації старших підлітків.

Таким чином, провідна діяльність у підлітковому віці – інтимно-особистісне спілкування з однолітками. Психологічні новоутворення віку – почуття дорослості, критичність мислення, потреба в самоствердженні. Особливості рухової сфери: зниження рухової активності.

Особливості розвитку пізнавальної сфери:

- переважання пізнавальної активності в міжособистісних відносинах;

- розвиток критичного і вдосконалення теоретичного, абстрактно-логічного мислення;
- активний розвиток монологічного, езопової і писемної мови;
- вдосконалення логічної і опосередкованої пам'яті, уповільнення механічної пам'яті ;
- пік розвитку уяви.

Особливості розвитку особистісної сфери – розширення самосвідомості:

- пошук "Я ідеального" і постійний аналіз "Я реального", формування образу "фізичного Я";
- поява почуття дорослості і його прояв у одязі, манері поведінки, в мові;
- розвиток здатності до самовиховання і саморозвитку;
- підвищена потреба в спілкуванні, самоствердженні, самостійності та незалежності від дорослого;
- емоційна нестійкість і афективна забарвленість дій;
- розвиток внутрішніх моральних цінностей, які ще нестійкі в поведінці;
- загострення рис характеру (акцентуації);
- спостерігається особистісна нестабільність у поглядах, в емоціях, у вчинках підлітка.

Особливості розвитку соціальної сфери:

- зухвала поведінка в громадських місцях;
- міжособистісні відносини будуються найчастіше за інтересами, не пов'язаними з навчальною діяльністю, вона відходить на другий план;
- поява різних захоплень, які затягують підлітка, де він себе реалізує;
- особистісна нестабільність накладає відбиток на дружніх відносини, які стають неміцними й короткотривалими;
- з'являється референтна (значуща) група;
- виникнення інтересу і встановлення перших взаємовідносин з підлітками іншої статі.

Оскільки підлітковий вік – це той поріг, за яким починається самостійне життя, то цей період часто називають "філософським". Характерна його риса – бурхливий розвиток самосвідомості. Іде процес поглибленого самоаналізу, оцінювання своїх здібностей і якостей, пошук відповіді на найважливіші та найскладніші питання життя.

"Дорослі" діти жадібно прагнуть осмислити не тільки світ зовнішній, а й передусім по-новому й незвично починає звучати для них магічне слово "самовдосконалення". І вони охоче, хоч і не завжди вміло, займаються самопізнанням та самовихованням. У цьому потрібна допомога дорослого. Надійного дорослого, який розуміє і якому хочеться вірити, якому цікаві вони як особистості. У системі роботи дитячих оздоровчих таборів такими важливими дорослими стають старші наставники, психолог, тренер та інші. Частіше за все ситуацію саморозкриття старшого підлітка можна помітити саме тут, адже ситуація перебування у тимчасовій групі позитивно сприяє цьому – дитина перший раз потрапила сюди, відчуває підтримку, увагу, заохочення, має можливість проявити себе, не турбуючись, що зробить помилку і батьки або друзі із класу чи референтної групи про це дізнаються. Саме тому старшим наставникам важливо пам'ятати про психологічну атмосферу у групі і контролювати власну поведінку щодо дітей.

Потрібні й ровесники, це своєрідні психологічні дзеркала – правильні і спотворюючі, щоб, дивлячись у них, бачити себе.

Людині, щоб почувати себе впевнено, потрібні інші люди. Не випадково надзвичайно важливе місце в самовдосконаленні посідає опанування навичками спілкування. Іспити інколи спричиняють стан постійного психофізичного напруження, що негативно впливає на здоров'я, щастя та успіхи учнів.

Свою точку зору старші підлітки можуть обстоювати інколи дуже гаряче і наполегливо. Спостерігається підвищення рівня самоаналізу, активізуються спроби самостійно розібратися у собі. Старші підлітки починають мислити логічно, намагаються узагальнювати отримані ними відомості. Інтереси не лише розширюються, поглиблюються, а й диференціюються. У сфері

спілкування підлітки починають надавати перевагу маленьким колам друзів. Вони особливо цінують думку своїх однолітків. Часто ображаються і протестують, коли обмежують їх самостійність, контролюють, не рахуються з їхніми інтересами, думками. З 12 до 15 років антагонізм у стосунках між статями змінюється симпатією, виникають перші спроби познайомитися, зблизитися. Перше емоційне поривання підлітка не повинно бути висміяне і тим більш ображене.

Тому, організовуючи роботу практичного психолога з командою старших підлітків, особливу увагу слід звернути на використання таких видів діяльності, які б цікавили і хлопчиків, і дівчат, створюючи такі умови, коли цією різноманітною діяльністю керують з перших днів створення загону і хлопчики, і дівчата.

§3 Напрямки та форми роботи практичного психолога з тимчасовою дитячою групою старших підлітків

Основні завдання роботи практичного психолога:

- вміння сприйняти і зрозуміти іншого;
- допомога у самореалізації, підтримка активності та коригування її спрямованості.

Для молодшого школяра психолог виступає найчастіше як ще один вчитель, взагалі дорослий, який може (має право) щось спитати, дати завдання тощо. Молодший школяр по суті ще не виступає безпосереднім клієнтом у системі психологічної служби, його потреби в психологічній допомозі опосередковуються вчителями, батьками, адміністрацією школи чи табору. Старший підліток, навпаки, прямо і безпосередньо звертається до психолога, як дорослий до дорослого, за допомогою, порадою. Цей перехід відбувається в середніх класах школи і представляє собою важливий момент у розвитку системи відносин між підлітками і психологом. Проміжною формою, характерною для підлітків, є групове звертання до психолога, коли, наприклад, приходять дві-три подружки порадитись у якійсь спільній справі чи кожна у

своїй, але хочуть "розмовляти" тільки всі разом. Треба сказати, що якщо проблема індивідуальної консультації достатньо добре відпрацьована в спеціальній літературі, то питання про такі "групові" консультації з підлітками не відпрацьоване зовсім. Справа в тому, що така форма звертання характерна для роботи психолога у школі чи таборі і не зустрічається, скажімо, у спеціалізованих підліткових кабінетах при клініках, диспансерах чи міських консультаціях.

З точки зору психологів, у системі психологічної служби оздоровчого табору продуктивною є тільки глибоко добровільна зі сторони дитини форма її спілкування та роботи з психологом. Це не означає, однак, що психолог не повинен проявляти активності в заохоченні підлітків до корисних видів такої роботи. Важливим аргументом агітації служить сама поява в дитячому оздоровчому таборі кабінету психологічної служби або хоча б практичного психолога, де будь-яка дитина чи дорослий може знайти для себе потрібну книгу із психології, головоломку, простий тест, а найголовніше – самого психолога, до якого можна звернутися з будь-яким проханням чи просто порозмовляти. Не менше значення, як показує досвід, має поступово (часто досить повільно) виникаюча "громадська думка" у середовищі самих підлітків, для формування якої інколи буває корисніше допомогти комусь одному, ніж провести масовий і шумний, але безцільний і некорисний з психологічної точки зору захід.

Що ж стосується роботи з підлітком незалежно від його особистого запиту (як це можливо із молодшими школярами), то форми такої роботи можуть бути використані тільки у виняткових випадках. Відмічаємо цей момент тому, що досить часто адміністрація табору, старші наставники та батьки звертаються до психолога з проханням терміново зайнятися якимось підлітком, у якого складні відносини із іншими і який, звичайно в цій ситуації, не має найменшого бажання спілкуватися ще з одним дорослим – психологом. Форсування подій у такому випадку не призводить ні до чого доброго. Психолог спочатку повинен підготувати ґрунт до спілкування з підлітком, що часто буває дуже важко.

Досвід практичної роботи показує також, що психологічна корекція, різного виду розвиваючі програми найбільш ефективно реалізуються в групових формах роботи з підлітками, що пояснюється не тільки широко доведеною сьогодні продуктивністю цих форм психологічної роботи взагалі, але і тою особливою роллю, яку має спілкування із ровесниками в цьому віці. Важливість групових форм роботи не виключає можливості і в багатьох випадках необхідності проведення індивідуальної роботи з окремим підлітком і, звичайно, не усуває принципу індивідуального підходу до кожного підлітка в процесі групової роботи.

Створення спеціалізованих дитячих оздоровчих таборів (спортивних, художніх, танцювальних, інтелектуальних, туристичних, особистісного розвитку тощо) як оздоровчо-розвивального закладу нового типу зумовлене закономірностями розвитку освіти в Україні на сучасному етапі. Одним із головних напрямів діяльності спеціалізованого дитячого оздоровчого табору є вдосконалення рівня розвивально-рекреаційного процесу щодо формування оптимально-сприятливих умов для самореалізації особистості, різнобічного розвитку особистості, демократизація соціального життя, перехід до інтенсивної технології управління, раціональне використання можливостей нових економічних, соціальних і організаційних факторів, створення умов для реалізації здібностей кожним членом колективу з врахуванням його нахилів, підготовки, індивідуальних особливостей.

Особисто орієнтований підхід до освіти створює умови, за яких позиція старшого наставника полягає у гуманізмі, як меті і цінності, в неутилітарності його ставлення не лише до дитини, а й до самого себе, в тому, щоб кожен вихованець поважав особисту гідність і гідність інших.

Особистісно орієнтоване анімаційно-виховне середовище будується у формі співпраці старших наставників з дітьми, коли вони потрапляють у рівноправні умови: особистість має змогу виявити самостійність думки, незалежність, здатність до вибору власної позиції. Забезпечується орієнтація на виявлення власних моделей розвитку потенцій дитини, притаманних саме для

його способів пізнавальної і творчої діяльності. Це досягається у процесі переорієнтації анімаційно-виховного процесу на активні методи відпочинку та виховання, залучення старших наставників та дітей до пошуково-дослідницької діяльності, діагностики і психологічної прогностики засобами передбачення результатів психолого-педагогічного впливу, проектування розвитку особистості дитини:

- 1) старший наставник створює для дітей різноманітні ситуації (вибору, співпереживання, гарантованого успіху, авансової довіри, творчості тощо). Ці ситуації мають відповідати певним віковим особливостям дитини, наприклад, потребі у неформальному дружньому спілкуванні. Вони з самого початку ставлять перед дитиною зрозумілі та посильні вимоги. Це зумовлює необхідність у багатоваріантності, гнучкості форм, організації різних видів діяльності: індивідуальної, парної, групової, колективної;
- 2) активно впроваджуються особистісно-орієнтоване спілкування (контакт з старшим наставником, утвердження людської гідності, підтримання в особистості бажання долучатися до світу людської культури, гармонізація "хочу" і "можу");
- 3) створюються умови для реалізації своєї людяності, індивідуальності і неповторності;
- 4) спрямовується орієнтація на виявлення власних моделей розвитку дитини, тобто найефективніших для нього способів пізнання діяльності. Це передбачає варіативність змісту, методів і форм взаємодії дитини із колективом і наставником;
- 5) культивуються діалогічні форми навчально-виховної взаємодії вчителя з учнями як домінуючого виду навчально-виховного спілкування, які спонукають до обміну думками, враженнями.

Особистісно-орієнтований підхід у спеціалізованому дитячому оздоровчому таборі здійснюється найбільш ефективно, якщо:

- в кожній дитині старший бачить особистість;

- старший наставник спирається на емоційну сферу дитини, розвиває її гуманістичні почуття;

Проектування анімаційно-виховної роботи, яка передбачає створення розвивальної взаємодії між дитиною і старшим – це суб'єкт-суб'єкта взаємодія як цілісна система, компонентами якої є:

- психологічна діагностика інтелектуального, фізичного, психологічного й духовного розвитку особистості дитини;
- постановка педагогічних завдань, коригування існуючих планів;
- організація (самоорганізація) діяльності вихованців;
- дослідження динаміки рівнів соціальної активності дітей;
- аналіз і прогнозування виховних ситуацій міжсуб'єктної взаємодії на індивідуальному та груповому рівнях.

В центрі уваги – не якась дитина, а кожна людина, як особистість у своїй унікальності. Змінюється сам підхід: не від педагогічних впливів на дитину, а від самої дитини, яка має право висловлювати своє ставлення до всього, вибірково ставитися до цих впливів та коригувати їх.

Визнання дитини головною діючою фігурою всього анімаційно-виховного процесу є початком особистісно-орієнтованого впливу. Але, щоб зробити дитину дійсним суб'єктом анімаційно-виховного процесу, необхідно змінити всю технологію цього процесу.

Побудова анімаційного процесу в дитячому оздоровчому таборі за інтегрованим типом відповідає завданням особистісно-орієнтованого навчання, оскільки дає змогу виявити основні типи ставлення дитини до навколишнього світу, який виступає для неї цілісним, багатостороннім та динамічним.

У системі роботи практичного психолога зі старшими підлітками з'являються такі форми, які вимагають більшої відповідальності з боку останніх, обстоювання ними власної точки зору, розкривають інтереси та вподобання підлітків. Віковий підхід у роботі з підлітками включає і проблему організації міжвікової взаємодії, різновікових колективів. Важлива можливість

міжвікової взаємодії дітей – це спільна робота дітей різного віку в органах самоврядування.

Отже, урахування вікових особливостей дітей в умовах дитячого оздоровчого закладу допомагає ефективно вирішувати різноманітні завдання діяльності практичного психолога.

Можна погодитися з думкою Г. Чернишової, яка стверджує, що дитячий оздоровчий табір стає для підлітка свого роду школою інтенсивного спілкування з однолітками та дорослими. Він тренує здатність молодого людини до самоорганізації в міжособистісних відносинах. Нереалізовані особистісні потреби і запити призводять до того, що підліток починає вести себе агресивно, ображається, протестує, при цьому не завжди розуміючи причину своєї поведінки [109, 343].

У свою чергу, І. Булах зазначає, що підлітковий вік є "часом досягнень, і часом певних втрат". Адже досягнення особистості в цей період пов'язані зі стрімким збільшенням суми знань, вмінь, пізнанням свого "Я", опануванням нової соціальної позиції та формуванням моральності.

У той час як втрати цього віку розглядаються з позиції зникнення дитячого світовідчуття, безтурботного та безвідповідального способу життя [3, 127]. Привертають увагу типові особливості сучасного підлітка, які виокремлює відомий психолог. Серед них:

- підвищена чуттєвість у взаєминах з оточуючими;
- нестійкість самооцінки;
- вибірковість в оцінці якостей іншої людини;
- прояв прямолінійних та критичних суджень;
- вимогливість до однолітків та дорослих у дотриманні слова, прояву довіри;
- велике значення думок референтної групи про власну особистість;
- виникнення такого специфічного новоутворення як рольове самовизначення (усвідомлення свого місця в суспільстві);
- прагнення бути значимим серед однолітків;

- потреба в інтимно-особистісному спілкуванні зі значущими однолітками;
- прагнення до самостійності та незалежності поведінки від порад дорослих;
- бажання зайняти нову соціальну позицію, бути та вважатися дорослим;
- здатність до саморозвитку тощо [3, 129].

Зазначимо, що різним аспектам діяльності дитячого закладу оздоровлення та відпочинку присвячена низка праць вітчизняних вчених: О.Биковської, Р.Вайноли, О.Ванджури, В.Гаврішко, А.Капської, О.Карпенко, Є.Коваленко, М.Наказного, Д.Пенішкевич, Ж.Петрочко, О.Подшибякіної, В.Солови, Г.Чернишової, Н.Яковець та ін.

Організаційно-виховна та анімаційна робота в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку базується на наступних принципах:

- пріоритетність цілей розвитку індивідуальності при створенні необхідних умов для реалізації особистих якостей у процесі творчої діяльності;
- врахування особистісних потреб та інтересів кожної дитини;
- створення різновікових груп для включення дітей у творчу діяльність;
- надання психологічної підтримки і допомоги в процесі самовизначення дитини, формування сприятливих міжособистісних і міжгрупових відносин;
- постійна турбота про поліпшення навколишнього життя [110, 180].

Багаторічна практика організації виховної роботи дозволяє стверджувати, що ефективним засобом вирішення завдань роботи практичного психолога в дитячому таборі оздоровлення і відпочинку є колективна творча справа (КТС). Так, Л. Шелестова та Н. Чиренко характерними ознаками КТС вважають: організацію відкритих довірливих взаємин, виховання звички турбуватися про інших, п'ять "само-" (самоорганізація, самодіяльність, самовиховання, самоуправління, самоаналіз), високий рівень відповідальності кожного учасника, нові взаємини з іншими людьми, творчість та колективізм. А за характером провідної діяльності вчені визначають такі види колективних творчих справ [41, 19]:

1. КТС трудового характеру – передбачають засвоєння трудової культури, розвиток морального ставлення до праці, збагачення знань дітей про довкілля, формування навичок та вмінь працювати самостійно тощо. Можливі заходи: трудова атака, трудовий десант, трудова фабрика, трудовий сюрприз.

2. КТС пізнавального характеру – мають на меті формування потреби у пізнанні оточуючого середовища, розвиток таких якостей особистості як прагнення до знань, цілеспрямованість, наполегливість, творча уява, спостережливість, допитливість, товариська турбота тощо. Можливі заходи: вечір-мандрівка, місто великих майстрів, прес-конференція, захист фантастичних проєктів, турнір-вікторина, клуб допитливих, усний журнал, естафета улюблених занять, турнір-знавців.

3. КТС художньо-естетичного характеру – сприяють розвитку художньо-естетичних смаків кожної дитини, зміцнюють потяг до духовної культури, залучають до творчої діяльності та виховують чуйність, благородство душі. Можливі заходи: концерт "блискавка", ляльковий театр, конкурс пісень, конкурс живих картин, турнір знавців поезії, естафета "ромашка".

4. Спортивно-оздоровчі КТС – передбачають формування турботливого ставлення до власного здоров'я, привчання до здорового способу життя, розвиток фізичної культури. Можливі заходи: весела спартакіада, малі олімпійські ігри, бій невловимих, пошукові ігри на місцевості, туристичні ігри.

5. Суспільно корисні (гуманістичні, соціально значущі) КТС – мають на меті формування ціннісного ставлення до свого народу, своєї держави, своєї сім'ї. Можливі заходи: День знань, День Конституції тощо.

6. Організаторські КТС – передують будь-якій іншій справі, тому що без організаторської діяльності не можна провести жодну іншу. Можливі заходи: день народження колективу, жива газета, газета-блискавка, загальний збір, чергування творчих доручень.

У процесі психолого-педагогічної роботи зі старшими підлітками в дитячому закладі оздоровлення та відпочинку ми використовували індивідуальні та групові форми роботи. Слід зазначити, що серед групових

форм роботи дискусійні є найбільш привабливими та цікавими для старшого підліткового віку. Так, однією з таких форм роботи є "ток-шоу", яке дозволяє включити в процес дискусії значну кількість людей. Метою ток-шоу є формування в підлітків навичок публічного виступу та дискусії; розвиток умінь висловлювати і відстоювати свою точку зору; формування адекватної самооцінки, здатності поважати право інших людей на свою точку зору.

Вважаємо за доцільне в процесі дискусії використовувати наступні засоби та методи створення проблеми дискусії: рольова постановка проблемної ситуації; аналіз реальної життєвої ситуації; історія людини "в масці"; фрагменти з відеофільмів; листи телеглядачів; проблемні ситуації з листів або розповіді з газет та журналів.

Під час ведення дискусії необхідно дотримуватися основних правил. Серед них:

- порядок виступу учасників визначає ведучий;
- проявляти повагу до себе та оточуючих;
- обговорювати точку зору та позицію, а не особистість людини;
- для того, щоб висловити свою думку, необхідно підняти руку;
- не перебивати того, хто в даний момент висловлює свою точку зору.

Для підготовки старших підлітків до самопізнання та самореалізації в умовах дитячого закладу оздоровлення та відпочинку рекомендуємо також включати їх в проектну форму роботи. Так, проектну діяльність можна визначити як сукупність дій старших підлітків, які направлені на вирішення конкретної проблеми – досягнення мети проекту.

У свою чергу, для розробки та реалізації проектів необхідно поділити старших підлітків на декілька команд, які в подальшому зможуть взаємодіяти для досягнення позитивного результату. Крім того, кожную команду потрібно ознайомити з інструкцією по створенню соціальних проектів. Так, на нашу думку, дана інструкція може мати наступний вигляд:

1. Для створення власного проекту вам відводиться певний проміжок часу, протягом якого ви повинні вирішити конкретну проблему, яку висвітлює ваш

проект. Важливо визначити наступні складові проекту: тему проекту; мету та основні задачі проекту; цільову аудиторію (для кого створено проект); необхідні ресурси (матеріал, обладнання, приміщення тощо); план роботи; строки реалізації; очікувані результати.

2. Необхідно дотримуватися основних етапів проекту:

- підготовчий – визначити тему, мету та основні задачі проекту; скласти план роботи;

- основний – зібрати всю необхідну інформацію; розподілити обов'язки між членами групи; оформити проект.

- заключний – підготовка до презентації проекту.

3. Результатами вашої проектної діяльності може бути виставка-ярмарок, організований тематичний захід, акція, буклет, книга, стінгазета, реклама, інтерв'ю тощо.

Для формування життєвої позиції та ціннісних орієнтацій в умовах дитячого закладу оздоровлення та відпочинку можна залучати підлітків до створення тематичної соціальної реклами у вигляді плакатів, буклетів, брошур.

Вважаємо, що для включення підлітків у процес створення соціальної реклами необхідно, перш за все, надати для цього потрібну інформацію:

1. Пояснити визначення поняття "соціальна реклама" та можливі її форми розповсюдження. Так, відповідно до закону України "Про рекламу", соціальна реклама – інформація будь-якого виду, розповсюджена в будь-якій формі, яка спрямована на досягнення суспільно корисних цілей, популяризацію загальнолюдських цінностей і розповсюдження якої не має на меті отримання прибутку. Соціальна реклама може бути створена та розповсюджена у формі плаката, буклету, відеоролика, демотиватора тощо.

2. Визначити структуру соціальної реклами. Для створення соціальної реклами необхідно визначити наступні складові:

- тему

- цільову аудиторію (на кого розрахована дана соціальна реклама?);

- місця розповсюдження (крім літнього оздоровчого закладу);

- прийоми рекламного впливу (створення контрастів різними кольорами, порівняння, використання лозунгу тощо);
- очікувані результати.

3. Ознайомити підлітків з прикладами соціальної реклами та проаналізувати надані зразки реклами.

У процесі створення соціальної реклами доцільним є розподіл підлітків на робочі групи (по 4-5 осіб) для досягнення більш продуктивних результатів діяльності.

Для успішної самореалізації в умовах дитячого закладу оздоровлення та відпочинку підліткам було запропоновано також узяти участь у тренінгових заняттях. Ця форма роботи передбачає взаємодію всіх учасників групи з метою набуття позитивного досвіду, формування певних навичок та вирішення проблемних ситуацій.

Доцільно з самого початку обрати та затвердити основні правила роботи тренінгової групи. При цьому, слід обов'язково враховувати думки та пропозиції кожного підлітка. Так, для більш продуктивного результату діяльності ми використовували наступні правила роботи:

- бути активним в процесі дискусії – не соромитися висловлювати свої власні думки або пропозиції в процесі обговорення певної теми;
- проявляти ввічливість – поважати думки інших, бути терплячими та не перебивати один одного;
- конфіденційність – усе, що буде обговорено на цьому занятті (особистісна інформація, переживання) не повинно вийти за межі цієї групи;
- правило "Тут і тепер" – обговорюємо тільки ті питання та проблеми, які відносяться до теперішнього часу;
- правило "СТОП" – кожен має право використати це правило: пропустити певну тренінгову вправу без пояснення причин;
- правило піднятої руки – для висловлення своєї думки або доповнення відповіді необхідно надати ведучому сигнал – підняти руку вгору;
- слухати та чути – вміти вислухати та зрозуміти співбесідника.

У процесі тренінгової роботи використовувалися такі методи, як: рольові ігри, групові дискусії, арт-терапевтичні вправи, мозковий штурм тощо.

Слід відзначити, що надзвичайно цікавим для підлітків є участь у рольових постановках. Так, рольова гра є ефективною методикою, яка здатна вирішувати наступні завдання:

- набуття певного досвіду у використанні необхідних навичок;
- аналіз альтернативних способів дій, шляхів вирішення проблем, які запропоновані для виконання завдань гри;
- практичне відпрацювання певних видів поведінки у процесі рольової гри для впевненого застосування їх у реальних ситуаціях;
- набуття впевненості в собі у процесі виконання практичних дій або репетиції певної події;
- закріплення засвоєного матеріалу шляхом використання зворотного зв'язку [83, 115].

Ми використовували рольові постановки в контексті формування вмінь конструктивно вирішувати проблемні ситуації. По-перше, у процесі роботи зі старшими підлітками було проаналізовано можливі виходи із конфліктних ситуацій (ухилитися від конфліктної ситуації, йти на поступки, шукати компроміс, пригнічувати співбесідника). По-друге, було обрано вісім конфліктних ситуацій, які стали основою рольової постановки. Так, старші підлітки, об'єднавшись у пари, мали продемонструвати можливі варіанти вирішення цих ситуацій. Крім цього, підлітки також програвали конфліктні постановки, використовуючи різні стилі поведінки (агресивну, впевнену, розгублену). Після кожної постановки учасники ділилися враженнями та відбувалося обговорення побаченого.

§4 Тренінгова програма для старших підлітків

Діти 14-17 років

Вступне заняття 1.

Правила групової роботи.

На початку роботи в загальних рисах розкривається, чим буде займатися група, її мета, в чому полягає особливість простору групи. Це визначає її рамки

і відокремлює від зовнішнього життя, що створює можливості для посилення корекційних впливів.

Далі декларувалися і обговорювалися правила роботи групи. Найважливішими з них були наступні:

1. Щирість і відвертість. Висловлювати почуття. Чи не брехати – краще відмовитися від відповіді, ніж спонукати групу до помилок і перекручування дійсності.

2. Відповідальність під час обговорення. Починати висловлювання зі слова "Я". Дотримуватись правил. Не відволікайся.

3. Конфіденційність. Чи не обговорювати те, що відбувалося в групі, а також її учасників за межами групи.

4. Повага до іншого. Чи не перебивати, не ображати, не завдавати фізичної шкоди. Чи не говорити про присутніх у третій особі, а звертатися прямо до них.

5. "Тут і-зараз". У групі обговорюються тільки події, що відбулися в цей час і саме зараз. Це дуже важливо.

6. Брати активну участь у роботі групи. Висловлювати свою думку. Повідомляти про труднощі участі в групі.

Мета: створити позитивну атмосферу на всю зміну.

Завдання:

- Представитися і познайомитися
- Створити позитивне перше враження про себе
- Зняти тривогу і страхи від розставання з будинком у дітей
- Познайомити дітей між собою.

Знайомство

На початку заняття тренер коротко розповідає про себе, про плани на заняття і на зміну.

"Інтерв'ю"

Всі учасники розподіляються попарно за принципом "вибрати того, кого найменше знаєш". Далі тренер дає завдання за 5 хвилин дізнатися якомога більше про співрозмовника, поставивши йому різні питання. Через 5 хвилин

пари міняються. Таким чином обидва учасники можуть розповісти іншому про себе. Обов'язково звернути увагу учасників на те, що всю інформацію потрібно максимально запам'ятати. Тренер засікає час і дає можливість поспілкуватися парам. По закінченні часу спілкування всі учасники стають у коло обличчям попарно (за спиною у першого оповідача стає його слухач). У першому колі "зовнішнє коло", поклавши руки на плечі сусіда, розповідає про учасників внутрішнього кола. На другому колі змінюються пари. Таким чином, усі повинні розповісти один про одного (без підказок напарника).

Вправа "Життя в таборі"

Необхідні матеріали: ватман (2 шт.), фломастери або маркери.

Час: 25-30 хвилин.

Опис: учасники діляться на дві команди. Кожній команді видається аркуш ватману, фломастери або маркери. Завдання однієї команди – написати як можна більше вчинків, які дозволяють людям поважати один одного. Відповідно завдання іншого – написати як можна більше вчинків, через які ця повага втрачається. Тематика вчинків обмежується поведінкою і життям у таборі.

Обговорення: кожна команда представляє свою тему. Далі йде загальне обговорення, в кінці ведучий підсумовує все сказане. Дуже важливо звернути увагу на те, що у кожного є вибір між тими й іншими вчинками, але кожен раз, вибираючи ту чи іншу поведінку, ми набуваємо або втрачаємо повагу інших людей до себе.

"Галерея Его"

Всім учасникам роздають листи А4 і ручки-маркери-олівці. Тренер ставить завдання: намалювати себе, своє Его у вигляді символічної картини або емблеми, тваринного або будь-якого предмета, намалювати те, що не бачать інші в повсякденному житті. Малюнку придумати назву. На створення малюнків дається 10 хвилин. Після закінчення часу тренер просить всіх сісти в коло, помінятися малюнками (в парах), хвилину дати розглянути кожному малюнок напарника, не спілкуючись між собою. Потім всі сідають назад в коло

попарно. Організовуємо презентацію галереї картин. Один розповідає, що художник хотів висловити на картині з точки зору художніх критиків, після напарник уточнює, наскільки правильно зрозуміли його картину. Потім навпаки. Всі повинні взяти участь в обох ролях. Після тренер повинен поставити питання: що було важливо? Наскільки легко / важко було? Навіщо ця вправа? Як сприймають нас інші? Що ми хочемо, щоб люди бачили і що вони бачать в нас? Як правильно презентувати себе іншим і давати можливість зрозуміти себе?

"Міняємося місцями"

Учасники сідають по колу, тренер стоїть в центрі кола.

Інструкція: "Зараз у нас у нас буде можливість продовжити знайомство. Зробимо це так: стоїть в центрі кола (для початку ним буду я) пропонує помінятися місцями (пересісти) всім тим, хто володіє якоюсь загальною ознакою. Цю ознаку він називає. Наприклад, я скажу: "Пересядьте все ті, у кого є сестри", – і всі, у кого є сестри, повинні помінятися місцями. При цьому той, хто стоїть в центрі кола, повинен постаратися встигнути зайняти одне з місць, а той, хто залишиться в центрі кола без місця, продовжить гру. Використовуємо цю ситуацію для того, щоб більше дізнатися один про одного.

Питання для обговорення: "Як ви себе почуваєте?" Або "Як ваш настрій зараз?"

"Стіна команди"

На стіну вішається ватман, розмальований як будинок (табір). Учасникам роздаються аркуші А4, ручки-маркери-олівці. Тренер пропонує намалювати кожному учаснику себе (особа, тіло, фігуру) – на весь лист. Потім вирізати, написати на фігурі своє ім'я та очікування від зміни, табори і т.д. Далі кожен по черзі встає, представляє свою фігуру, зачитує написане і прикріплює там, де він хоче, пояснюючи, чому обрано саме це місце. "Стіна" залишається на всю зміну, щоб в кінці всі учасники команди могли змінити місця і оцінити наскільки збулися їхні сподівання.

Лідерство і група. Заняття 2

Мета: виявити лідерів і збалансувати взаємини в команді.

Завдання:

- Виявити неформальних лідерів і аутсайдерів;
- Сформувати розуміння колективного розвитку групи;
- Врівноважити взаємини в групі;
- Знайти спільні риси в групі і сформувати мету на всю зміну.

Розминка "Прорвисся в коло"

Опис: члени групи беруться за руки і утворюють замкнене коло. Ведучий пропонує спочатку одному члену групи прорвати коло і проникнути в нього. Те ж саме може виконати кожен учасник.

Обговорення:

1. Які складнощі виникали при виконанні цієї вправи?
2. Кому було найважче прорватися в коло? Чому?
3. Що змінилося після цієї вправи?

Вправа "Вагончики"

Опис: Учасники стають один за одним, кладуть руки на плечі один одному, закривають очі і намагаються рухатися по траєкторії ведучого, який водить вагончики зигзагами. Тренер попередньо повинен зробити "перешкоди на дорозі" зі стільців. Завдання машиніста – максимально "обвести" вагончики навколо стільців, не торкаючись їх без використання голосових команд. Склад потрібно зберегти! Кожен з учасників може побути "машиністом". Обговорення: обмін враженнями про "поїздку на поїзді", як було машиністу, як себе почували слідували за ним. Гра на командну взаємодію і довіру в групі. Тренеру важливо донести дітям, що бути командою складно і важливо, що вести за собою і лідирувати – це дуже відповідально.

Вправа "Малюнок на спині"

Необхідні матеріали: не потрібні.

Час: 20-25 хвилин.

Опис: Учасники діляться довільно на три команди і шикуються в три колонки паралельно. Кожен учасник дивиться при цьому в спину свого товариша. Вправа виконується без слів. Ведучий малює якусь просту картинку і ховає її. Потім ця ж картинка малюється пальцем на спині кожного останнього члена команд. Завдання – відчутти і передати якомога точніше цей малюнок далі. На завершення ті, хто стоять першими в командах, малюють, те, що вони відчували, на аркушах паперу і показують усім. Ведучий дістає свою картинку і порівнює.

Учасникам пропонується обговорити в командах помилки і знахідки, які були в процесі вправи. Зробити висновки, потім, з урахуванням цих висновків повторити вправу. При цьому перші і останні члени команд міняються місцями.

Обговорення: в загальному колі.

1. Що допомагало розуміти і передавати відчуття?
2. Що відчували перші і останні члени команд в першому і в другому випадку?
3. Що заважало виконувати вправу?

Командна робота:

"Загадка Ейнштейна"

5 різних людей в 5 різних будинках різного кольору, курять 5 різних марок сигарет, вирощують 5 різних видів тварин, п'ють 5 різних видів напоїв.
Питання: хто вирощує рибок?

Підказки:

- Норвежець живе в першому будинку.
- Англієць живе в червоному будинку.
- Зелений будинок знаходиться лівіше білого.
- Данець п'є чай.
- Той, хто курить Rothmans, живе поруч з тим, хто вирощує кішок.
- Той, хто живе в жовтому будинку, курить Dunhill.

- Німець курить Marlboro.
- Той, хто живе в центрі, п'є молоко.
- Сусід того, хто курить Rothmans, п'є воду.
- Той, хто курить Pall Mall, вирощує птахів.
- Швед вирощує собак.
- Норвежець живе поруч з синім будинком.
- Той, хто вирощує коней, живе в синьому будинку.
- Той, хто курить Philip Morris, п'є пиво.
- У зеленому будинку п'ють каву.

Розв'язування завдання

Отже, у нас є 25 позицій, які необхідно заповнити такими даними:

- Національність: Норвежець, Англієць, Датчанин, Німець, Швед.
- Колір будинку: Червоний, Зелений, Білий, Жовтий, Синій.
- Марка сигарет: Ротманс, Данхілл, Мальборо, Пелл Мелл, Філіп Морріс.
- Тварина: Кішки, Птахи, Собаки, Коні, Рибки.
- Напій: Чай, Молоко, Вода, Пиво, Кава.

По суті, нам треба заповнити ось таку табличку:

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність					
Колір будинку					
Сигарети					
Тварина					
Напій					

З підказок відразу ж заповнюємо ряд елементів таблиці:

- Норвежець живе в першому будинку.
- Норвежець живе поруч з синім будинком.
- Той, хто вирощує коней, живе в синьому будинку.
- Той, хто живе в центрі, п'є молоко.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець				
Колір будинку		синій			
Сигарети					
Тварина		кінь			
Напій			молоко		

Раз англієць живе в червоному будинку, значить, норвежець в червоному жити не може. Так само норвежець не може жити в синьому. Не може він жити і в білому, так як зелений будинок знаходиться лівіше білого, а будинок норвежця – крайній лівий. У зеленому він теж жити не може, так як праворуч від зеленого білий будинок, а праворуч від норвежця – синій. Значить, він живе в жовтому. Звідси ж робимо і висновок, що норвежець курить Данхілл.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець				
Колір будинку	жовтий	синій			
Сигарети	данхілл				
Тварина		кінь			
Напій			молоко		

Далі, раз зелений будинок знаходиться лівіше білого, значить, у нього номер або 3, або 4. Однак у третьому, середньому, будинку п'ють молоко, а в зеленому будинку п'ють каву – значить номер зеленого будинку = 4. Отже, білий будинок у нас йде під номером 5, а червоний – під номером 3. Тут же живе англієць. Каву п'ють в 4 будинку.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець		англієць		
Колір будинку	жовтий	синій	червоний	зелений	білий
Сигарети	данхілл				
Тварина		кінь			
Напій			молоко	кава	

Далі, раз німець курить Мальборо, то він не курить Філіп Морріс, і тому не п'є пиво. Чи не п'є він і молоко, яке п'є англієць. Чи не п'є і чай – це робить датчанин. Значить, німець п'є або воду, або каву. Норвежець не може пити пиво (він курить інші сигарети), молоко (НЕ англієць), кава (живе не в зеленому будинку), чай (НЕ датчанин). Значить норвежець п'є воду, а потім німець п'є каву, і живе в зеленому будинку. Плюс не забуваємо, що німець курить Мальборо. І раз воду у нас п'є норвежець, то його сусід (другий будинок) курить Ротманс.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець		англієць	німець	
Колір будинку	жовтий	синій	червоний	зелений	білий
Сигарети	данхілл	ротманс		мальборо	
Тварина		коні			
Напій	вода		молоко	кава	

Раз швед у нас вирощує собак, то він не може жити в другому будинку (там вирощують коней), отже, він живе в п'ятому будинку (білому). Значить у другому будинку живе датчанин, який п'є чай.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець	датчанин	англієць	німець	швнд
Колір будинку	жовтий	синій	червоний	зелений	білий
Сигарети	данхілл	ротманс		мальборо	
Тварина		коні			собаки
Напій	вода	чай	молоко	кава	

Раз курець Пелл Мелл вирощує птахів, то це не швед, а значить – англієць. Отже, швед курить Філіп Морріс і п'є пиво.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець	датчанин	англієць	німець	швед

Номер буд.	1	2	3	4	5
Колір будинку	жовтий	синій	червоний	зелений	білий
Сигарети	Данхілл	Ротманс	Пелл Мелл	Мальборо	Філіп Морріс
Тварина		коні	птахи		собаки
Напій	вода	чай	молоко	кава	пиво

І тепер у нас залишилася остання карта:

- Той, хто курить Rothmans, живе поруч з тим, хто вирощує кішок.

Ротманс курить датчанин, що живе в другому будинку. Праворуч від нього живе англієць, який вирощує птахів, значить, другий сусід датчанина (зліва), норвежець, цих кішок і вирощує. А потім рибок вирощує німець. Відповідь знайдена.

Номер буд.	1	2	3	4	5
Національність	норвежець	датчанин	англієць	німець	швед
Колір будинку	жовтий	синій	червоний	зелений	білий
Сигарети	Данхілл	Ротманс	Пелл Мелл	Мальборо	Філіп Морріс
Тварина	кішки	коні	птахи	рибки	собаки
Напій	вода	чай	молоко	кава	пиво

ВІДПОВІДЬ: німець

Заняття 4

Комунікація в групі

Головні цілі програми: формування позитивної Я-концепції підлітків, розвиток здібностей здійснювати значні зміни в своєму житті, корекція самооцінки, комунікативних навичок і позиції в міжособистісному спілкуванні.

Програма спрямована на вирішення наступних завдань:

1. Оволодіння конкретними психологічними знаннями.
2. Розвиток здатності адекватно і повно пізнавати себе та інших людей.

3. Забезпечення засобами самопізнання.
4. Підвищення усвідомлення щодо власної значущості, цінності, зміцнення почуття власної гідності.
5. Формування мотивації до самовиховання і саморозвитку, стимулювання позитивних змін в поведінці.

Анкета "Чи вмієте ви контролювати себе" (А.Толстих)

Підкресліть "так", якщо ви згодні з твердженням, чи ні ", якщо не згодні.

1. Мені важко наслідувати інших. Так, ні
2. Я б, мабуть, міг при нагоді зваляти дурня, щоб привернути увагу або потішити оточуючих. Та ні.
3. З мене міг би вийти непоганий актор. Та ні.
4. Іншим людям іноді здається, що я переживаю щось більш глибоко, ніж це є насправді. Та ні.
5. У компанії я рідко в центрі уваги. Та ні.
6. У різних ситуаціях і в спілкуванні з різними людьми я часто поведжуся абсолютно по-різному. Та ні.
7. Я можу відстоювати тільки те, в чому я щиро переконаний. Та ні.
8. Щоб досягти успіху в справах і в стосунках з людьми, я намагаюся бути таким, яким мене очікують побачити. Та ні.
9. Я можу бути дружелюбним з людьми, яких я не виношу. Та ні.
10. Я завжди такий, яким здаюся. Та ні.

Нарахуйте собі по одному балу за відповідь "ні" на 1-е, 5-е і 7-е питання і за відповідь "так" на всі інші. Підрахуйте суму балів.

Якщо ви відповідали щиро, то про вас, напевно, можна сказати наступне:

0-3 бали – у вас низький комунікативний контроль. Ваша поведінка стійка, і ви не вважаєте за потрібне її змінювати в залежності від ситуації. Ви здатні до щирого саморозкриття в спілкуванні. Деякі вважають вас "незручним" в спілкуванні внаслідок вашої прямолінійності.

4-6 балів – у вас середній комунікативний контроль. Ви щирі, але стримані в своїх емоційних проявах. Вам слід більше рахуватися в своїй поведінці з оточуючими людьми.

7-10 балів – у вас високий комунікативний контроль. Ви легко входите в будь-яку роль, гнучко реагуєте на зміни ситуації і навіть в змозі передбачити враження, яке ви справите на оточуючих.

"Позитивне ставлення до себе і до життя"

Мета: Сприяти розвитку позитивної Я-концепції, розвивати позитивне мислення учасників тренінгу.

Після обговорення вражень від минулих занять тренер пропонує вправу

"Індійські імена"

Інструкція. Ви знаєте, що в індіанських племенах було прийнято давати імена, пов'язані з природними явищами. Такі імена часто відображали суттєву рису (життєву позицію) людини. Наприклад, давалися імена "Швидка річка", "Ясний вогонь", тощо. Подивіться один на одного. Як вам здається, які імена можна придумати для учасників групи.

Всім придумують нові імена. Той, кому пропонується ім'я, говорить, згоден він з ним чи ні, якщо ні, йому придумують інше ім'я.

Тренер стежить за тим, щоб всі імена носили позитивний характер.

Наступна вправа корисна для того, щоб почати оцінювати себе позитивно.

Інструкція. Візьміть аркуш паперу і олівець, розділіть лист на три колонки і назвіть їх "Мої гідності", "Де я можу себе добре виявити?" і "Чого я досяг". Потім закрийте очі і зосередьтеся на кожній назві приблизно 1-2 хвилини. Що приходить вам в голову? Не аналізуйте і не досліджуйте, просто зверніть на це увагу. Потім відкрийте очі і запишіть ваші позитивні якості, таланти, досягнення якомога швидше.

Зробіть це для кожної назви. Потім перегляньте свій список. Читаючи кожен пункт, відтворіть уявну картину того, що ви маєте, – це якість, таланти або досягнення. Створіть повну картину самого себе з урахуванням цих якостей, талантів, досягнень і відзначте, наскільки приємно це усвідомлювати.

Закінчіть тим, що вам вручають велику синю стрічку, і подумки поплескайте себе по плечу. Ви дійсно чудові. Ви багато чого досягли, прагнучи своєї мети і заслуговуєте похвали за це.

Вправа "Ярлики"

Оснащення: набори розрізаних картинок за кількістю груп, набори "корон". На кожній "короні" написаний один з представлених

виразів:

- "Посміхайся мені".
- "Будь похмурим".
- "Корчи мені гримаси".
- "Ігноруй мене".
- "Говори зі мною так, ніби мені 5 років".
- "Підбадьор мене".
- "Говори мені, що я нічого не вмію".
- "Жалій мене".

Тренер об'єднує учасників в групи по 5-7 чоловік. Кожному він одягає на голову "корону" таким чином, щоб той не бачив, що на ній написано ("корони" виготовляють з двох смужок білого паперу, склеєних по боках). Завдання: поспілкуватися між собою так, як написано на "ярликах".

Через 10 хв. всі учасники по черзі (не знімаючи "корон") відповідають на питання тренера: "Сподобалося вам, коли з вами спілкувалися таким чином?"

Після того, як всі висловляться, тренер пропонує учасникам зняти "корони" і вийти зі своїх ролей.

Питання для обговорення

- Чим в реальному житті можуть бути "корони"?
- Як впливає наявність подібних ярликів на спілкування?
- Як часто ми стикаємося з ситуаціями навішування ярликів?
- Як ви почувалися в реальному житті, коли хтось навішував на вас ярлик?
- Як можна змінити чиєсь уявлення про вас?
- Звідки ми беремо наші уявлення про інших?
- Легко позбавитися від ярлика, коли його вже навісили? Як це зробити?

Вправа "Я – повідомлення"

Тренер надає підліткам інформацію про спілкування з використанням "Я-повідомлень".

Інформаційне повідомлення

Важливо вміти проявляти толерантність під час спілкування. Це передбачає не тільки прийняття іншого, а й уміння підтримати його і допомогти. У конфліктній ситуації, коли людина переживає сильні негативні емоції, з'являються проблеми з їх вираженням. Одним з ефективних способів вирішення цієї проблеми є усвідомлення своїх почуттів і здатність сказати про них партнерові. Саме цей спосіб самовираження і називається "Я-повідомленням".

"Я-повідомлення" – це усвідомлення і проголошення власного стану, викликаного ситуацією. Використання під час спілкування "Я-повідомлень" допомагає висловити свої почуття, не принижуючи іншу людину (порівняйте: "Я дуже хвилююся, коли тебе немає вдома в 11 вечора" і "Ти знову прийшов додому в 11 вечора?!").

"Я-висловлювання" – це проголошення почуттів, які ви відчуваєте в неприємній для вас ситуації, визнання та формулювання власної проблеми з цього приводу ("Вибач, але я відчуваю роздратування, коли ти говориш це ...", "Коли чую твої слова, я навіть не знаю, що і сказати, настільки я в розгубленості"). Формулюючи таким чином питання, ви усвідомлюєте свою проблему: це – моя проблема, я роздратована, це – мої відчуття, і ніхто, крім мене, не може зрозуміти, чому саме ці відчуття виникли у мене в цій ситуації. Важливо розуміти, що "Я-висловлювання" конструктивно змінює не тільки ваше особисте ставлення до конфліктної ситуації, а й ставлення вашого партнера до неї. Людина завжди відчуває, коли її звинувачують, хочуть перекласти на неї відповідальність. Ваше щире вираження своїх почуттів з позиції усвідомлення власної відповідальності за те, що з вами відбувається, не може нікого образити чи викликати агресію, а навпаки, спонукає вашого партнера замислитися над правильністю і його власного вчинку.

"Я-повідомлення" включає в себе не тільки "промовляння" свого емоційного стану, а й визначення умов і причин, що викликали цю ситуацію.

Орієнтовна схема "Я-висловлювання":

- 1) опис ситуації, яка викликала напруженість ("Коли я бачу, що ти ...", "Коли це відбувається ...", "Коли я стикаюся з такою ситуацією ...");
- 2) точне визначення власного почуття в певній ситуації ("Я відчуваю ...", "Я не знаю, що і сказати ...", "У мене виникла проблема ...");
- 3) побажання щодо зміни ситуації ("Я просив би тебе ...", "Я буду вдячний тобі, якщо ...").

Після обговорення інформаційного повідомлення тренер об'єднує учасників у 3 підгрупи і пропонує (використовуючи "Я-повідомлення") обговорити або розіграти наступні ситуації.

- Твій друг / подруга) попросив (попросила) у тебе одяг і порвав (порвала) його.

- Ви з сердечним другом (подругою) домовилися про похід в кіно. Ти чекав (чекала), але так і не дочекався (не дочекалася).

- Батьки лають за пізній прихід додому.

На виконання завдання відводиться 5-7 хв. Далі кожна група представляє свої варіанти вирішення ситуації, що склалася, аргументуючи їх. При цьому бажано акцентувати увагу на використаних "Я-повідомлень".

На наступному етапі тренер роздає кожному учаснику бланк і пропонує заповнити його, формулюючи свої звернення до приятеля в формі "Я-повідомлень".

Питання для обговорення

Висловлювання ми переважно використовуємо в повсякденному житті?

Чи важко вам було оперувати "Я-повідомленнями"?

Чому це важко робити?

Що ви відчували, коли до вас зверталися з "Я-повідомленнями"?

Для проведення вправи необхідно зробити ксерокопії бланків варіантів "Я-повідомлень".

Питанню толерантної поведінки і відпрацювання вміння висловлюватися за допомогою "Я-повідомлень" необхідно приділити достатньо уваги, так як формування навичок толерантності і безоціночних висловлювань є основою впровадження безконфліктного спілкування серед підлітків.

Аналіз ситуацій

Група ділиться на 3 підгрупи. Кожній дається картка з набором ситуацій та завдання підготувати і розіграти в особах описані ситуації.

Картка № 1

1. Мати відпустила свою дочку погуляти і веліла прийти додому о 22.30 вчасно і без запізнень. Дочка прийшла додому о 00.00. Мати почала лаятися, говорити дочці, що вона не слухається і змушує її переживати.

2. Хлопець призначив зустріч дівчині на 20.00. Вона прийшла, його немає, пройшло 20 хвилин. Дівчина побачила свого хлопця і відразу почала кричати на нього.

3. Мама, перш ніж піти, попросила дочку прибрати вдома. Замість цього дочка пішла гуляти і не виконала це завдання. Коли вона прийшла додому, мама почала її лаяти, а донька почала стверджувати, що до неї зателефонувала найкраща подруга Олена, яка завтра їде в Москву на місяць, запросила погуляти з нею і попрощатися.

Картка № 2

1. Батько постійно дивиться спортивний канал. В результаті мати з дочкою не можуть дивитися по телевізору те, що хочуть. Одного разу вони хотіли подивитися цікаву передачу, але тато не погодився поступитися своїм інтересам.

2. Дружина чекала чоловіка після роботи до 20.00, але чоловік прийшов на 2 години пізніше, тобто о 22.00. Чоловік сказав, що він затримався на роботі, дружина не повірила, і між ними виник конфлікт.

3. На ринку жінка купила кавун. Продавщиця обдурила її на 2 кг. Жінка почала лаятися, продавщиця ж почала виправдовуватися і стверджувати, що це ваги. Виник конфлікт між покупцем і продавцем.

Картка № 3

1. Почався урок в 9 класі. Уже 10 хвилин йде пояснення нового матеріалу. Без дозволу в клас входить Коля і сідає на своє місце. Шумно дістає підручник і зошит. Клас починає говорити. Учитель починає робити зауваження Колі. Він різко відповідає, грубить. Виникає конфлікт.

2. Петя і Вася вирішили одночасно пограти з однією іграшкою. Ніхто з них не хоче поступатися. Ваші дії.

3. Оля і Маша – дві кращі подруги, посварилися через те, що їм подобається один і той же хлопець.

Після група збирається і обговорює такі питання:

- Як себе почували учасники ситуацій?
- Як можна було вирішити конфлікти?
- Як можна попередити виникнення таких ситуацій?
- Як себе поводити в таких ситуаціях?

Підбиття підсумків

Проводиться у формі керованого діалогу.

Питання для обговорення

- У чому переваги безоціночного спілкування?
- Чому треба намагатися висловлювати свої почуття "Я-повідомленнями?"
- Які завдання були для вас найважчими? Чому?
- Що в занятті вам найбільше сподобалося?

Вправа "Скульптура сьогоднішнього дня"

Тренер пропонує учасникам об'єднатися в невеликі групи і створити скульптуру сьогоднішнього дня.

Підведення підсумків роботи у тренінгу проводилося у формі бесіди та анкетування учасників.

Заняття 5

Як спілкуватися продуктивно

Тест "Уміння слухати"

Після обговорення прийомів слухання учням пропонується відповісти на питання тесту.

Інструкція: На кожне з наведених нижче питань слід дати один з п'яти варіантів відповіді: "майже завжди", "в більшості випадків", "іноді", "рідко", "майже ніколи".

Мабуть, не буде зайвим нагадати, що найбільш точну відповідь ви отримаєте при максимальній щирості.

Питання.

1. Чи намагаєтеся Ви "завершити" бесіду в тих випадках, коли тема (або співрозмовник) нецікаві вам?
2. Дратують Вас манери Вашого партнера по спілкуванню?
3. Чи може невдалий його вираз спровокувати Вас на різкість або грубість?
4. Уникаєте Ви вступати в розмову з невідомою або маловідомою людиною?
5. Чи є у Вас звичку перебивати співрозмовника?
6. Що робите ви: уважно слухаєте, а самі думаєте зовсім про інше?
7. Чи міняєте тон, голос, вираз обличчя в залежності від того, хто Ваш співрозмовник?
8. Чи міняєте тему розмови, якщо співрозмовник торкнувся неприємної для вас теми?
9. Виправляєте людину, якщо в його мові зустрічаються неправильно вимовлені слова, назви?
10. Чи буває у Вас поблажливо-менторський тон з відтінком зневаги та іронії по відношенню до того, з ким ви говорите?

Обробка результатів:

"У більшості випадків" – 2 бали

"У більшості випадків" – 4 бали

"Іноді" – 6 балів, "рідко" – 8 балів

"Майже ніколи" – 10 балів.

Яка сума набраних вами балів?

Трактування результатів:

Якщо ви набрали більше 62 балів, то дана тема для вас неактуальна, якщо ви набрали від 55 до 62 балів – ви слухач "середнього рівня", рекомендуємо вам

використовувати прийоми правильного слухання і розвивати навички правильного слухання. Якщо ви набрали менше 55 балів, то настійно рекомендуємо уважно вивчити записи, які ви зробили на занятті і постійно використовувати запропоновані рекомендації в практичній діяльності.

"Один до одного" (2 хв)

- Вітаю. Сьогоднішнє наше заняття присвячене способам зняття негативних наслідків стресу. Але спочатку я пропоную вам зіграти в гру.

Вам необхідно вільно переміщатися по аудиторії і виконати мої команди. Коли я скажу: "Одна при одній", – ви повинні знайти собі пару. Після того, як ви знайдете пару, я дам вам завдання гра (проходить під плавну музику)

І так почали: "Один до одного"

Тепер потисніть одне одному руки, доторкніться один до одного – нога до ноги, ніс до носа, голова до голови, вухо до вуха, щока до щоки і ін.

Знову рухайтесь по класу і шукайте нову пару. Гра продовжується в нових парах.

Обговорення:

Що ви відчували?

Розкажіть про це за допомогою асоціацій. (Передається м'яка іграшка і кожен з учасників називає предмет або явище, з яким у нього асоціювалися відчуття від гри)

Рольова гра "Цивілізація"

Учасники об'єднуються в дві підгрупи, які розміщуються в різних кінцях кімнати.

Тренер. Уявіть собі, що кожна з підгруп – це окрема прогресивна цивілізація. Ви – її представники, подорожуєте в космосі. Зараз ви летите на планету Земля на міжгалактичний фестиваль, і вам потрібно:

1. Уявити свою прогресивну цивілізацію, придумавши її назву, географічне положення, природні ресурси, населення (бажано намалювати портрет представника цивілізації), систему правління і оборони, закони, якими живе

цивілізація, її культурні особливості (обов'язково все це записати або намалювати. Незаписаних НЕ існує!) (15-20 хв.).

2. Розподілити між учасниками в кожній підгрупі ролі парламентарів цивілізації (2-3 людини).

3. Через переговорників уявити свою цивілізацію.

Тренер. Ви уважно слухали своїх нових знайомих. А тепер кожна цивілізація має 3-5 хв. знайти сильні та слабкі сторони іншій представленій цивілізації і передати цю інформацію через переговорників.

4. З цього етапу розвитку гри тренер оголошує кризову ситуацію. Увага! На нашу Галактику скоєно напад вірусами наркоманії. Якщо не вжити термінових заходів, то життя на ваших планетах загине. Врятуйте Галактику, використовуючи сильні сторони цивілізацій і захищаючи слабкі місця.

5. За 10-15 хв. потрібно спільно, двома групами створити систему захисту від вірусів і представити її через переговорників (знову записати, намалювати).

Після закінчення тренер пропонує поаплодувати і подякувати один одному за плідну взаємодію під час гри.

Питання для обговорення

- Що відбувалося в команді і в групі в цілому в момент представлення та аналізу слабких і сильних сторін цивілізацій?
- Змінився настрій при створенні системи захисту Галактики?
- Що і яким чином вплинуло на зміну настрою?
- Які ваші думки і враження від гри "Цивілізація"? Чому вона вчить?

Ця гра дає можливість створити справжню команду. Під час обговорення слід звернути увагу на взаємодію між учасниками гри, а також на те, що спільними зусиллями можна вирішити багато проблем.

Вправа "Асоціації"

Якщо конфлікт – це одяг, то який? Якщо меблі, то які?

Який можна зробити висновок? (У конфліктів є дві сторони – негативна і позитивна).

Конфлікти в житті неминучі, якщо люди мають свою власну позицію, не є бездумними виконавцями.

Конфліктів немає тільки тоді, коли всі люди однакові, як роботи: все одно думають, все одно відчують, живуть без сварок.

Потрібно пам'ятати, що практично з будь-якого питання у різних людей погляди відрізняються. Люди різні! Ці відмінності природні і нормальні. І зараз ми ще переконаємося в цьому при виконанні різних вправ.

Вправа "Сніжинки"

Її алгоритм:

Мовчки візьміть листок.

Складіть його навпіл.

Відірвіть правий верхній кут.

Складіть ще раз навпіл.

Ще раз відірвіть правий верхній кут.

Ще раз складіть навпіл.

І ще раз відірвіть верхній правий кут.

Розгорніть лист і покажіть свій "витвір мистецтва" однокласникам.

Рефлексія

Зверніть увагу, які різні у вас вийшли сніжинки! Хоча був чіткий алгоритм дій. Чому це сталося? (Відповіді дітей).

А якби всі сніжинки були однаковими, світ був би нудним і незмінним. Отже, конфлікти відіграють найважливішу роль в житті кожної окремої людини, розвитку сім'ї, життєдіяльності школи, будь-якої організації, держави, суспільства і людства в цілому. У якомусь ступені вони навіть необхідні для розвитку ситуації і відносин, для зростання особистості, інакше може настати застій.

Тест "Чи вмієте ви тримати себе в руках у конфліктній ситуації"

Одні люди не в змозі залишатися спокійними під час сварки, інші ж здатні зберігати душевну рівновагу навіть у момент найвищого напруження пристрастей. Чи вмієте ви справлятися з конфліктними ситуаціями?

1. Чи можете ви в нападі люті розбити посуд?

А. Так, це можливо.

Б. Ну, якщо мене спровокувати, то безумовно.

В. Ні, це тільки погіршить ситуацію, та й посуд шкода.

2. Дискусії, в яких учасники дотримуються різних думок ...

А. Не потрібні.

Б. На жаль, необхідні.

В. Нічого не дають.

3. Двоє друзів (подруг) почали гарячу дискусію.

А. Буду триматися в стороні.

Б. Мене це розважить.

В. Спробую бути посередником.

4. Що ви думаєте з приводу висловлення "Завжди поступається той, хто розумніший"?

А. Дурниці – відмовка не для розумних, а для слабких.

Б. Така тактика здатна зберегти багато нервових клітин.

В. Перед тим як поступитися, потрібно все гарненько обміркувати.

5. Ваш (а) друг (подруга) кілька днів були сильно роздратований (а).

А. спершу, що трапилося.

Б. Попрошу його (її) бути стриманим (ою).

В. Буду уникати спілкування з ним (нею).

6. За сусіднім столиком в кафе хтось робить нетактовні зауваження по відношенню до вас.

А. Дам відсіч.

Б. Я пересяду за інший столик

В. Мене це не хвилює.

Результати. Підрахуйте кількість балів, користуючись таблицею.

1 2 3 4 5 6

А 1 3 1 1 2 2

Б 3 2 3 2 1 3

У 2 1 2 3 3 1

6-9 балів

Ви надаєте велике значення гармонії відносин і тому прагнете виникають конфлікти вирішувати мирним шляхом. На жаль, це не завжди можливо. Іноді, щоб розрядити атмосферу, необхідна "гроза".

10-14 балів

Ви ніколи не піддаєтеся на провокацію, і тому вас практично неможливо вивести з себе. Перш ніж починати суперечку, ви завжди намагаєтеся оцінити ситуацію. Якщо починається сварка, ви зберігаєте завидну холонокровність.

15-18 балів

У будь-якій ситуації вам перш за все важлива ясність. І її ви будете домагатися будь-якою ціною, іноді навіть через конфлікт. І, звичайно ж, іноді ви буваєте занадто емоційні.

Вправа "Відповідь з посмішкою"

Можна обійти конфлікт, якщо відповісти посмішкою. Люди з почуттям гумору рідко конфліктують, а вже якщо сперечаються, то завжди приємно, з жартом, посмішкою (не з сарказмом, злою іронією, а з хорошим, дотепним жартом).

Розіграємо ситуації, де необхідно посміхнутися, пожартувати, не дати сварці стати конфліктом.

Ситуація 1. Ви отримуєте записку з вашим ім'ям: "А + В = Любов". Ваша реакція ... Обговорення. Репліка повинна бути з посмішкою.

Ситуація 2. Вам дуже смішно на уроці. Вчителька робить вам зауваження. Ви виправдовуєтеся (з посмішкою). Що скажете?

Ситуація 3. У автобусі ти ненавмисно наступила на ногу хлопцеві, що поруч. Твої дії?

Робота з теми "Самооцінка" з притчею "Щастя"

Читання притчі "Щастя. На дошці дається тлумачення поняття притчі. Притча – коротка повчальна розповідь-іносказання.

Притча "Щастя"

Бог зліпив людину з глини і залишився у нього невикористаний шматок.

- Що ще зліпити тобі? – Запитав Бог.

- Зліпи мені щастя, – попросив чоловік.

Нічого не відповів Бог і тільки поклав людині в долоню шматочок глини, що залишився.

- Як ви зрозуміли сенс притчі? Чому людина не почула відповіді від Бога, а тільки відчула в руках шматочок глини?

Зверніть увагу на тему заняття. Як ви розумієте значення слова самооцінка?

"Самооцінка – це здатність людини чесно, з любов'ю і гідністю оцінювати себе".

Робота в групах (3 хв.) Протягом цього часу кожна група готує відповідь на питання:

"Що для вас найважливіше і найцінніше в житті?"

(Представник групи зачитує, йде обговорення.)

За допомогою керівника діти роблять висновки, що кожна людина неповторна і є цінністю.

Дітям пропонується закінчити такі речення.

Кожна людина повинна:

Любити себе – значить:

Якщо самооцінка у людини низька, то:..

Той, хто не любить себе ..

Після закінчення роботи діти зачитують свої варіанти закінчених речень. Далі їм пропонується порівняти свої варіанти з твердженнями психологів.

Кожна людина повинна любити себе і приймати такою, якою є.

Любити себе – значить пишатися своїми вчинками і бути впевненим, що робиш правильно.

Якщо самооцінка у людини низька, то вона відчуває безпорадність, безсилля і самотність.

Той, хто не любить себе, не може щиро любити інших.

Учні приходять до висновку, що людина з низькою самооцінкою не може подарувати людям щастя.

Для того, щоб краще зрозуміти, що таке висока самооцінка або низька, згадай, коли ти був упевнений в собі. У житті кожної людини є такі моменти, коли вона відчувала повну впевненість у собі, у своїх силах, гордість за себе. Можливо, це було, коли тебе похвалили батьки або викладачі, а може бути, ти одягла гарну сукню, і отримала безліч компліментів, а може, просто допомогла другу в складній ситуації.

Якщо згадати ті відчуття, які ви пережили, то стане зрозуміло, що означає відчувати себе потрібним іншим.

Висока самооцінка

Я розумний

Я красивий

Я веселий

Я здатний домогтися в житті багато чого.

Низька самооцінка:

Я потвора

Я довбень

Я похмурий

Я не можу знайти хорошу роботу

Я – невдаха, зі мною все не так виходить.

Тест.

Ти спокійно сприймаєш конструктивну критику?

Ти легко спілкуєшся із людьми?

Ти відверто і відкрито показуєш свої відчуття?

Ти цінуєш близькі стосунки з людьми?

Ти готовий сміятися над своїми помилками і вчитися на них?

Ти шукаєш можливості спробувати себе в чомусь новому?

Для тебе має значення твій фізичний стан?

Ти довіряєш собі?

Ти радієш інших, коли вони досягають успіху?

Якщо ти на більшість питань відповів "так", у тебе здорове і адекватне сприйняття себе.

Стандартні наслідки низької самооцінки:

В результаті низької самооцінки утворюється замкнене коло.

Яким би не був рівень твоєї самооцінки, ти завжди можеш поліпшити його. Потрібно вчитися думати про себе добре. Це необхідно, тому що самосприйняття впливає на твій образ життя. При високій самооцінці людина відчуває себе успішною, здатною вчитися і працювати. Людина відчуває себе коханою і потрібною. Формування самооцінки відбувається постійно. Підвищення самооцінки, формування позитивного ставлення до себе можливе і необхідне в будь-якому віці!

Будь собі найкращим другом, а це означає, що:

☐ Ти готовий прийняти всі свої слабкі і сильні сторони – вони є у всіх.

☐ Ти пишаєшся своїми перемогами – як великими, так і маленькими.

☐ Не намагайся бути кимось, використовуй і розвивай свої власні таланти

☐ Регулярно відводь час на те, щоб побути наодинці зі своїми думками й почуттями, читай, займайся спортом. Вчися насолоджуватися своїм життям.

☐ Звертай увагу на свої думки і почуття, поступай так, як ти вважаєш правильним, роби те, від чого ти будеш відчувати себе щасливим і повноцінним.

☐ Вчися любити ту унікальну людину, якою ти є, винось уроки зі своїх помилок, не надто емоційно їх сприймай, пам'ятай, що ці успіхи і поразки

робить той, кого ти любиш, крім того, не забувай вчитися і на чужих помилках, а не тільки на своїх.

Рефлексія. Учасники дають оцінку заняттю.

Тренер ставить такі питання для обговорення:

- Що нового ви дізналися про себе?
- Як можуть стати в нагоді отримані сьогодні знання?

На закінчення класної години кожен отримує пам'ятку, у якій прописані правила підвищення самооцінки.

Пам'ятка

☐ Щодня дізнавайтеся нове, робіть що-небудь, що ніколи раніше не робили.

☐ Намагайтеся надмірно не демонструвати свою значимість. Внутрішня впевненість в собі не потребує "гучних" зовнішніх проявів.

☐ Якщо вам щось незрозуміло, не бійтеся поставити запитання співрозмовникові. Краще один раз здатися дурнем, ніж потрапляти в халепу раз по раз.

☐ Вічна незадоволеність всім повсюди будьякого перетворить на смутного буркотуна. Більше оптимізму.

☐ Порівнюйте себе тільки з самим собою.

☐ Ніколи не виправдуйтеся. Людина, яка плутано бубонить виправдання, справляє жалюгідне враження.

☐ Головне – потрібно діяти рішуче, пам'ятаючи тільки про мету, що стоїть попереду.

Успіхів вам!

Отож, практичний психолог у дитячому оздоровчому таборі має наступні посадові обов'язки:

1. Спрямовує свою професійну діяльність на збереження психічного здоров'я дітей, що знаходяться на відпочинку, створення в оздоровчому таборі належного морально-психологічного клімату.

2. Вивчає та аналізує психолого-медичні особливості дітей у процесі виховання, сприяє захисту прав особистості дитини, встановленню в дитячому колективі гуманних, морально здорових взаємовідносин.

3. Проводить психологічну діагностику дітей, здійснює заходи щодо надання їм психокорекційної, реабілітаційної та консультативної допомоги.

4. Надає рекомендації та практичну допомогу вихователям і вожатим у вирішенні конфліктних ситуацій, профілактиці відхилень у поведінці дітей. Формує психологічну культуру педагогічного колективу, проводить з працівниками оздоровчого табору практикуми, тренінги з питань психології спілкування, надає необхідні консультації батькам.

5. Бере участь у роботі педагогічної та методичної рад оздоровчого табору.

Службові зв'язки та кваліфікаційні вимоги:

1. Підпорядковується заступнику директора оздоровчого табору з виховної роботи (старшим – вихователю, вожатому).

2. Працює в тісному контакті з вихователями, вожатими, методистом, культорганізатором, інструктором з фізичної культури і спорту, керівниками гуртків, обслуговуючим і медичним персоналом.

3. Повинен мати вищу психологічну освіту або вищу педагогічну освіту з додатковою спеціальністю "Психологія" та стаж роботи за фахом не менше двох років.

Повинен знати: Конвенцію з прав дитини, інші міжнародні акти з питань захисту дитинства, ратифіковані Україною, закони України та нормативні документи органів державної влади з питань освіти й позашкільного виховання, основи педагогіки, дитячу та вікову психологію, психологію особистості, медичну психологію, основи психотерапії, сексології, психодіагностики та корекції поведінки, методику проведення психологічних практикумів і тренінгів, профконсультацій, норми й правила техніки безпеки, санітарії та гігієни, протипожежного захисту.

Становлення психологічної служби в системі освіти пов'язано з оптимізацією процесу психологічного розвитку дітей в різних умовах навчання

і виховання. Однак необхідна психологічна допомога традиційно виявляється лише у зв'язку з навчальним процесом і в інтервалі навчального року. Суцільно парадоксальна ситуація: саме в той час, коли є максимальні можливості для створення дитині психологічно сприятливих умов для відпочинку, можливості для надання повноцінної психологічної допомоги, вона виявляється позбавленою їх. Особливо виразно це проявляється в системі організованого дитячого відпочинку і, перш за все, в роботі літніх таборів, які виявилися повністю позбавлені уваги психологів. Усе це настійно вимагає цілеспрямованої психолого-педагогічної підготовки майбутнього персоналу літнього табору і обов'язкового включення в його структуру психологічної служби. Оскільки основний контингент дітей у літньому таборі складають молодші школярі та підлітки, педагогічний персонал табору повинен бути знайомий з психологічними особливостями кожного віку.

Питання для самоперевірки та самоконтролю

1. Перелічіть типові психологічні особливості розвитку сучасного старшого підлітка.
2. Охарактеризуйте труднощі індивідуального психологічного розвитку дитини старшого підліткового віку.
3. Обґрунтуйте значення та роль групи у становленні старшого підлітка.
4. З якими труднощами може стикнутися практичний психолог у процесі роботи зі старшими підлітками?
5. Охарактеризуйте напрямки роботи психолога з тимчасовою дитячою групою старших підлітків.
6. Визначте психологічний контекст і значення колективної творчої справи у розвитку особистості старшого шкільного віку.
7. Обґрунтуйте значення тренінгової роботи зі старшими підлітками.
8. Окресліть права і обов'язки практичного психолога у дитячому таборі.

Список використаної літератури

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология / Г. С. Абрамова. – М.: Академ, проект, 2001. – 704 с.
2. Андрищенко Т.К. Формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку: дис...канд.. пед. наук: 13.00.08/ Т.К.Андрищенко. – Переяслав-Хмельницький, 2007. – 268 с.
3. Байярд Р., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток / Р. Байярд, Д. Байярд. – М.: Просвещение, 1991. – 224 с.
4. Бех І.Д. Особистісно-зорінтоване виховання: науково-метод. посібник/ І.Д.Бех. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.
5. Блонский П. П. Избранные педагогические и психологические сочинения. Т.2. / П. П. Блонский. – М. : Педагогика, 1979. -399 с.
6. Бовть О.Б. Исследование и коррекция социально-психологических и индивидуально-личностных характеристик младших школьников, коррелирующих с их агрессивностью // Практична психологія та соціальна робота. – 2002. – № 2. – С. 4-9.
7. Бовть О.Б. Причины і форми агресивної поведінки дітей. // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 5. – С. 14-15.
8. Бовть О.Б. Психокоррекционная работа по предупреждению агрессивности детей младшего школьного возраста // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 3. – С. 3-8.
9. Бовть О.Б. Психокоррекционная работа по предупреждению агрессивности детей младшего школьного возраста // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 5. – С. 19-23.
- 10.Бовть О.Б. Психокоррекционная работа по предупреждению агрессивности детей младшего школьного возраста // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 9. – С. 15-19.
- 11.Бовть О.Б. Психокоррекционная работа по предупреждению агрессивности детей младшего школьного возраста // Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – № 10. – С. 21-24.

- 12.Божович Л. И. Избранные психологические труды / под ред. Д. И. Фельдштейна. – М., 1995. – 210 с.
- 13.Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И.Божович. – М. : Просвещение, 1968. – 464 с.
- 14.Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л.И. Божович // Вопросы психологии. – 1978. – №4. – С. 23-33.
- 15.Булах І.С. Психологічні основи особистісного зростання підлітків: дис. ...д.п.н.: 19.00.07 / Булах Ірина Сергіївна; Націон. пед. ун-т ім. М.П.Драгоманова. – К., 2004. – 581 с.
- 16.Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. – С.Пб.: Питер Ком. 1999. – 528 с.
- 17.Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. – С.Пб.: Питер. 1997. – 336 с.
- 18.Валлон А. Психическое развитие ребенка / А. Валлон. – СПб.: Питер, 2001.-208с.
- 19.Великий тлумачний словник сучасної української мови/ уклад. і голов. ред. В.Т.Бусел. – К.; Ірпінь : ВТФ "Перун", 2004. – 1440 с.
- 20.Вища освіта України і Болонський процес: Навчальний посібник / За ред. В.Г.Кременя. Авторський колектив: М.Ф.Степко, Я.Я.Болюбаш, В.Д.Шинкарук, В.В.Грубінко, І.І.Бабин. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 384 с.
- 21.Вікова і педагогічна психологія/ О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В.Огороднійчук та ін. – 2-е вид., допов. – К.: Каравела, 2009. – 400 с.
- 22.Возрастная и педагогическая психология / под ред. М. В. Гамезо. – М.: Просвещение, 2004. – 256 с.
- 23.Волков Б.С. Психология младшего школьника. – М.: Просвещение, 2002. – 125с.
- 24.Выготский Л.С. Педология подростка/ Л.С.Выготский// Выготский Л.С. Собрание сочинений : в 6-ти т. – М. : Педагогика, 1984. – Т. 4.: Детская психология. – 242 с.

- 25.Выготский Л.С. Собр. Соч.: В 6 т. – М.: Педагогика, 1982. – Т.2. – С.6 – 361
- 26.Гозман Л.Я. Психология эмоциональных отношений – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987. – 175с.
- 27.Гословська І.Г., Скворцова С.О. Формування інтересу до навчання в молодших школярів // Наука і освіта. – 2006. – №6. – С.18-24.
- 28.Державна національна програма "Освіта". Україна ХХІ століття. -К, 1994.-62с
- 29.Драгунова Т.В. Подросток / Т.В. Драгунова. – М. : Знание, 1976. – 96 с.
- 30.Думаем. Творим. Создаем. Учебно-методическое пособие для педагогов-организаторов детских лагерей МДЦ "Артек" / Под общ. ред. С.В. Ерохина. – Международный детский центр "Артек", 2005. – 58 с.
- 31.Елисеев О.П. Конструктивная типология и психодиагностика личности / Под ред. В.Н. Панферова. – Псков: Издат. Псковского обл. ИУУ, 1994. – 280с.
- 32.Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге / Е.В. Емельянова. – СПб.: Речь, 2008. – 336 с.
- 33.Ермолаев Ю.А. Возрастная физиология / Ю.А.Ермолаев. – М. : Высшая школа, 1985. – 384 с.
- 34.Жизномірська О.Я. Психологічні особливості самоствердження молодших та старших підлітків: дис. кандидата психол. наук: 19.00. 07 / О.Я.Жизномірська. – К., 2010. – 278 с.
- 35.Забродський М.М. Основи вікової психології. Навчальний посібник. – Тернопіль.: Навчальна книга. – Богдан. 2002. – 112 с.
- 36.Заброцький М. М. Вікова психологія / М. М. Заброцький. -К.:МАУП, 1998.-89 с.
- 37.Закон України "Про освіту" //В кн.: Виховна робота в закладах освіти України. Випуск II. Збірник нормативних документів та методичних рекомендацій. – К.: ІЗМН, 1998. – С. 43-75.

- 38.Занюк С.С. Психологія мотивації : навч. посібник / С.С.Занюк. – К.: Либідь, 2009. – 304 с.
- 39.Зинченко В.Л. От классической коранической психологии // Вопросы психологии. – 1996. – № 5. – С. 7-20.
- 40.Іванова В.В. Причини і форми агресивної поведінки дітей // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 5. – С. 14-16.
- 41.Класному керівнику: колективні творчі справи / упор. Л Шелестова, Н. Чиренко. – К.: Шкільний світ, 2010. – 128 с.
- 42.Кле М. Психология подростка : (психосексуальное развитие) / М. Кле – М.: Педагогика, 1991. – 172 с.
- 43.Колесіна Т.Д. Діагностика і корекція розвитку дітей, як засіб профілактики відхилень у їх поведінці. // Початкова школа. – 2000. – № 5. – С. 30 – 41.
- 44.Кон И. С. Психология ранней юности / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1989. – 254с.
- 45.Кон И.С. Социология личности / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1967. – 383 с.
- 46.Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / За ред. Л.Н.Проколієнко. – К.: Рад. школа, 1989. – 608 с.
- 47.Крэйг Г. Психология развития / Г.Крэйг. – СПб. : Питер, 2000. – 992 с.
- 48.Кулагина И. Ю. Возрастная психология / И. Ю. Кулагина. -М. :УРАО, 1999.-176с.
- 49.Лєскова А.А. Психологічні особливості молодшого підліткового віку/ Теоретичні та практичні засади діяльності класного керівника 6-го класу. Науково-методична збірка. / Упорядник О.І Чешенко. – Одеса, 2014. – 552с. – С.68-76.
- 50.Лихачев Б. Т. Педагогика [Текст] : курс лекций: учеб. пособие для студ. и слушателей ин-тов повышения квалификации и переподготовки науч.-пед. кадров / Б. Т. Лихачев. - 4-е изд., перераб. и доп. - М. : Юрайт, 1999. - 528 с.

51. Лучшие психологические тесты. / Под ред. А.Ф. Кудранюва. – Петрозаводск: Петроком 1992. – 320 с.
52. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. пос. – К.: В. шк., 2000. – 479с.
53. Марінушкіна О.Є. Проблема шкільної дезадаптації у дітей молодшого шкільного віку. // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. – № 2-3. С. 10-11.
54. Марциповская Т.Д. История детской психологии: учебник для студентов пед. вузов. – М.: ВЛАДОС, 1998. – 272 с.
55. Методика определения готовности детей к школьному обучению. / (Тесты психологического развития детей 6-7 лет) / Сост. Н.Е. Водопьянова, Н.В. Лик. – С.Пб.: СПбГУ, 1992. – 20 с.
56. Методичні рекомендації з літньої соціально-педагогічної практики/ Упорядники: Гужанова Т.С., Рудницька Н.Ю. – Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2005. – 48 с.
57. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития / В. С. Мухина. – М., 2007. – 640 с.
58. Мясищев В.Н. Психология отношений / под. ред. А.А. Бодалева. – М. : Изд. "Ин-т практ. психологии"; Воронеж : НПО "ЛОДЭК", 1995. – 356 с.
59. Надання медико-соціальних послуг дітям та молоді на основі дружнього підходу. Методичні рекомендації / [авт.-упор. О.А. Голоцван, С.І. Останко, О.М. Мишкова та ін.]. – К.: Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ), 2008. – 180 с.
60. Настольна книга практического психолога. Учебное пособие в 2-х кн. – 2-е изд. Перераб и доп. – М.: Гуманит изд. Центр ВЛАДОС, 1999. – кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.
61. Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті // Педагогічна газета. – 2001. – № 7 (85), липень.
62. Некоторые аспекты деятельности социально-педагогических учреждений/ Сост. Н.А. Карасева, Г.И. Руденкова и др. – Мн.: "Издательство "Беларусь", 2004. – С. 28-36.

- 63.Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов вузов: В 3-х кн. – 3-е. изд. – М.: ВЛАДОС, 1999. – кн. 2: Психология образования. – 608 с.
- 64.Никитин Е. П., Харламенкова Н. Е. Феномен человеческого самоутверждения / Е. П. Никитин, Н. Е. Харламенкова. – СПб. : Алетей, 2000. – 224 с.
- 65.Обухова Л. Ф. Возрастная психология / Л. Ф. Обухова. – М., 2001. – 442 с.
- 66.Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М.: ТЦ "Сфера", 1996. – 240 с.
- 67.Оржеховська В. М. Профілактика правопорушень серед неповнолітніх : навч.-метод. посібник / В. М. Оржеховська.– К., 1996. – 352 с.
- 68.Осьмак Л. П. Психологические особенности самоутверждения подростков (в условиях семейного воспитания в школе-интернате для детей-сирот и детей, которые остались без родительского попечения): дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Л. П.Осьмак. – К., 1990. – 164 с.
- 69.Панок В.Г. Практична психологія. Теоретико-методологічні засади розвитку: [Монографія] / Панок В.Г. – Чернівці: Технодрук, 2010. – 486 с.
- 70.Пелеха Ю.І. та ін. Основи психології та педагогіки: Навчально методичний посібник. 2-е вид., под. – К.: Вид-во Європ. ун-ту, 2002. – 164 с.
- 71.Петровская Л. А. Самоутверждение: пути истинные и ложные. Беседа психолога / Л.А.Петровская. – М. : Знание, 1987. – 64 с.
- 72.Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка: пер. с фр. и англ. / Ж. Пиаже. – М.: Педагогика-Пресс, 1994. – 528 с.
- 73.Поливанова К. Н. Психология возрастных кризисов : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / К. Н. Поливанова. – М.: Академия, 2000. – 184 с.
- 74.Поліщук В. М. Вікова та педагогічна психологія / В. М. Поліщук. – Суми, 2007. – 330 с.

- 75.Поліщук В. Негативні особистісні утворення в дітей молодшого шкільного віку // Практична психологія і соціальна робота. – 2002. – № 6. – С. 11-13.
- 76.Помазін С.І., Сібіль О.І. Як допомогти підлітку з "важким" характером. К.: НЦП. Перспектива, 1996. – 160 с. – Рос. м.
- 77.Практикум по психодиагностике: Психодиагностика мотивации и саморегуляции. М.: Изд-во МГУ. 1990. – 160 с.
- 78.Практическая психодиагностика (Методики и тесты): учеб. пособие. – Самара: Издат. Дом "БАХРАХ". – 1997. – 672 с.
- 79.Программы реабилитационной деятельности детских оздоровительных лагерей: Методический сборник в помощь организаторам летнего отдыха детей / Под ред. Г. В. Куприяновой, Л. Е. Сикорской. – М.: НИИ семьи, 1997. – 100 с.
- 80.Психологія: Підручник / Н.Л. Трофімов та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова. – К.: Либідь, 1999. – 558 с.
- 81.Психолого-педагогічний довідник / І.М. Цимбалюк. – Рівне: Тетіс, 1998., 48 с.
- 82.Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Уч. пос. в 2х кн. – 2-е изд. перераб. и дополн. – М.: ВЛАДОС. 1999. – Кн. 1. Система работы с детьми разного возраста. – 384 с.
- 83.Рогов Е.И. Программа работы психолога в пионерском лагере// Вопросы психологии. – 1990. – №3. – С. 107-112.
- 84.Рогов Е.И. Эмоции и воля. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 240 с.
- 85.Розеншток-Хюсси О. Речь и действительность. – М.: Лабиринт, 1994. – 205 с.
- 86.Роков Г.А. Воспитатели, школа и молодое поколение: Пед. очерки Г.Рокова. – Москва : тип. т-ва И.Д. Сытина, 1910. – 195 с.
- 87.Савчин М. В. Вікова психологія/ М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – К : Академвидав, 2006. – 360 с.

88. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. // Мир психологии и психология в мире. – 1994. – № 10 (октябрь – декабрь). – С. 57-63.
89. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции. – М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1996. – 96 с.
90. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія. Навч. посібник/ О.П. Сергєєнкова, О.А. Столярук, О.П. Коханова, О.В. Пасєка. – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 376с.
91. Сіданіч І.В. Поведінка учнів крізь призму психології // Початкова школа. 1999. – № 12. – С. 5.
92. Сіданіч І.В. Поведінка учнів крізь призму психології // Початкова школа. 1999. – № 13. – С. 3.
93. Скребец В.А. Психологическая диагностика: Учеб. пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – К.: МАУП, 2001. – 152 с.: ил – Библиогр: С. 146-150.
94. Словарь практического психолога. – М., 1998. – 458 с. / Сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1997. – 800 с.
95. Смольникова С.В. Крадіжки молодших школярів // Початкова освіта. – 2000. – № 11. – С. 5.
96. Сухомлинський В.О. Вибрані твори. В 5-ти т. Т.3. Серце віддаю дітям. Народження громадянина. Листи до сина / В.О. Сухомлинський. – К.: "Радянська школа", 1977. – 670 с
97. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді / Г.М. Бєвз, О.П. Главник. – К.: Український інститут соціальних досліджень. – 2005. – Кн. 1. – 176 с.
98. Третьяков О.Е., Третьякова С.Н. Опыт работы психолога в летних детских оздоровительных лагерях// Вестник коррекционно-развивающей работы, 1998, №3. <http://psybrest.iatp.by/pub1.htm>.
99. Трофімов Ю.Л. Психологія: підручник/ [Ю.Л.Трофімов, В.В.Рибалка, П.А.Гончарук та ін.]; за ред. Ю.Л. Трофімова. – К.: Либідь, 1999. – 558 с.

100. Трудный возраст / Н. Аллахвердова, С. Соловейчик. – М. Знание, 1966. – 158 с.
101. Трудный подросток: причины и следствия / Под ред. В.А. Татенко. – К.: Радник., 1985. – 175 с.
102. Учебник для студентов пед. вузов: В 3х кн. – 3-е изд. М.: ВЛАДОС. 1999. Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научно психологическое исследование с элементами математической статистики. – 632 с.
103. Феноменологія морального розвитку особистості: детермінація, механізми, генезис: монографія / під ред. Р. В. Павелківа, Н. В. Корчакової. – Рівне: Волин. береги, 2009. – 368 с.
104. Фортунатов Г.А. О преподавании психологии в педагогических училищах/ Г.А.Фортунатов. – Москва: Государственное учебно-педагогическое издательство Министерства Просвещения РСФСР. – 1951 г. – 44 стр.
105. Фришман И., Кузьмин С. Программа подготовки педагогов-организаторов летнего отдыха детей и подростков// Народное образование. – 2005. – №3. – С. 97-104.
106. Фром Э. Азбука для родителей. – Л., 1991, – 319 с.
107. Фурманов Н.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – Минск. – 1996. – 192 с.
108. Харламов И.Ф. Педагогика: Учеб. пособие: 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрист, 1997. – 512 с.
109. Чернишова Г.Ф. Оздоровчий дитячий центр як простір спілкування / Г.Ф. Чернишова // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки. – 2007. – Вип. 47. – С. 342-348.
110. Чернишова Г.Ф. Основи оптимізації виховного процесу в дитячому оздоровчому центрі / Г.Ф. Чернишова // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді. – 2006. – Вип. 8. – Кн. II. – С. 179-182.

111. Шебанова В.І. Експрес-діягностика агресивного типу реагування молодших школярів у ситуаціях фрустрації // Практична психологія і соціальна робота. – 2002. – № 3. – С. 4-8.
112. Шпалінський В.В. Бєлавіна Т.І. Вступ прикладної практичної психології особистості і колективу: навч. посібник. – Харків: ХДП, 1991. – 88 с.
113. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды/ Д. Б. Эльконин.-М., 1995.-219 с.
114. Эльконин Д. Б. Психология игры./ Д. Б. Эльконин/ Психология игры – 2-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 360 с.
115. Эмоциональное здоровье вашего ребенка. Пер. с англ. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 398 с.
116. Эрик Г.Эрикссон. Детство и общество. – Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. – СПб.: Ленато, АСТ, Фонд "Университетская книга", 1996. – 592 с.

Додатки

Додаток 1

Алгоритм роботи з методиками вивчення темпераменту

1. ПЛАНУВАННЯ

Цілі та задачі: визначення типу нервової системи дитини: її сили, рухливості, урівноваженості.

Контингент, вікові категорії: оскільки діти початкової школи за віком ще не можуть відповісти на питання тесту такої складності, дослідження проводять шляхом опитування учителя даного класу. Тестування дітей за цією методикою можна проводити у середній школі та старшій школі – далі вікових обмежень не існує.

Строки проведення: дослідження темпераменту доцільно запланувати на початок року – жовтень-листопад. Групове тестування займає приблизно 20 хвилин.

Анкета А. Полєжаєва

Інструкція. Запропонована методика дасть можливість довідатися про деякі особливості нервової системи дитини. Це потрібно, щоб організувати такий підхід, який враховуватиме особливості темпераменту та характеру кожного учня. Тому намагайтеся бути об'єктивними та справедливими у своїх відповідях.

Для початку вкажіть прізвище та ім'я вашої дитини, вік (скільки років та місяців виповнилося), сьогоднішнє число та клас, у якому вчиться ваша дитина.

Уважно читайте анкету, вибирайте на кожне запитання (їх 12) тільки один із чотирьох варіантів відповідей – такий, що найбільше притаманний дитині. Далі в бланку для відповідей знайдіть номер обраного варіанта поведінки і поставте хрестик у відповідній клітинці. Будьте уважні: у кожному рядку в бланку відповідей повинен стояти тільки один хрестик. Після заповнення бланку підрахуйте кількість хрестиків у кожному стовпчику і поставте суму внизу у графі "разом".

Текст методики

1.1 Настрій нестійкий, часто бувають перепади, бурхливі веселощі можуть змінитися роз-дратуванням.

1.2 Настрій завжди рівний, спокійний.

1.3 Настрій звичайно піднятий, веселий, життєрадісний.

1.4 Настрій звичайно пригнічений, часто засмучений.

2.1 Метушливе поведження, завжди квапиться, різкі жести, часто говорить "взахльоб".

2.2 Поведження спокійне, рівний і стриманий голос, жести й мова часто сповільнені.

2.3 Активне поведження, висока рухливість, енергійність.

2.4 Боязке, невпевнене поведження, голос тихий і слабкий.

3.1 Швидко забуває про невдачі й знову береться за будь-яку роботу.

3.2 При невдачах намагається досягти поставленої мети, не шукає інших, більш легких шляхів.

3.3 При невдачах прагне знайти інший, більш легкий шлях вирішення завдання.

3.4 При невдачах дуже переживає, не хоче знов узятися за діло.

4.1 Береться за будь-яку роботу, може відразу хапатися за кілька справ.

4.2 Працює завзято, прагнучи будь-що довести справу до кінця.

4.3 Працює азартно, але надовго його не вистачає, може кинути почату справу.

4.4 Швидко стомлюється, любить мріяти й фантазувати.

5.1 У спілкуванні поводить емоційно, голосно сміється, жестикулює.

5.2 Спілкуючись із людьми, проявляє скромність і делікатність.

5.3 Постійно прагне спілкування з оточуючими людьми, намагається розворушити їх, підняти настрій.

5.4 Не прагне спілкування з навколишніми, не любить гучні компанії, але часто спілкується із близькими друзями.

6.1 Бурхливо переживає свої почуття, може поділитися ними з навколишніми, навіть не-знайомими, однак не дуже прагне цього.

6.2 Не буде дуже відвертим із незнайомими людьми, свої почуття розкриває тільки дуже близьким друзям.

6.3 Ділить із іншими людьми радість і горе.

6.4 Всі свої почуття намагається пережити наодинці.

7.1 Бурхливо реагує на зауваження, сперечається, виправдовується.

7.2 Всі зауваження уважно вислуховує, помилки намагається відразу ж виправити.

7.3 Зауваження вислуховує спокійно, не сперечається, але може повторити ту саму помилку.

7.4 Дуже засмучується через будь-яке зауваження, переживає.

8.1 Після виконання важкого завдання може швидко узятися за іншу справу.

8.2 Рідко втомлюється, але важко перестроюється на іншу роботу.

8.3 Легко перестроюється на іншу роботу, але може при цьому кинути почату справу, не закінчивши її.

8.4 Після виконання якоїсь роботи довго не може узятися за іншу, відчуває себе втомленим.

9.1 Бурхливо переживає образи й прикраси, але швидко забуває їх.

9.2 Глибоко переживає образи й прикраси, хоча зовні це проявляється слабо.

9.3 Легко переживає образи й прикраси, швидко їх забуває.

9.4 Важко переживає образи й прикраси, довго їх пам'ятає.

10.1 Любить жартувати над людьми, часто не замислюючись, приємно це їм чи ні.

10.2 Любить і цінує гарний жарт, але в розіграшах воліє не брати участі.

10.3 Любить жарти й гумор, не ображається, якщо попадається на розіграш.

10.4 Рідко жартує, часто ображається на жарти.

11.1 План роботи може створювати швидко по ходу її виконання, також легко перелаштовується при зміні умов роботи.

11.2 Перед тим, як приступити до справи, все ретельно продумає і розрахує, а якщо плани порушуються, то часто не може перестроїтися.

11.3 Береться за будь-яку справу, не замислюючись, що буде потім; якщо ситуація міняється, може легко перестроїтися.

11.4 Важко складає план роботи через свою нерішучість, воліє використати вже готовий. Якщо ситуація міняється, часто не знає, що далі.

12.1 Активно прагне до зміни вражень, дуже часто буває в гостях, на виставках тощо.

12.2 Не прагне до зміни вражень, добре почуває себе у звичній сфері.

12.3 Любить яскраві враження, постійну зміну їх, але не проявляє особливої активності в прагненні до них.

12.4 Відрізняється гострою вразливістю, особливо в області дитячих вражень.

Бланк відповідей

Прізвище ім'я _____ Вік _____

Дата _____ Клас _____

Варіант поведження	1	2	3	4
1	1.1	1.2	1.3	1.4
2	2.1	2.2	2.3.	2.4
3	3.1			
4	4.1			
5	5.1			
6	6.1			
7	7.1			
8	8.1			
9	9.1			
10	10.1			
11	11.1			
12	12.1	12.2.	12.3	12.4
Разом				

ТЕСТ БАССА – ДАРКІ

(адаптований варіант для дітей молодшого шкільного віку)

1. Часом мені хочеться заподіяти шкоду іншим людям.
2. Іноді я говорю погане про людей, яких я не люблю.
3. Якщо мені не подобається, як поведуться мої друзі, я говорю їм про це.
4. Напевно, я не зможу ударити іншу людину.
5. Я ніколи не злюся так сильно, щоб кидатися предметами.
6. Я часто згоден з іншими людьми.
7. Якщо хто-небудь першим ударить мене, я не дам здачі.
8. Коли я злюся, я грюкаю дверима.
9. Якщо хтось не згоден зі мною, я сперечаюся з ним.
10. Того, хто кривдить мене і мою сім'ю, варто побити.
11. Я не здатний на образливі жарти.
12. Я вимагаю, щоб люди поважали мене.
13. Люди, які постійно доводять мене, варті того, щоб їх "клацнули по носі".
14. Від злості я іноді похмурий.
15. Навіть якщо я злюся, я не грублю.
16. Я рідко даю здачу, навіть якщо хто-небудь ударить мене.
17. Коли виходить не так, як я хочу, я іноді ображався.
18. Якщо хтось злить мене, я говорю йому про це.
19. Якщо я розсерджуся, я можу ударити кого-небудь.
20. У мене ніколи не було спалахів гніву.
21. Коли на мене кричать, я починаю кричати у відповідь.
22. Я б'юся стільки ж, скільки інші – не більше і не менше.
23. Іноді я ставав настільки злий, що хапав першу-ліпшу річ і ламав її.
24. Я лаюся тільки зі зла.
25. Щоб відстояти свої права, я можу побитися.

26. Іноді із зла я стукаю кулаком по столу.
27. Я не можу сказати людині все, що вона заслуговує.
28. Є люди, які можуть довести мене до бійки.
29. Часто я тільки загрожую людям, хоча і не збираюся зробити те, про що говорю.
30. Під час суперечки я часто підвищую голос.
31. Я звичайно прагну приховувати своє погане ставлення до людей.
32. Я краще погоджуся з чим-небудь, ніж стану сперечатися.

Ключ

1. Фізична агресія:

"так" – 1; 10; 13; 19; 22; 25; 28; "ні" – 4; 7; 16.

2. Непряма агресія:

"так" – 2; 8; 14; 17; 23; 26; "ні" – 5; 11; 20.

3. Вербальна агресія:

"так" – 3; 6; 9; 12; 18; 21; 24; 29; 30; "ні" – 15; 27; 31; 32.

Дослідження самооцінки дитини за допомогою методики "Сходинок"

Дитині показують намальовану драбинку з сімома сходами, де середня сходинок має вигляд майданчика, і пояснюють завдання.

Інструкція: "Якщо усіх дітей розсадити на цій драбинці, то на трьох верхніх сходах виявляться хороші діти: розумні, добрі, сильні, слухняні – чим вище, тим краще (показують: "хороші", "дуже хороші", "найкращі"). А на трьох нижніх сходах виявляться погані діти – чим нижче, тим гірше ("погані", "дуже погані", "найгірші"). На середній сходинок діти не погані і не хороші. Покажи, на яку сходинок ти поставиш себе. Поясни чому"

Потім його запитують: "Ти такий насправді чи хотів би бути таким? Поміть, який ти насправді і яким хотів би бути". "Покажи, на яку сходинок тебе поставила б мама".

Використовується стандартний набір характеристик: "хороший – поганий", "добрий – злий", "розумний – нерозумний", "сильний – слабкий", "сміливий – боязкий", "найстаранніший – найнедбаліший". Кількість характеристик можна скоротити.

В процесі обстеження необхідно враховувати, як дитина виконує завдання: сумнівається, роздумує, аргументує свій вибір. Якщо дитина не дає ніяких пояснень, слід поставити уточнюючі питання: "Чому ти себе сюди поставив? Ти завжди такий"? – і так далі

Найбільш характерні особливості виконання завдання, властиві дітям із завищеною, адекватною і заниженою самооцінкою:

Спосіб виконання завдання	Тип самооцінки
1. Не роздумуючи, ставить себе на найвищу сходинок; вважає, що мама оцінює його так само; аргументуючи	Неадекватно завищена самооцінка

свій вибір, посилається на думку дорослого: "Я хороший. Хороший і більше ніякий, це мама так сказала".	
2. Після деяких роздумів і вагань ставить себе на найвищу сходинку, пояснюючи свої дії, називає якісь свої недоліки і промахи, але пояснює їх зовнішніми, незалежними від нього, причинами, вважає, що оцінка дорослих в деяких випадках може бути дещо нижчою за його власну: "Я, звичайно, хороший, але іноді лінуюся. Мама говорить, що я неакуратний".	Завищена самооцінка
3. Обдумавши завдання, ставить себе на 2-у або 3-у сходинку, пояснює свої дії, посилаючись на реальні ситуації і досягнення, вважає, що оцінка дорослого така ж або дещо нижча.	Адекватна самооцінка
4. Ставить себе на нижні сходинки, свій вибір не пояснює або посилається на думку дорослого: "Мама так сказала".	Занижена самооцінка

Якщо дитина ставить себе на середню сходинку, це може говорити про те, що він або не зрозумів завдання, або не хоче його виконувати. Діти із заниженою самооцінкою через високу тривожність і невпевненість у собі часто відмовляються виконувати завдання, на усі питання відповідають: "Не знаю". Діти із затримкою розвитку не розуміють і не сприймають це завдання, діють навмання.

Неадекватно завищена самооцінка властива дітям молодшого і середнього дошкільного віку: вони не бачать своїх помилок, не можуть правильно оцінити себе, свої вчинки і дії.

Самооцінка дітей 6-7-річного віку стає вже реалістичнішою, у звичних ситуаціях і звичних видах діяльності наближається до адекватної. У незнайомій ситуації і незвичних видах діяльності їх самооцінка завищена.

Занижена самооцінка у дітей дошкільного віку розглядається як відхилення в розвитку особистості.

Діагностика емоційних процесів.**Графічна методика "Кактус"**

Графічні методики проводяться у комплексі з класичними тестами і основними психологічними методиками (спостереження, експеримент та ін.). Комплексне застосування дозволяє зацікавити досліджуваного і настроїти його на спільну роботу (мотиваційна допомога), отримати загальну характеристику особистості і попередити можливі проблеми (орієнтована допомога), підтвердити дані інших тестів (уточнююча допомога).

При інтерпретації малюнків обов'язково враховується винахідливість і креативний підхід "художника". Наявність або відсутність образотворчих навичок, використання стереотипів, шаблонів, вікові особливості – усе це істотно впливає на діагностичний портрет особистості.

Графічна методика "Кактус" призначена для роботи з дітьми молодшого шкільного віку. Завдяки цій методиці можна побачити стан емоційної сфери малюка (і дорослого), відмітити наявність агресивності, її напрям, інтенсивність тощо.

При проведенні діагностики досліджуваному дають аркуш білого паперу стандартного розміру А4 і простий олівець.

Можливий варіант з використанням олівців восьми "люшерівських" кольорів, у цьому випадку при інтерпретації враховуються відповідні показники тесту Люшера.

Інструкція. "На аркуші білого паперу намалюй кактус – такий, який ти собі уявляєш". Питання і додаткові пояснення не допускаються.

При обробці результатів беруть до уваги дані, властиві усім графічним методикам: просторове розташування і розмір малюнка, характеристики ліній, натиск олівця. Крім того, враховуються показники, специфічні саме для цієї методики: характеристика "образу кактуса" (дикий, домашній, примітивний,

такий, що детально намальований тощо), характеристика голок (розмір, розташування, кількість).

У малюнку можуть проявитися такі якості дітей :

Агресія – наявність довгих голок, які добре промальовані, близько розташовані одна від одної, голки показують високу міру агресивності.

Егоцентризм, прагнення до лідерства – великий малюнок у центрі аркуша.

Невпевненість у собі, залежність – маленький малюнок, розташування внизу аркуша.

Демонстративність, відкритість – наявність виступаючих відростків у кактусі, химерність форм.

Таємничість, обережність – розташування зигзагів по контуру або усередині кактуса.

Оптимізм – використання яскравих кольорів, "радісні" кактуси.

Тривога – використання темних кольорів (варіант з кольоровими олівцями), переважання внутрішнього штрихування переривчастими лініями.

Жіночність – наявність прикрас, м'яких ліній і форм.

Екстравертованість – наявність на малюнку інших кактусів або рослин.

Інтровертованість – на малюнку зображений один кактус.

Прагнення до домашнього захисту, наявність почуття сімейної спільності – наявність квіткового горщика на малюнку, зображення кімнатної рослини.

Відсутність прагнення до домашнього захисту, наявність почуття самотності – дикорослі, "пустельні кактуси".

Алгоритм роботи з методикою "12 тварин" Б. К. Пашнєва

Цілі і задачі:

- виявлення індивідуальних типологічних рис особистості;
- відстеження якісних особистісних змін у процесі розвитку особистості дитини;
- виявлення основних рис характеру та тимчасових психічних станів;
- інформація про особистісні риси та внутрішній світ обстежуваного;

Контингент, вікові категорії: вікових обмежень практично не існує, обстеження за цією методикою можна проводити як з дітьми молодшого, так і старшого віку (і навіть із дорослими).

2. Організація дослідження

Матеріали та обладнання: наочний матеріал (малюнки 12 тварин у вигляді плаката або на дошці), аркуші, олівці, ручки.

Тварини: сова, заєць, ведмідь, ящірка, павич, лисиця, лев, миша, рись, голуб, олень, собака.

Інструкція. "Підпишіть, будь ласка, аркуші – ваше прізвище та ім'я, вік, сьогоднішнє число. Далі проставте у стовпчик номери від 1 до 12. А тепер уявіть, що ми потрапили до зоопарку, де знаходяться різні тварини. Ось список 12 тварин – подивіться уважно та під номером 1 запишіть істоту, яка вам подобається найбільше і до якої б ви прийшли перш за все. Тепер під номером 12 запишіть тварину, яка вам не подобається більше за всіх. Далі під номером 2 поставте тварину, що подобається із тих, що zostалися у списку, під номером 11 – що не подобається. Так працюйте і надалі (3 – 10, 4 – 9...). Таким чином, ми отримали ранжувальний ряд, тобто розставили цих тварин за ступенем привабливості для вас.

Тепер подивіться у свій список і підкресліть однією прямою лінією ту тварину, на яку, як вам здається, ви схожі. Двома рисками – ту тварину, на яку б хотіли бути схожими. І хвилястою лінією – істоту, на яку б ніколи не хотіли бути схожими".

Процедура тестування: слідкуйте, щоб діти не заважали одне одному. Вони не повинні оцінювати та пояснювати свій вибір вголос.

Інтерпретація результатів. Необхідно знати, що істота, яку поставили не перше місце, вказує на конституційні риси. Тварина, яку підкреслено однією чи двома рисками, вказує на особливості характеру, які були сформовані у процесі адаптації до реальності. Зверніть увагу, на якому місці у списку стоїть істота, з якою дитина себе ідентифікує – можна зробити висновок про стан самооцінки.

Необхідно пам'ятати, що це особистісна методика і інтерпретувати її вголос потрібно вкрай обережно!

Якщо на першому місці **собака**, це свідчить про тягу та потребу у спілкуванні, вірність, чуйність, піклування, надійність. Людина є чутливою до відтінків ставлення, потребує емоційного контакту. Має широке коло знайомих та друзів, легко сходиться з людьми, комунікативна, виявляє цікавість та інтерес до людей. Метою цього типу особистості є спілкування, дружба та теплі відносини. Заради цього людина здатна підтримати думку більшості, навіть якщо з нею не згодна. Якщо ви вважаєте, що схожі на цю тварину, ви, напевно, уникаєте самотності та соціальної ізоляції, готові піти на компроміси.

Лев виказує такі риси характеру, як активність, енергійність, почуття власної гідності, гордість, лідерство. Ця людина потребує незалежності та значних досягнень, у неї досить високий рівень самооцінки. Це суто чоловічий тип характеру, що за допомогою сили прагне досягти влади, впливовості та безпеки. Якщо ви схожі на лева, то ви доволі чутливі до схвалення себе іншими, у вас розвинений інстинкт самозбереження. Ви не переносите неповаги до себе, можете поводитися агресивно, проте ви доволі обережні. Демонструєте підвищену вимогливість до себе та інших. Уникаєте ситуацій невдачі.

Якщо першою ви поставили **рись**, то ви екстраверт (спрямовані назовні), можливо, часто буваєте агресивним, дратівливим, прагнете емоційного збудження. Ви рухливі, для вас кращим захистом є напад, діє активно-захисна реакція. Якщо ви підкреслили рись однією рисою, ви імпульсивні, спочатку дієте, потім міркуєте. Любите демонструвати свою силу, незалежність. Можете

бути дуже жорстким, схильні до лідерства, але за допомогою залякування та агресії. Якщо рись підкреслена двома рисками, ви, можливо, відчуваєте нервово- психічне напруження.

Вам найбільше подобається **павич**? Тоді ви, напевне, любите демонструвати себе і свої здібності. Вам властиві самолюбство, гордість, а також егоїстичність. Ви прагнете дивувати, потребуєте підвищеної уваги, любові та турботи, маєте схильність до маніпулювання іншими. Як людина артистична, можете бути інфантильною та навіть капризною. Вас відрізняє розвинена уява.

Якщо приваблює **лисиця**, ви прагнете поваги та успіху і добиваєтеся цього за допомогою самоствердження. Ви можете бути людиною дуже хитрою. Щоб досягти впливовості та визнання, схильні вдаватися до різноманітних маніпуляцій, інтриг, навіть обману, схильні до фантазування.

Заєць на першому місці говорить про тривожність, боязкість, невпевненість у собі та обережність. Ви, напевне, прагнете безпеки, досягаєте її за рахунок втечі, відходу, уникання. Доволі песимістично ставитеся до життя, іноді випробовуєте дитячі форми поведінки. Якщо вам здається, що ви схожі на зайця, для вас характерне неприйняття себе. У вашій поведінці простежується тенденція до уникнення невдач, тобто ви настроєні не відчувати особливого щастя при успіхах, а от невдачі переживаєте дуже сильно, гостро відчуваєте провину та приниження. Ви прагнете не бути гіршим за інших та уникаєте успіхів, шукаєте можливості відмови, не здатні адекватно дібрати завдання, вибираючи або дуже прості, або дуже складні задачі. Коли раптом щось вийшло, вважаєте, що "так склались обставини", вам "просто поталанило", зате невдачі приписуєте тільки собі.

Якщо перше місце займає **ведмідь**, ви прагнете стабільності та спокою, і досягаєте цього, спираючись на постійність. Реагуєте і приймаєте рішення доволі повільно, і вас не треба підганяти. Можна сказати, що ви – флегматик, доволі консервативний, спокійний, почуваєте себе захищеним. Іноді буваєте впертим та агресивним, потребуєте "економії сил", тобто лінощі вам теж властиві. Ведмідь – зниження рухливості нервових процесів, флегматичність. У

вас легко формуються та закріплюються звички, особливо це стосується динамічних стереотипів. Ви схильні турбуватися, якщо перед вами стоїть проблема вибору. Якщо цю тварину ви підкреслили двома лініями, вам властива відчуженість, відгородженість. Ви чітко усвідомлюєте свою імпульсивність та неврівноваженість, конфліктність і прагнете стабільності на рівноваги.

Вам імпонує **сова** – тоді, швидше за все, ви інтроверт, самодостатні та трохи замкнені у собі, навіть ізольовані. Вам властиве відчуження та стриманість, ви мало залежите від думки оточуючих. Ви доволі мовчазний, прагнете приховувати свої справжні відчуття та думки, дещо сором'язливий та обережний. Якщо ви підкреслили це слово однією рискою, ви прагнете незалежності, ви замкнені, відгороджені та самодостатні. Ви, напевне, не дуже любите спілкуватися.

Першим у списку виступає **олень** – ви чутливі, сентиментальні, естетичні, замріяні, тактовні, розсудливі та врівноважені. Це скоріше жіночий тип характеру. Ви дуже вимогливі до своїх морально-етичних якостей, вас відрізняє благородство та совісність. Хоча ви і любите спілкуватися, у вас небагато друзів, ви більше схильні до самотності, можна сказати, що ви інтроверт. Достатньо працелюбні, але рішення приймаєте важко. Любите мріяти та фантазувати, рідко живете теперішнім. Зостаєтеся вірним своїм звичкам, не любите змін. Якщо не можете чогось досягти, легко стаєте обережним та відлюдькуватим.

Голуб на початку вашого списку вказує на серйозність, акуратність, поблажливість, конформність, невпевненість у собі, сором'язливість, залежність. Ви схильні звинувачувати себе, частіше за все несправедливо. Прагнете гармонії, злагоди, співчуття, намагаєтесь уникати конфліктів та боротьби, схильні поступатися. Вам властиві такі риси, як миролюбство та дружелюбність. Довго переживаєте невдачі, тривожні, схильні довго відчувати провину, емоційно нестабільні. Більше реагуєте на негативні стимули.

Мишу на першому місці ставлять люди обережні, тривожні, залежні та пасивні. Ви потребуєте турботи, опіки, захисту. На небезпеку реагуєте пасивно-оборонною реакцією, можливий комплекс неповноцінності, дитячі форми поведінки, відмова від пошуку. Вам інколи хочеться щезнути, ви відмовляєтесь від боротьби та опору. Можливо, у вас занижка самооцінка, ви відчуваєте слабкість та провину, не сприймаєте себе позитивно, дуже самокритичні. Вам потрібен відпочинок на самоті. Якщо мишу підкреслено двома рисками, така людина "ховається за хворобою", прагне бути маленькою, щоб нею опікувалися, їй хронічно недостатньо спокою, відпочинку, вона відчувається винною, приниженою та самотньою.

Якщо на першому місці у вас **ящірка**, ви відчуваєте тривогу та глобальну невпевненість у собі. Ви людина невірноважена, імпульсивна та проворна, дещо легковажна та безвідповідальна, іноді вдається до лестоців та хитроців. Вам не завадить трохи самоорганізації, інакше ви завжди будете підлеглим. Якщо вам здалося, що ви схожі на ящірку, ви відчуваєте емоційну напругу, у вас дуже низька здібність до саморегуляції, ви невірноважені та збудливі. Якщо хотіли б бути схожим на ящірку – ви скоріше за все дезадаптовані, відчуваєте негативний емоційний стан, тривогу, смуток, навіть відчай.

Алгоритм роботи з методикою "Конструктивний малюнок чоловічків з геометричних фігур"

Історична довідка: ця методика була запропонована графологом із Сан-Франциско Е. Махоні. У вітчизняній літературі зустрічається модифікація даного тесту, розроблена А. В. Лібіним (ТІГР – від Тест Ідеографічний). Відмічена висока змістовна валідність даного тесту.

ПЛАНУВАННЯ

Мета та задачі: виявлення індивідуально-типологічних відмінностей та характерологічних рис особистості.

Контингент, вікові категорії: аудиторія респондентів не обмежена, методика може бути використана як для діагностики молодших школярів, так і для дорослих.

Строки проведення: у будь-який період навчального року, наприклад, можна провести методику у лютому-березні.

ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

Матеріали та обладнання: аркуш паперу, ручка або олівець.

Інструкція. "Підпишіть аркуш – ваше ім'я та прізвище, вік, сьогоднішнє число. Ваше завдання таке: намалюйте чоловічка з десяти геометричних фігур – трикутника, квадрата (прямокутника) і кружечка (овалу). Можна збільшувати або зменшувати ці фігури в розмірі, накладати одну на одну. Необхідно виконати три малюнки підряд. Виконуйте, будь ласка!".

Процедура тестування. Слідкуйте, щоб діти дотримувались інструкції. Коли чоловічки будуть намальовані, нехай кожен обов'язково перевірить загальну кількість витрачених геометричних фігурок – їх в кожному малюнку повинно бути рівно 10 (зайві закреслювати, домальовувати ті, яких недостатньо).

Результат записується у вигляді тризначних чисел: сотні – кількість трикутників, десятки – кількість кругів, а одиниці – кількість квадратів.

ОБРОБКА ТА ОЦІНКА РЕЗУЛЬТАТІВ

Інтерпретація. *Перший малюнок є домінуючим типом, другий наявний як стан, третій – вказує на майбутні перспективи. Докладний опис типології малюнків дивіться в аналітичній довідці.* При інтерпретації результатів рекомендується враховувати наступні особливості малюнків: наявність шиї – можлива надмірна ранимість людини; наявність вух – добре розвинена здатність слухати; на голові капелюх у вигляді квадрата або трикутника: якщо в трьох малюнках – можлива ціла смуга скутого положення; кишень на тілі людини – можливі думки про дітей або опікування ними; наявність кружечка на тілі – необхідність давати комусь розпорядження; повністю промальоване обличчя – ознака добре розвинутої товариськості та інтересу до співбесідника; лише рот на обличчі – можливо, ця людина любить поговорити; один лише ніс – людина, яка добре вловлює запахи, любить парфуми.

ФІКСАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ

Знадобиться список класу, бланк протоколу дослідження, ручка. Заповніть паспортну частину бланку. У результативній частині протоколу по черзі зазначте домінуючий тип кожної дитини (орієнтуватися слід на перший малюнок). У графі "Всього" можна відмітити загальну кількість осіб кожного типу.

АНАЛІТИЧНА ТА КОНСУЛЬТАТИВНА РОБОТА

Форма вже містить докладну характеристику кожного типу, потрібно лише вказати прізвища учнів відповідно до зазначеного типу особистості. Аналітична довідка є одночасно і консультативною: використовується як основа для індивідуальної та групової консультації, а також для виступу на батьківських зборах, педраді, психолого-педагогічному консилиумі (за потребою).

У плануванні корекційно-відновлювальної роботи потреби немає.

ЗАПОВНЕННЯ ОБЛІКОВО-ЗВІТНОЇ ДОКУМЕНТАЦІЇ

Інтерпретація результатів

I тип – "керівник" (901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 613, 622, 631, 640). Ці люди звичайно мають схильність до керівної діяльності, характерна наявність організаторських і ораторських здібностей, можуть

володіти даром хороших оповідачів. Яскраво виражена цілеспрямована поведінка характеризує їх як лідерів. У них особливо розвинене почуття власної гідності, що іноді переходить в сильне самолюбство і зарозумілість. Стійкі до стресу, проте в досягненні мети можуть не зважати на своє здоров'я. Добре адаптуються в соціальній сфері, орієнтовані на соціально значущі норми поведінки; їх воля і енергія помітні всім, оскільки це їх найяскравіші якості; їх твердість, наполегливість, витримка і самовладання ставить їх у центр уваги навколишніх людей. Здатність до енергійної і тривалої напруги, до боротьби за свої інтереси, самовладання і опору сприяють тому, що такі люди звичайно стають талановитими адміністраторами, представниками виконавчої влади, керівниками підприємств.

II тип – "відповідальний виконавець". (505, 514, 523, 532, 541, 550).

Людей такого типу можна зустріти серед власників торгових і промислових підприємств, управителів банків і т. п. Володіють багатьма рисами попереднього типу, проте часто вагаються в ухваленні важливих рішень. Даний тип більше орієнтований на вміння "робити справу", ці люди вимогливі до себе і до інших, дуже відповідальні, спокійні і стримані, високо цінують правоту. Справу роблять поволі, але правильно, з великою акуратністю, економні і бережливі, не схильні ризикувати.

Через підвищену вимогливість до себе можуть працювати, не помічаючи втоми, підриваючи тим самим своє здоров'я. Тому їм необхідно ретельно стежити за дотриманням режиму праці і відпочинку. Це такі учні:

III тип – "тривожно-боязкий" (406, 415, 424, 433, 442, 451, 460).

Характеризується різноманітністю здібностей – від тонких ручних навичок до літературної обдарованості. Але, незважаючи на велику кількість талантів, часто сумнівається у своїх силах і потребує м'якого підбадьорювання. Приділяє велику увагу порядку і чистоті, конфліктує через бруд і безладдя з іншими людьми.

Відрізняється підвищеною вразливістю і часто необґрунтовано сумнівається в собі. Для людей цього типу характерні заняття мистецтвом, хобі мають істотне значення, мистецтву вони віддають велику частину свого часу, навіть

можуть несподівано поміняти свою професію. Відрізняються спостережливістю, багатою фантазією, живою сприйнятливістю, розвиненою уявою. Згідно з результатами тестування – це

IV тип – "вчений" (307, 316, 325, 334, 343, 352, 361, 370). Ці люди можуть абстрагуватися від реальності, робити цікаві теоретичні узагальнення, як правило, схильні до ясного, послідовного мислення. Здібні до встановлення закономірностей, зв'язків і відносин між тим, що відбувається. Володіють душевною рівновагою і раціонально продумують свою поведінку, крім того, артистичні.

Такого роду здібності допомагають їм зайняти гідне місце в різних галузях діяльності (політика, педагогіка, наука, бізнес і ін.). Представники цього типу часто займаються синтетичними видами мистецтва – кіно, цирк, театр, мультиплікація.

Ці риси виявлені у

V тип – "інтуїтивний" (208, 217, 226, 235, 244, 253, 262, 271, 280). Такі люди володіють яскравою образною уявою, підвищеною чутливістю нервової системи і, внаслідок цього, її високим виснаженням. Часто турбуються про оточуючих, навіть на шкоду собі. Краще працюють, перемикаючись з одного виду діяльності на інший, нерівномірно, "ривками", під впливом захоплення. Володіють технічними навичками, багато що вміють робити своїми руками. У них переважає внутрішній самоконтроль, проте ці люди непрактичні в грошових питаннях. Вони добрі і поблажливі, активні і товариські, але іноді втомлюються від спілкування і віддаляються. Разом із тим багато хто тяжіє до суспільної діяльності, володіє тактом і спостережливістю, уміє організовувати людей. Швидко міркують, у них розвинена інтуїція. Крім того, серед них багато колекціонерів, вони працелюбні і акуратні, прагнуть до економії і порядку. Ці люди багато читають, допитливі, прагнуть поділитися знаннями з тими, що їх оточують. Тому серед них багато педагогів, психологів, професорів.

VI тип – "винахідник, конструктор, художник" (109, 118, 127, 136, 145, 019, 028, 037, 046). Люди даного типу володіють "технічною жилкою", багатою уявою, просторовим баченням, схильні до конструювання, винахідництва. Більше орієнтовані на наочну діяльність, емоційні, одержимі власними ідеями;

їх творчість виявляється і в інтелектуальній сфері. Володіють гарною пам'яттю, спостережливістю. Факти для них мають більшу цінність, ніж міркування, теорії і навіть суб'єктивні переживання. Можуть помилятися в області відносин, оскільки часто виходять з належного, а не з реального; їх воля і енергія спрямовуються на матеріалізацію ідей, винаходи, раціоналізацію, перевлаштування технічних об'єктів. Живуть своїми моральними і соціальними нормами, не приймають ніяких дій зі сторони, окрім самоконтролю. Володіючи великою працездатністю, вони часто добиваються значних результатів у вибраній діяльності. Скоріше за все, це .

VII тип – "емотивний" (550, 451, 460, 352, 361, 370, 253, 262, 271, 280, 154, 163, 172, 181, 190, 055, 064, 073, 082, 091). Ці люди володіють підвищеним співпереживанням у відношенні до інших людей, вони м'які і добросерді. Якісь неприємні події або звістки можуть надовго збити їх з пантелику. Так співпереживають, що на це йде багато власної енергії і не залишається сил на реалізацію своїх можливостей. Відрізняються сильною емоційною пам'яттю, глибиною і стійкістю відчуттів, теплотою, чуйністю, здатні до самопожертви; їх милосердя часто не знає меж. Через скромність приховують і зменшують свої заслуги, не розраховуючи на похвалу оточуючих. Покірні, чуйні і делікатні, вони не в змозі ні самі ображатися, ні образити іншого. Але можуть бути і непохитними, якщо справа стосується їх особистих переконань. Діяльні й енергійні при здійсненні своїх ідей. За результатами дослідження, це

VIII тип – протилежний емотивному (неемотивний) (901, 802, 703, 604, 505, 406, 307, 208, 109). Ці люди відчувають співчуття до інших, проте дотримуються жорстких, деколи надмірних вимог. Вони, як правило, проявляють свою владність, навіть грубість – це їхні засоби самоствердження. Вони не соромляться "тиснути" на людей. Прагнуть будь-якою ціною піднятися, зробити кар'єру, для чого можуть користуватися хитрістю, лицемірством і виверткістю. Володіючи вразливим самолюбством, у найпростіших і безневинних жартах можуть побачити образу, насмішку або знущання, при цьому можуть бути мстивими.

Тест "Два будиночки"

Мета: визначити міжособистісні відносини в дитячому колективі.

Для проведення тесту потрібен лист паперу, на якому малюють два будиночки. Один з них більший – червоного кольору, інший трохи менший – чорного кольору. Як правило, цей малюнок не заготовляють заздалегідь, а роблять на очах у дитини чорним і червоним олівцями.

Інструкція: "Подивися на ці будиночки. Уяви собі, що червоний будиночок належить тобі, в нім багато красивих іграшок, і ти можеш запросити до себе всіх, кого захочеш. А в чорному будиночку іграшок зовсім немає. Подумай і скажи, кого з дітей свого класу ти запросив би до себе, а кого поселив би в чорному будиночку".

Дорослий записує, хто, де поселиться, потім питає, чи не хоче дитина поміняти кого-небудь місцями, чи не забув кого-небудь.

Аналіз результатів:

Інтерпретуючи результати тесту, слід звернути увагу на те, скільки дітей дитина помістила в червоному і чорному будиночках, відносно кого з дітей групи зроблений позитивний, а відносно кого негативний вибір. Для кожної дитини рахують число позитивних (кількість балів із знаком "+") і негативних виборів (кількість балів із знаком "мінус") з боку інших дітей групи, потім з більшого віднімають менше і ставлять знак більшого числа.

+4 і більш за бали – "соціометричні зірки", це зовні привабливі, достатньо упевнені в собі діти, які мають авторитет в групі однолітків, вони лідирують в іграх, з ними охоче дружать інші діти.

від +1 до +3 балів (виборів із знаком "мінус" немає) – ці діти віддають перевагу іграм і спілкуванню з постійним обмеженням довкола друзів (або одним постійним іншому), при цьому з іншими дітьми вони майже не конфліктують, у своїй маленькій групі можуть бути лідерами.

від –2 до +2 балів (сума складається з "+" і "мінусів") – активні, рухливі, достатньо товариські, але нерідко конфліктні діти, вони легко вступають в гру,

але також легко сваряться і відмовляються грати, часто ображаються і кривдять інших, проте легко забувають образи.

0 балів (вибори із знаком "+" і "мінус" відсутні) – цих дітей просто не помічають, їх як би немає в групі, як правило, це тихі, малоактивні діти, які грають наодинці і не прагнуть до контактів з однолітками; найчастіше такі результати отримують діти, які часто хворіють і ті, хто недавно прибув в групу.

–1 і менш балів – це діти, яких відкидають однолітки, нерідко вони зовні мало привабливі або мають явно виражені фізичні дефекти; знервовані, надмірно конфліктні, негативно настроєні по відношенню до інших дітей.

Особливу увагу слід звернути на тих дітей, які основну масу однолітків відправляють в чорний будиночок, залишаючись наодинці, або оточують себе дорослими. Як правило, це або дуже закриті, нетовариські діти, або конфліктні, такі, що встигли посваритися майже зі всіма.

Соціометричне дослідження

Цілі та задачі:

- визначити психологічний статус і роль кожного члена групи, його сильні та слабкі сторони;
- визначити ієрархію статусів у найважливіших сферах діяльності шкільного колективу;
- визначити неформальних лідерів;
- використовується при роботі з кадрами, а також у виборах та перевиборах керівництва.

Методика Д. Морено може використовуватися для дослідження шкільних колективів

3—11-х класів у різних модифікаціях (для дітей початкової та старшої школи запитання можуть бути по-різному сформульовані, можуть бути змінені категорії дослідження, але принцип методики залишається незмінним).

Соціометрична анкета

1. Хто з однокласників, на твою думку, має явні організаторські здібності?
2. Хто для тебе в класі є взірцем у відношенні до навчання?
3. Кому з однокласників ти міг би довірити будь-яку таємницю?
4. Кому можна довірити велику суму грошей на зберігання?
5. Кого із дівчат та хлопців класу ти покликав би на день народження?
6. З ким би ти порадився, опинившись у скрутному становищі?
7. Хто, на твою думку, зміг би стати капітаном спортивної команди вашого класу?
8. Хто завжди виглядає охайно, акуратно, слідує за модою?
9. Хто зміг би стати капітаном команди КВК вашого класу?
10. Хто серед твоїх однокласників найбільш працьовитий та завзятий?

Аналіз результатів

Дата, Брало участь (за обліком _____), в т. ч. хлопчиків __, дівчаток ____ .

Психологічний інструментарій: модифікована версія методики Д. Морено.

Мета дослідження: визначення внутрішньогрупових взаємодій між учнями класу, а також визначення статусу й ролі кожного учня в класному колективі.

Методика містить у собі 10 запитань, що стосуються наступних категорій.

- 1) організаторські здібності;
- 2) навчання;
- 3) довіра;
- 4) матеріальна довіра;
- 5) дружба;
- 6) авторитет;
- 7) спорт;
- 8) акуратність, зовнішній вигляд;
- 9) гумор;
- 10) працьовитість.

У системі неформальних відносин кожний має певний психологічний статус – це міра любові й поваги, якою користується людина (дитина).

Однак варто пам'ятати, що це результат лише на сьогоднішній день і що статус кожного залежить винятково від його особистих зусиль.

Отримана інформація може бути інформацією до роздумів, а також стимулом для самовиховання й самовдосконалення, тому що наші психологічні статуси завжди в динаміці, й не виключено, що сьогоднішні аутсайтери завтра виявляться в позиції лідерства. Завдання кожного класного керівника – створити в групі такі умови, щоб усі знайшли своє місце, підвищили свій статус і звернули на себе увагу. Необхідно створювати ситуації успіху для кожного, допомагаючи дітям розкритися й виявити свої кращі сторони.

Універсальний лідер (_ % виборів), у т. ч. за категоріями:

Інструментальне лідерство:

Переважаючі, тобто особи, що мають позитивний психологічний статус (більше 25 % виборів):

Аутсайтери – особи, що мають психологічний статус (ігноровані) – менше 25 % виборів:

Такий статус може бути через:

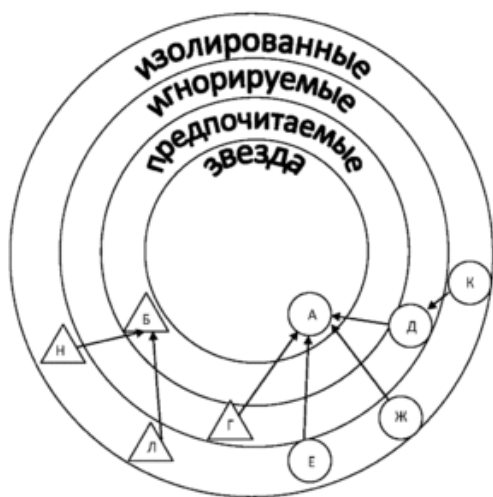
- усвідомлену позицію;
- характерологічні особливості.

Ізольовані – особи з негативним психологічним статусом, що одержали 0 виборів:

Цим дітям необхідно допомогти звернути на себе увагу класу, знайти свою нішу в класному колективі.

На підставі даних дослідження можна зробити наступні висновки:

1. У соціометричній структурі класного колективу лідерів - %, переважаючих – %, аутсайдерів -%, ізольованих -%.
2. Виявлені мікрогрупи: серед хлопчиків серед дівчаток
3. Універсальний лідер класу —
4. серед хлопців лідирує – , серед дівчат лідирує –



Соціограма

- Хлопчики односторонній вибір 

- дівчатка взаємний вибір 

У результаті проведення соціометрії можна оцінити рівень благополучності взаємин в

групі в цілому. Рівень благополуччя вважається:

-високим, якщо "зірок" і "переважаючих" в сумі більше, ніж "аутсайдерів" та "ізолюваних".

-середнім, якщо ці показники рівні;

-низьким, якщо "зірок" і "переважаючих" менше, ніж "аутсайдерів" та "ізолюваних"..

Протокол соціометричного дослідження дітей ____ групи

Дата ____ 201 року. За обліком ____ дітей. Брало участь у дослідженні ____

№	Прізвища	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
Всього виборів, у т.ч. за категоріями																
Всього взаємовиборів																

Шкала соціально-ситуативної тривожності Кондака

Інструкція: "На наступних сторінках перераховані ситуації, які Вам часто трапляються в житті. Деякі з них можуть бути для Вас неприємними, оскільки вони викликають тривогу, занепокоєння, хвилювання чи страх. Уважно прочитайте кожне речення і обведіть кружечком одну з цифр справа – 0, 1, 2, 3, 4 – в залежності від того, наскільки ця ситуація для Вас неприємна, наскільки вона може викликати у Вас тривогу, занепокоєння, побоювання або страх.

Якщо ситуація зовсім не здається Вам неприємною, обведіть цифру 0. Якщо вона дещо хвилює, непокоїть Вас, обведіть цифру 1. Якщо ситуація досить неприємна та викликає таке занепокоєння, що Ви б надалі хотіли уникнути її, обведіть цифру 2. Якщо вона для Вас дуже неприємна і викликає сильне занепокоєння, тривогу, страх, обведіть цифру 3. Якщо ситуація для Вас дуже неприємна, викликає у Вас дуже сильне занепокоєння, дуже сильний страх, обведіть кружечком цифру 4.

Перегорніть сторінку.

На другій сторінці бланку інструкція продовжується:

Що означає кожна цифра, написана зверху і внизу сторінки.

Отже, Ваше завдання – уявити собі якомога краще кожен ситуацію і обведенням кружком однієї з цифр визначити, наскільки вона може викликати у Вас тривогу, занепокоєння, побоювання або страх".

№	Ситуація	Ні	Дещо	Достатньо	Значно	Дуже
1	Перейти в нову школу	0	1	2	3	4
2	Відповідати біля дошки	0	1	2	3	4
3	Піти в дім до незнайомих людей	0	1	2	3	4
4	Брати участь у змаганнях, конкурсах, олімпіадах	0	1	2	3	4
5	Розмовляти з директором школи	0	1	2	3	4
6	Думаєш про своє майбутнє	0	1	2	3	4

7	Вчитель дивиться по журналу, кого опитати	0	1	2	3	4
8	Тебе критикують, в чомусь докоряють	0	1	2	3	4
9	На тебе дивляться, коли ти що-небудь робиш (спостерігають за тобою під час роботи, рішення задачі)	0	1	2	3	4
10	Пишеш контрольну роботу	0	1	2	3	4
11	Після контрольної вчитель називає оцінки	0	1	2	3	4
12	На тебе не звертають уваги	0	1	2	3	4
13	У тебе щось не виходить	0	1	2	3	4
14	Чекаєш батьків з батьківських зборів	0	1	2	3	4
15	Тобі загрожує неуспіх, провал	0	1	2	3	4
16	Чуєш за своєю спиною сміх	0	1	2	3	4
17	Складаєш екзамени в школі	0	1	2	3	4
18	На тебе сердяться (незрозуміло чому)	0	1	2	3	4
19	Виступати перед великою аудиторією	0	1	2	3	4
20	Передує важлива, вирішальна справа	0	1	2	3	4
21	Не розумієш пояснень вчителя	0	1	2	3	4
22	З тобою не погоджуються, суперечать тобі	0	1	2	3	4
23	Порівнюєш себе з іншими	0	1	2	3	4
24	Перевіряються твої здібності	0	1	2	3	4
25	На тебе дивляться, як на маленького	0	1	2	3	4
26	На уроці вчитель неочікувано задає тобі питання	0	1	2	3	4

27	Замовкли, коли ти підійшов (підійшла)	0	1	2	3	4
28	Оцінюється твоя робота	0	1	2	3	4
29	Думаєш про свої справи	0	1	2	3	4
30	Тобі потрібно прийняти важливе для себе рішення	0	1	2	3	4
31	Не можеш впоратись з домашнім завданням	0	1	2	3	4

Як видно з тексту, методика включає ситуації трьох типів:

1. ситуації, пов'язані зі школою, спілкуванням з вчителем;
2. ситуації, які аналізують уявлення про себе;
3. ситуації спілкування.

Відповідно види тривожності, які виявляються за допомогою цієї шкали, позначені: шкільна, самооціночна, міжособистісна. Дані про розподіл пунктів шкали представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Вид тривожності	Номер пункту шкали
Шкільна	1, 4, 6, 9, 10, 13, 16, 20, 25, 30
Самооціночна	3, 5, 12, 14, 19, 22, 23, 27, 28, 29
Міжособистісна	2, 7, 8, 11, 15, 17, 18, 21, 24, 26

Звичайно, поділ шкал на окремі частини досить умовний. Очевидно, наприклад, що багато представлених в ній ситуацій спілкування також актуалізують уявлення про себе, шкільні ситуації можуть бути інтерпретовані як ситуації спілкування з дорослими, значущими іншими тощо. Проте подібне виділення, як показує аналіз, виявляється продуктивним з точки зору завдань корекції: воно дозволяє досить точно локалізувати зону порушення і тим самим цілеспрямовано побудувати програму зняття тривожності. Обробка матеріалу

не складає труднощів. Відповідь на кожний пункт шкали оцінюється кількістю балів, які відповідають обведеним, при відповіді на нього, цифрі. Підраховується загальна сума балів окремо по кожному розділу шкали і по шкалі загалом. Отримані результати інтерпретуються як показники рівнів відповідних видів тривожності, показники по всій шкалі – загального рівня тривожності.

В таблиці 2 представлені стандартні дані, які дозволяють охарактеризувати показники рівня тривожності в різних статеві-вікових групах.

Таблиця 2

Рівень тривожності	Група учнів		Рівень різних видів тривожності (в балах)			
	клас	стать	загальна	шкільна	самооціночна	міжособистісна
Нормальний	9	дів.	30-62	7-19	11-21	7-20
		юн.	17-54	4-17	4-18	5-17
	10	дів.	17-54	2-14	6-19	4-19
		юн.	10-48	1-13	1-17	3-17
	11	дів.	36-62	5-17	12-23	5-20
		юн.	23-47	5-14	8-17	5-14
Дещо підвищений	9	дів.	63-78	20-25	22-26	21-27
		юн.	55-73	18-23	19-25	18-24
	10	дів.	55-72	15-20	20-26	20-26
		юн.	49-67	14-19	18-26	18-25
	11	дів.	63-76	18-23	24-29	21-28
		юн.	48-60	15-19	18-22	15-19
Високий	9	дів.	9-94	26-31	27-31	28-33
		юн.	74-91	24-30	26-32	25-30
	10	дів.	73-90	21-26	27-32	27-33
		юн.	68-86	20-25	27-34	26-32

Рівень тривожності	Група учнів		Рівень різних видів тривожності (в балах)			
	клас	стать	загальна	шкільна	самооціночна	міжособистісна
		дів.	77-90	24-30	30-34	29-36
		юн.	61-72	20-24	23-27	20-23
Дуже високий	9 10 11		Більше 94	Більше 31		
			Більше 91	Більше 30	Більше 31	Більше 33
		дів.	91	30	Більше 31	Більше 33
		юн.	Більше 90	Більше 26	Більше 32	Більше 30
		дів.	90	26	Більше 32	Більше 33
		юн.	Більше 86	Більше 25	Більше 34	Більше 32
		дів.	86	25	Більше 34	Більше 36
		юн.	Більше 90	Більше 30	Більше 27	Більше 23
			Більше 72	Більше 24		
			Менше 30			
"Надмірний спокій"	9 10 11		Менше 17	Менше 7	Менше 11	Менше 7
		дів.	17	Менше 4	Менше 4	Менше 5
		юн.	Менше 17	Менше 2	Менше 6	Менше 4
		дів.	17	2	6	4
		юн.	Менше 10	-	-	Менше 3
		дів.	10	Менше 5	Менше 12	Менше 5
		юн.	Менше 35	Менше 5	Менше 8	Менше 5
			Менше 23			
			Менше 30			
			Менше 17	Менше 7	Менше 11	Менше 7

Обмеження, пов'язані із застосуванням шкали, як і інших методів опитування, обумовлені залежністю відповідей школяра від наявності у нього бажання відповідати, довіри до психолога, щирості. Це означає, що шкала в першу чергу виявляє тих учнів, які не просто відчувають тривожність, але й вважають за необхідне "повідомити" про це. Досвід роботи показує, що часто високі бали по шкалі виступають своєрідним "криком про допомогу" і, навпаки, за "надмірним спокоєм" може приховуватися підвищена тривога, про яку учень, в силу різних причин не хоче повідомляти оточуючим (цікаво, що останнє, наскільки можна судити за отриманими результатами, зазвичай проявляється у надзвичайно низьких оцінках проявів тривоги – сумарний бал по шкалі не перевищує 2). Зі сказаного зрозуміло, що шкала не повністю забезпечує виявлення тривожності учнів, перш за все, внаслідок великої кількості різноманітних "захисних" тенденцій, починаючи з елементарних (небажання розкриватися перед "сторонньою" людиною) до найскладніших захисних механізмів. Окрім цього, шкала не виявляє тривожності, яка жорстко не пов'язана з певними об'єктами.

Методика незакінчених речень Філіпа

Для роботи учням пропонується бланк, де проставляються необхідні відомості про школяра, міститься інструкція і список речень.

Інструкція: "Закінчіть надруковані нижче речення. Робіть це якомога швидше. Якщо якесь речення здається Вам важким і Ви не зможете відразу придумати йому закінчення, поставте перед ним галочку і поверніться до нього в кінці роботи".

1. Майбутнє здається мені ...
2. Коли я порівнюю себе з іншими ...
3. Інколи мені здається, що я ...
4. Боюсь, що ...
5. Дуже хочу, щоб ...
6. Більш за все мені заважає ...
7. Якби було можна ...
8. Зазвичай я ...
9. Мене охоплює сильна тривога ...
10. Майбутні труднощі ...
11. Зі мною ...
12. Мені не вистачає ...
13. Я хвилююсь, коли ...
14. Я був би задоволений, якби ...
15. Я нерідко ловлю себе на тому ...
16. Я майже ніколи ...
17. Коли мені щастить, я ...
18. Мені дуже важко ...
19. Хотілось би мені перестати боятися ...
20. Я не можу ...
21. Можливі невдачі ...
22. Мої бажання і мрії ...
23. Часто я не помічаю ...

24.Коли мені доводиться чекати ...

25.Я дуже непокоюсь ...

Усі речення, які входять до складу методики, поділяються на дві нерівні частини. П'ять речень (№ 4, 9, 13, 19 та 25) спрямовані на виявлення об'єктів, області дійсності, які викликають тривогу. Тут особливий інтерес викликає коло цих об'єктів, їх повторюваність. Важливими показниками виступають пропуск не менше трьох з цих речень і ставлення перед ними "галочки", яка свідчить, згідно з інструкцією, що речення виявилися для учня важкими. Ці показники характеризують дане коло питань афективно значуще для школярів, вказують на особливу напруженість у цій сфері. Вони можуть свідчити про суттєве емоційне неблагополуччя школяра, про непродуктивні спроби подолати цю тривогу шляхом її заперечення. Для аналізу цих випадків необхідна спеціально організована бесіда з учнем.

Решта речень оцінюється за трибальною системою в залежності від міри вираженості у ньому тривожності (чи окремих її симптомів). Цей спосіб оцінки дуже часто використовується при роботі з методиками такого типу (див., наприклад, В.М. Блейхер, Л.Ф. Бурлачук). У таблиці 3 наводяться приклади оцінки деяких відповідей.

Підраховується загальна сума балів, отриманих за 20 речень (№ 1-3, 5-8, 10-12, 14-18, 20-24). Про наявність тривожності можна говорити у тих випадках, коли ця сума перевищує: у дівчат 25, у хлопців – 22 бали.

Як і при аналізі шкали тривожності, при інтерпретації результатів необхідно враховувати, яке об'єктивне становище школяра в найбільш значущих областях діяльності та спілкування.

На увагу заслуговують також ті учні, які набрали за всіма 20 реченнями незначну кількість балів (дівчата – не більше 5, юнаки – 2), особливо, коли це відбувається на фоні очевидного об'єктивного неблагополуччя школяра і супроводжується запереченням переживання страху, тривоги у відповідь на відповідні початки речень (наприклад, речення №4 "Боюсь, що ..." закінчується: "Я нічого не боюсь", речення № 9 "Мене охоплює сильна тривога ..." – "Не знаю, що це таке" тощо). Усе це з високою вірогідністю свідчить про недоліки в особистісному розвитку школяра: про наявність у нього

нечутливості до реального неблагополуччя, закритості для досвіду, які носять захисний характер і перешкоджають його повноцінному формуванню.

Корисну додаткову інформацію, а саме про основні проблеми учня, наявність і характер конфліктів, можна отримати в процесі якісного аналізу відповідей. Показовими тут також є пропуски відповідей і початку тих речень, які викликали у школяра труднощі (тобто тих, перед якими він поставив "галочку"). Усі ці дані можуть бути використані розробки схеми бесіди з учнями.

Приклад

№	Речення	Відповідь	Оцінка
1	Майбутнє здається мені ...	Чорною дірою; чимось безрадісним Туманним Радісним, світлим; неясним	2 1 0
3	Інколи мені здається, що я ...	Зовсім ні на що не здатний; остання людина Маленький та слабкий; роблю багато помилок Здатний багато робити у житті; не гірший і не кращий, ніж інші	2 1 0
11	Зі мною ...	Завжди багато нещасть; дуже нудно розмовляти Інколи важко мати справу – я злюсь через дрібниці; відбувалось мало цікавого Часто трапляються симпатичні пригоди; завжди мої друзі	2 1 0
24	Коли мені доводиться чекати ...	Дуже нервую, не знаходжу собі місця Мені неприємно, хочеться, щоб це швидше закінчилось Я стараюсь, щоб час не витрачався марно; придумую собі справу	2 1 0

Визначення спрямованості особистості

Тест

Пропонуємо низку тверджень. Якщо Ви згодні з висловленням, то в бланку для відповідей поставте під його номером "+", якщо ні, то "-". Для визначення особистісної спрямованості потрібно використовувати орієнтаційну анкету, вперше опубліковану Б. Бассом у 1967 р. Анкета складається з 27 пунктів-суджень, для кожного з яких можливі три варіанти відповіді, що відповідають трьом видам спрямованості особистості. Респондент повинен вибрати одну відповідь, що найбільше виражає його думку або відповідає реальності, і ще одну, яка, навпаки, найбільш далека від його думки або ж найменш відповідає реальності. Відповідь "найбільше" одержує 2 бали, "найменше" – нуль. Невибрана відповідь – 1 бал. Бали, набрані за всіма 27 пунктами, підсумовують для кожного виду спрямованості окремо.

За допомогою методики виявляють такі спрямованості:

1. Спрямованість на себе (Я) – орієнтація на пряму винагороду й задоволення безвідносно до роботи й співробітників, агресивність у досягненні статусу, владність, схильність до суперництва, дратівливість, тривожність, інтровертність.

2. Спрямованість на спілкування (ОС) – прагнення за будь-яких умов підтримувати відносини з людьми, орієнтація на спільну діяльність, але часто на шкоду виконанню конкретних завдань або наданню щирої допомоги людям, орієнтація на соціальне схвалення, залежність від групи, потреба в прихильності й емоційних відносинах з людьми.

3. Спрямованість на роботу (Д) – зацікавленість у вирішенні ділових проблем, виконання роботи якнайкраще, орієнтація на ділове співробітництво, здатність відстоювати в інтересах справи власну думку, що корисно для досягнення спільної мети.

Інструкція: Запитальник складається з 27 пунктів. Для кожного з них можливі три варіанти відповіді: А, Б, В.

1. З відповідей на кожен пункт виберіть ту, яка найкраще виражає Вашу позицію щодо питання. Можливо, що якісь із варіантів відповідей здадуться Вам рівноцінними. Проте ми просимо Вас відібрати з них тільки один, а саме той, котрий найбільшою мірою відповідає Вашій думці й найбільш вартісний для Вас. Букву, якою позначена відповідь (А, Б, В), напишіть на аркуші для запису відповідей поруч із номером відповідного пункту (1–27) під рубрикою "найбільше".

2. Потім з відповідей на кожен пункт виберіть ту, що найменше відповідає Вашій позиції. Букву, якою позначена відповідь, знову напишіть на аркуші для запису відповідей поруч із номером відповідного пункту, у стовпчику під рубрикою "найменше".

3. Отже, для відповіді на кожне питання Ви використаєте дві букви, які й запишіть у відповідні стовпчики. Інші відповіді ніде не записуються. Намагайтеся бути максимально правдивим. Серед варіантів відповіді немає "гарних" або "поганих", тому не намагайтеся вгадати, яка з відповідей є "правильною" або "кращою" для Вас.

1. Найбільше задоволення одержую від:

- а) схвалення моєї роботи;
- б) усвідомлення того, що робота виконана добре;
- в) усвідомлення того, що мене оточують друзі.

2. Якби я грав у футбол (волейбол, баскетбол), то прагнув би бути:

- а) тренером, який розробляє тактику гри;
- б) відомим гравцем;
- в) обраним капітаном команди.

3. На мою думку, кращим педагогом є той, хто:

- а) цікавиться учнями та має до кожного індивідуальний підхід;
- б) зацікавлює своїм предметом так, що учні з задоволенням вивчають цей предмет;

в) створює в колективі таку атмосферу, у якій кожен учень може висловити свою думку.

4. Мені подобається, коли люди:

- а) радіють за виконану роботу;
- б) із задоволенням працюють у колективі;
- в) прагнуть виконати свою роботу краще за інших.

5. Я бажав би, щоб мої друзі:

- а) були доброзичливими та допомагали людям, коли це необхідно;
- б) були вірними та відданими мені;
- в) були розумними та цікавими.

6. Кращими друзями я вважаю тих:

- а) із ким маю добрі стосунки;
- б) на кого завжди можна покластися;
- в) хто може багато досягти в житті.

7. Найбільше мені не подобається:

- а) коли в мене щось не виходить;
- б) коли розладнуються стосунки з товаришами;
- в) коли мене критикують.

8. На мою думку, дуже погано, коли педагог:

- а) приховує свої антипатії до деяких учнів, насміхається та дражнить їх;
- б) викликає дух суперництва в колективі;
- в) недостатньо добре знає предмет, який викладає.

9. У дитинстві мені найбільше подобалося:

- а) проводити час із друзями;
- б) відчуття виконаної справи;
- в) коли мої вчинки схвалювали.

10. Я бажав би бути схожим на тих, хто:

- а) досягнув успіху в житті;
- б) справді закоханий у свою справу;
- в) відзначається доброзичливістю і товариськістю.

11. Школа насамперед має:

- а) навчати вирішувати завдання, які ставить життя;
- б) розвивати індивідуальні здібності учнів;
- в) виховувати риси, які допомагають встановлювати стосунки з людьми.

12. Якби я мав більше вільного часу, то використовував би його:

- а) для спілкування з друзями;
- б) для відпочинку;
- в) для самоосвіти та улюблених справ.

13. Найбільших успіхів я досягаю, коли:

- а) працюю з людьми, до яких відчуваю симпатію;
- б) маю цікаву роботу;
- в) отримую винагороду за свої зусилля.

14. Мені подобається, коли:

- а) інші люди поважають мене;
- б) я відчуваю задоволення від добре виконаної роботи;
- в) я маю час приємно спілкуватися з друзями.

15. Якби про мене написали в газеті, то краще було б, щоб:

а) розповіли про якусь цікаву справу, пов'язану із навчанням, працею або спортом, у

якій я брав участь;

- б) написали про мою діяльність;
- в) обов'язково розповіли про колектив, у якому я працював.

16. Найкраще я навчаюся, коли викладач:

- а) має до мене індивідуальний підхід;
- б) може зацікавити своїм предметом;
- в) колективно обговорює проблеми, що вивчаються.

17. Для мене немає нічого гіршого за:

- а) образу власної гідності;
- б) невдачу під час виконання важливої справи;
- в) втрату друзів.

18. Найбільше я ціную:

- а) успіх;
- б) можливості спільної праці;
- в) здоровий глузд та інтуїцію.

19. Я не поважаю людей, які:

- а) вважають себе гіршими за інших;
- б) часто сваряться та конфліктують;
- в) заперечують все нове.

20. Приємно, коли:

- а) працюєш над важливою справою;
- б) маєш багато друзів;
- в) усім подобаєшся та викликаєш схвалення.

21. На мою думку, керівник повинен бути насамперед:

- а) доступним;
- б) авторитетним;
- в) вимогливим.

22. У вільний час я з цікавістю прочитав би книжки:

- а) про те, як знайти друзів та налагодити добрі стосунки з оточуючими;
- б) про життя відомих людей;
- в) про останні досягнення науки та техніки.

23. Якби в мене були здібності до музики, я бажав би бути:

- а) диригентом;
- б) композитором;
- в) солістом.

24. Я хотів би:

- а) вигадати цікавий конкурс;
- б) перемогти в конкурсі;
- в) організувати конкурс і керувати ним.

25. Для мене важливо знати:

- а) що я бажаю зробити;

- б) як досягти мети;
- в) як організувати людей для досягнення мети.

26. Людина повинна прагнути до того, щоб:

- а) інші люди схвалювали її вчинки;
- б) передусім виконувати свою справу;
- в) її не можна було б критикувати за виконану роботу.

27. Найкраще я відпочиваю у вільний час, коли:

- а) спілкуюся з друзями;
- б) переглядаю цікаві фільми;
- в) займаюся своєю улюбленою справою.

Обробка результатів. Кожна відповідь у стовпчику "Найбільш привабливо" – 2 бали, відповідь у стовпчику "Найменш привабливо" – 0 балів, відповідям, що не потрапили в жодний стовпчик – 1 бал.

Бали, набрані за всіма 27 судженнями, додаються до кожного виду спрямованості окремо за наведеним нижче ключем.

Ключ для визначення професійної спрямованості

Я С Д

- 1. а в б
- 2. б в а
- 3. а в б
- 4. в б а
- 5. б а в
- 6. в а б
- 7. а б в
- 8. в а б
- 9. а в б
- 10. а в б
- 11. б в а

12. $\bar{b} a b$

13. $b a \bar{b}$

14. $a b \bar{b}$

15. $\bar{b} b a$

16. $a b \bar{b}$

17. $a b \bar{b}$

18. $a \bar{b} b$

19. $a b \bar{b}$

20. $b \bar{b} a$

21. $\bar{b} a b$

22. $\bar{b} a b$

23. $b a \bar{b}$

24. $\bar{b} b a$

25. $a b \bar{b}$

26. $b a \bar{b}$

27. $\bar{b} a b$

Модифікація тесту – опитувальника А. Мехрабіана для вимірювання мотивації досягнення (ТМД), запропонована М.Ш. Магомед-Еміновим

Модифікація тесту-опитувальника А. Мехрабіана для вимірювання мотивації досягнення (ТМД), запропонована М.Ш. Магомед-Еміновим. ТМД призначений для діагностики двох узагальнених стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху і мотиву уникнення невдачі. При цьому оцінюється, який з цих двох мотивів у досліджуваного домінує. Методика застосовується для дослідницьких цілей при діагностиці мотивації досягнення у старших школярів і студентів. Тест є опитувальником, що має дві форми – чоловічу (форма А) і жіночу (форма Б). Інструкція

"Тест складається з ряду тверджень, що стосуються окремих сторін характеру, а також думок і почуттів з приводу деяких життєвих ситуацій. Щоб оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним із тверджень, використовуйте таку шкалу: +3 повністю згоден

+2 згоден

+1 скоріше згоден, ніж не згоден

0 нейтральний

-1 скоріше не згоден, ніж згоден

-2 не згоден

- 3 повністю не згоден

Прочитайте твердження тесту та оцініть ступінь своєї згоди (або незгоди). При цьому на бланку для відповідей проти номера твердження поставте цифру, яка відповідає ступеню вашої згоди (+3, +2, +1, 0, -1, -2, -3). Давайте ту відповідь, який першим приходить вам в голову. Не витрачайте часу на його обдумування.

При обробці результатів проводиться підрахунок балів за певною системою, а не аналіз змісту окремих відповідей. Результати тесту будуть використовуватися тільки для наукових цілей, і дається повна гарантія про нерозголошення отриманих даних. Якщо у вас виникли якісь питання, поставте їх, перш ніж виконувати тест. Тепер приступайте до роботи! "

Тест опитувальника (форма А)

1. Я більше думаю про отримання гарної оцінки, ніж боюся отримання поганої.
2. Якби я мав виконати складне, незнайоме мені завдання, то я волів би зробити його разом з ким-небудь, аніж трудитися над ним поодиноці.
3. Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнений, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, у вирішенні яких сумніваюся.
4. Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження і в успіху якої я впевнений, ніж важка справа, у якій можливі несподіванки.
5. Якби у мене щось не виходило, я скоріше доклав би всі сили, щоб з цим впоратися, ніж перейшов би до того, що в мене може добре вийти.
6. Я волів би роботу, в якій мої функції чітко визначені і зарплата вище середньої, аніж роботу з середньою зарплатою, у якій я повинен сам визначати свою роль.
7. Я витрачаю більше часу на читання спеціальної літератури, ніж художньої.
8. Я віддав би перевагу важкій, але досить важливій справі, хоча ймовірність невдачі в ній дорівнює 50%, справі достатньо важливій, але не важкій.
9. Я швидше опаную розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж рідкісні ігри, які вимагають майстерності і відомі небагатьом.
10. Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це у мене виникають непорозуміння з товаришами.
11. Якби я зібрався грати в карти, то швидше зіграв би в розважальну гру, ніж у важку, що потребує міркувань.
12. Я віддаю перевагу змаганням, де я сильніший за інших, ніж тим, де всі учасники приблизно рівні за своїми можливостями.
13. У вільний від роботи час я опаную техніку якої-небудь гри швидше для розвитку свого вміння, ніж для відпочинку і розваг.
14. Я швидше віддам перевагу зробити якусь справу так, як я вважаю за потрібне, нехай навіть з 50% ризику помилитися, ніж робити її, як мені радять інші.

15. Якби мені довелося вибирати, то я швидше вибрав би роботу, у якій початкова зарплата буде 100 дол. і може залишитися у такому розмірі невизначений час, ніж роботу, у якій початкова зарплата дорівнює 80 дол. і є гарантія, що не пізніше ніж через 5 років я буду отримувати більше 180 дол.

16. Я швидше став би грати в команді, ніж змагатися один на один.

17. Я вважаю за краще працювати не шкодуючи сил, поки не отримаю повного задоволення від отриманого результату, ніж прагнути закінчити справу швидше і з меншим напруженням.

18. На іспиті я волів би конкретні питання з пройденого матеріалу, уникаючи питань, що вимагають для відповіді висловлювання своєї думки.

19. Я швидше вибрав би справу, в якій є певна ймовірність невдачі, але є і можливість досягти більшого, ніж таку, в якій моє становище не погіршиться, але й істотно не покращиться.

20. Після успішної відповіді на іспиті я швидше полегшено зітхну ("пронесло!"), ніж порадію хорошій оцінці.

21. Якби я міг повернутися до однієї з двох незавершених справ, то я швидше повернувся б до важкої, ніж до легкої.

22. При виконанні контрольного завдання я більше турбуюся про те, як би не допустити яку-небудь помилку, ніж думаю про те, як правильно його розв'язати.

23. Якщо у мене щось не виходить, я краще звернуся до когось за допомогою, ніж стану сам продовжувати шукати вихід.

24. Після невдачі я скоріше стаю ще більш зібраним і енергійним, ніж втрачаю бажання продовжувати справу.

25. Якщо є сумнів в успіху будь-якого починання, то я швидше не стану ризикувати, аніж все-таки візьму в ньому активну участь.

26. Коли я беруся за важку справу, я більше побоююся, що не впораюся з нею, ніж сподіваюся, що вона вийде.

27. Я працюю ефективніше під чийось керівництвом, ніж коли несу за свою роботу особисту відповідальність.

28. Мені більше подобається виконувати складне незнайоме завдання, ніж те, в успіху якого я впевнений.

29. Я працюю продуктивніше над завданням, коли мені конкретно вказують, що і як виконувати, ніж тоді, коли переді мною ставлять завдання лише в загальних рисах.

30. Якби я успішно вирішив якесь завдання, то з великим задоволенням взявся б ще раз вирішити аналогічну задачу, ніж перейшов би до задачі іншого типу.

31. Коли потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і неспокій.

32. Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити.

Тест опитувальника (форма Б)

1. Я більше думаю про отримання гарної оцінки, ніж побоююся отримання поганої.

2. Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнена, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, які знаю, як вирішувати.

3. Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження і в успіху якої я впевнена, ніж важка справа, у якій можливі несподіванки.

4. Якби у мене щось не виходило, я скоріше доклала б усіх зусиль, щоб з цим впоратися, ніж перейшла б до того, що в мене може добре вийти.

5. Я вважала за краще б роботу, у якій мої функції чітко визначені і зарплата вище середньої, роботі з середньою зарплатою, у якій я сама повинна визначати свою роль.

6. Більш сильні переживання у мене викликаються страхом невдачі, ніж надією на успіх.

7. Я віддаю перевагу літературі розважального жанру, а не науково-популярній літературі.

8. Я вважала б за краще виконувати важливу важку справу, де ймовірність невдачі дорівнює 50%, аніж справу достатньо важливу, але не важку.

9. Я швидше опаную розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж рідкісні ігри, які вимагають майстерності і відомі небагатьом.

10. Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це у мене виникають непорозуміння з товаришами.

11. Після успішної відповіді на іспиті я швидше полегшено зітхну, що "пронесло", ніж порадію хорошій оцінці.

12. Якби я зібралася грати в карти, то швидше зіграла б в розважальну гру, ніж у важку, що потребує міркувань.

13. Я віддаю перевагу змаганням, де я сильніша за інших, тим, де всі учасники приблизно рівні за силою.

14. Після невдачі я стаю ще більш зібраною і енергійною, ніж втрачаю бажання продовжувати справу.

15. Невдачі отруюють моє життя більше, ніж приносять радість, успіхи.

16. У нових невідомих ситуаціях у мене швидше виникає хвилювання і занепокоєння, ніж інтерес і цікавість.

17. Я швидше спробую приготувати нове цікаве блюдо, хоча і воно може погано вийти, ніж стану готувати звичне, яке зазвичай добре виходило.

18. Я швидше займуся чимось приємним і необтяжливим, ніж стану виконувати щось, як мені здається, варте уваги, але не дуже захоплююче.

19. Я швидше витрачу весь свій час на здійснення однієї справи, замість того, щоб виконати швидко за цей же час дві-три інших.

20. Якщо я захворіла і змушена залишитися вдома, то я використовую час скоріше для того, щоб розслабитися і відпочити, ніж почитати і попрацювати.

21. Якби я жила з кількома дівчатами в одній кімнаті і ми б вирішили влаштувати вечірку, то я воліла б сама організувати її, ніж допустити, щоб це зробила якась інша.

22. Якщо у мене щось не виходить, я краще звернуся до когось за допомогою, ніж сама шукатиму вихід.

23. Коли потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і неспокій.

24. Коли я беруся за важку справу, я скоріше побоююся, що не впораюся з цим, ніж сподіваюся, що все вийде.

25. Я працюю ефективніше під чийось керівництвом, ніж тоді, коли несу за свою роботу особисту відповідальність.

26. Мені більше подобається виконувати складне невідоме завдання, ніж те, в успіху якого я впевнена.

27. Якби я успішно вирішила якесь завдання, то з великим задоволенням взялася б вирішувати ще раз аналогічне, ніж перейшла б до задачі іншого типу.

28. Я працюю продуктивніше над завданням, коли переді мною ставлять його лише в загальних рисах, ніж тоді, коли мені конкретно вказують, що і як виконувати.

29. Якщо при виконанні важливої справи я припускаюся помилки, то частіше я гублюся і впадаю у відчай, замість того, щоб швидко опанувати себе і намагатися виправити становище.

30. Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити.

Процедура підрахунку сумарного балу

Для визначення сумарного балу необхідно користуватися наступною процедурою. Відповідям досліджуваних на прямі пункти опитувальника (відмічені знаком "+" в ключі) приписуються бали на основі наступного співвідношення:

-3 -2 -1 0 1 2 3

1 2 3 4 5 6 7

Відповідям досліджуваних на зворотні пункти опитувальника (відмічені в ключі знаком "-") приписуються бали на основі співвідношення:

-3 -2 -1 0 1 2 3

7 6 5 4 3 2 1

Ключ до чоловічої формі: +1, -2, +3, -4, +5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, +13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, -23, +24, -25, -26, -27, +28, -29, -30, +31, -32.

Ключ до жіночої формі: +1, +2, -3, +4, -5, -6, +7, +8, -9, +10, -11, -12, -13, +14, -15, -16, +17, -18, +19, -20, +21, -22, +23, -24, -25, +26, -27, +28, -29, -30.

На основі підрахунку сумарного бала визначають, яка мотиваційна тенденція домінує у випробуваного. Бали усієї вибірки випробовуваних, що беруть участь в експерименті, ранжирують і виділяють дві контрастні групи: верхні 27% вибірки характеризуються мотивом прагнення до успіху, а нижні 27% – мотивом уникнути невдачі.

Методика визначення типу акцентуації рис характеру та темпераменту

К. Леонгарда і Х. Смішека

К. Леонгард виділяє десять головних типів акцентуацій, які переважно відповідають систематиці психопатій у пограничній психіатрії.

1. Гіпертимний тип. Особливістю цього типу є підвищений фон настрою в поєднанні з жагою діяльності, оптимізмом, завзяттям і високою активністю.

2. Застрягаючий тип. Особистості такого типу характерна надмірна стійкість афекту зі схильністю до формулювання параноїдальних та надцінних ідей.

3. Емотивний тип. Характеризується чутливістю й глибокими реакціями в галузі тонких емоцій. Цих людей хвилюють не грубі почуття, а те, що звичайно пов'язують з душею, з гуманністю, з чуйністю. Ці люди вразливі; такий тип подібний до афективно-екзальтованого, але на відміну від нього емоції розвиваються й проявляються менш бурхливо, не так стрімко. Патологічні прояви – реактивна депресія.

4. Педантичний тип. Високі оцінки вказують на ригідність, інертність психічних процесів, тривале переживання травмуючих подій.

5. Тривожно-боязливий тип. Суттєвою особливістю вважається схильність до страхів, підвищена нерішучість і полохливість, настороженість.

6. Циклотимічний тип. Для таких людей характерна зміна гіпертимних та дистимних фаз.

7. Демонстративний тип. Високі оцінки за цією шкалою визначають підвищену здатність до витіснення, демонстративності поведінки, схильності до істерії.

8. Неврівноважений тип. Таким людям характерна підвищена імпульсивність, слабкий контроль над потягами й спонуканнями.

9. Дистимічний тип. Дистимічна особа в протилежність гіпертимній характеризується зниженим фоном настрою (в деяких випадках до субдепресії), песимізмом, фіксацією на негативних сторонах життя, загальмованістю.

10. Афективно-екзальтований тип. Особам цього типу характерний великий діапазон емоційних станів: легко виникає захоплення від радісних подій і повний відчай від сумних. Всі десять типів акцентуйованих особистостей К. Леонгард поділяє на дві групи за принципом акцентуації темпераменту або характеру.

До акцентуації рис характеру він відносить демонстративний, педантичний, застрягаючий, збуджений типи особистості. Інші типи акцентуацій відносяться К. Леонгардом до акцентуацій темпераменту (гіпертимний, дистимічний, тривожно-боязливий, циклотимічний, афективно-екзальтований та емотивний).

Текст опитувальника Леонгарда-Смішека.

Інструкція. Вам запропоновані ствердження відносно Вашого характеру. Якщо Ви згодні із твердженням, поставте знак "+" (так), якщо ні – знак "-". Над відповідями довго не думайте, правильних і неправильних відповідей немає.

1. У Вас переважно веселий та безтурботний настрій?
2. Ви чутливі до образ?
3. Чи буває так, що у Вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, під час бесіди і т.д.?
4. Зробивши щось, Ви сумніваєтесь, чи все зроблено правильно, і не заспокоїтесь доти, доки не переконаєтесь ще раз в тому, що все зроблено правильно?
5. В дитинстві Ви були таким же сміливим, як всі Ваші однолітки?
6. Чи часто у Вас різко змінюється настрій: від стану безпричинної радості до огиди до життя, до себе?
7. Зазвичай Ви в центрі уваги компанії?
8. Чи буває так, що Ви безпричинно знаходитеся у такому поганому настрої, що з Вами краще не розмовляти?

9. Ви серйозна людина?
10. Здатні Ви захоплюватись, милуватися чим-небудь?
11. Чи завзяті Ви?
12. Ви швидко забуваєте, якщо Вас хтось образив?
13. Чи м'якосердий Ви?
14. Коли Ви кидаєте лист в поштову скриньку, чи перевіряєте Ви й проводите рукою по отвору скриньки, що лист потрапив до неї?
15. Чи прагнете Ви завжди бути в рядах кращих працівників?
16. Чи бувало Вам страшно в дитинстві під час грози або в разі зустрічі з незнайомою собакою (а можливо, таке почуття буває й тепер, у зрілому віці)?
17. Чи прагнете Ви в усьому і всюди підтримувати порядок?
18. Чи залежить Ваш настрій від зовнішніх обставин?
19. Чи люблять Вас Ваші знайомі?
20. Чи часто у Вас буває почуття внутрішнього неспокою, почуття можливої біди, неприємностей?
21. У Вас часто дещо пригнічений настрій?
22. Чи бували у Вас хоча б один раз істерика або нервовий зрив?
23. Чи важко Вам довго всидіти на одному місці?
24. Якщо з Вами несправедливо поступили, чи будете енергійно відстоювати свої інтереси?
25. Чи можете Ви зарізати курку або вівцю?
26. Чи дратує Вас, якщо вдома занавіска або скатертина висять нерівно, і Ви відразу намагаєтесь поправити їх?
27. У дитинстві Ви боялись залишатись одні вдома?
28. Часто у Вас бувають зміни настрою без причин?
29. Чи завжди Ви прагнули бути достатньо сильним працівником у своїй професії?
30. Чи швидко Ви починаєте сердитись або гніватись?
31. Чи можете Ви бути абсолютно безтурботним, веселим?
32. Буває так, що почуття повного щастя буквально пронизує Вас?

33. Як Ви думаєте, вийшов би з Вас ведучий гумористичної вистави?
34. Ви звичайно викладаєте свою думку людям досить відверто й прямо, без натяку?
35. Вам важко переносити вид крові? Чи не викликає це у Вас неприємних почуттів?
36. Чи любите Ви роботу з високою особистою відповідальністю?
37. Чи схильні Ви захистити людей, до яких виявляють несправедливість?
38. В темний підвал Вам важко й страшно спускатись?
39. Чи віддасте Ви перевагу такій роботі, коли діяти потрібно швидко, а вимоги до якості виконання невисокі?
40. Чи товариський Ви?
41. В школі Ви охоче декламували вірші?
42. Чи втікали Ви в дитинстві з дому?
43. Чи здається Вам життя важким?
44. Буває так, що після конфлікту, образи Ви були до того вражені, що йти на роботу здавалось просто нестерпним?
45. Можна сказати, що в разі негараздів Ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Зробили б Ви першим кроки до примирення, якби Вас хто-небудь образив?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Чи повертаєтесь Ви, щоб впевнитись, що залишили домівку чи робоче місце в такому стані, що там нічого не скоїться?
49. Чи переслідує Вас іноді неясна думка, що з Вами й Вашими близькими може скоїтись щось страшне?
50. Вважаєте Ви, що Ваш настрій дуже мінливий?
51. Вам Важко доповідати (виступати) на сцені перед великою кількістю людей?
52. Ви можете вдарити того, хто Вас образив?
53. У Вас дуже велика потреба в спілкуванні з іншими людьми?

54. Ви належите до тих, хто за будь-яких розчарувань впадає у глибокий відчай?
55. Вам подобається робота, що потребує енергійної організаторської діяльності?
56. Чи наполегливо Ви добиватиметесь своєї мети, якщо на шляху до неї знадобиться долати безліч перешкод?
57. Чи може трагічний фільм зворушити Вас так, що на очах виступають сльози?
58. Часто Вам буває важко заснути через те, що проблеми минулого дня чи майбутнє весь час крутяться в думках?
59. В школі Ви іноді підказували своїм товаришам чи давали списати?
60. Чи потрібна Вам велика напруга волі, щоб пройти одному через кладовище?
61. Чи ретельно Ви слідкуєте за тим, щоб кожна річ у Вашій квартирі була тільки на одному й тому самому місці?
62. Чи буває так, що перед сном Ви в доброму настрої, а наступного дня встаєте в пригніченому на декілька годин стані?
63. Чи легко Ви звикаєте до нових ситуацій?
64. Чи бувають у Вас головні болі?
65. Ви часто смієтесь?
66. Чи можете Ви бути ввічливим навіть з тим, кого Ви явно не цінуєте, не любите, не поважаєте?
67. Ви рухлива людина?
68. Ви дуже переживаєте через несправедливість?
69. Ви настільки любите природу, що можете називати її другом?
70. Виходячи з дому або лягаючи спати, перевіряєте Ви, чи закрили газ, вимкнули світло, закрили двері?
71. Ви дуже боязливі?
72. Чи змінюється Ваш настрій під впливом алкоголю?

73. У вашій молодості Ви з задоволенням брали участь у художній самодіяльності?

74. Ви розцінюєте життя дещо песимістично, без передчуття радощів?

75. Чи часто Вас тягне подорожувати?

76. Чи може Ваш настрій змінитись так різко, що Ваш стан раптово стане похмурим та пригніченим?

77. Чи легко Вам вдається підняти настрій друзям?

78. Чи довго Ви переживаєте образу?

79. Чи довгий час Ви переживаєте горе інших людей?

80. Чи часто, будучи школярем, Ви переписували сторінку в зошиті, якщо випадково ставили в ній пляму?

81. Чи ставитесь Ви до людей скоріше з недовірою й обережністю, ніж з добротою?

82. Чи часто Ви бачите жахливі сни?

83. Чи буває так, що Ви остерігаєтесь того, що кинетесь під поїзд або, коли стоїте біля вікна багатоповерхового будинку, раптово випадете?

84. У веселій компанії Ви звичайно веселі?

85. Здатні Ви відволікатись від важких проблем, які потребують рішень?

86. Ви стаєте менш стриманим і відчуваєте себе вільніше, коли приймаєте алкоголь?

87. У бесіді Ви скупі на слова?

88. Якщо Вам необхідно було б грати на сцені, Ви змогли б так увійти в роль, щоб забути про те, що це тільки гра?

Ключ до методики Леонгарда-Смішека

Коли підраховуємо бали за кожною шкалою опитувальника, для стандартизації результатів значення кожної шкали множаться на визначене число. Це вказано в "ключі" до методики. Акцентуйовані особи не є патологічними. Вони характеризуються проявом та виділенням яскравих рис характеру.

1. Гіпертимні $\times 3$ (помножити значення шкали на 3):

(+) 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77;

(-) немає.

2. Застрягаючі х 2:

(+) 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81;

(-) 12, 46, 59.

3. Емотивні х 3:

(+) 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79;

(-) 25.

4. Педантичні х 2:

(+) 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 63, 80;

(-) 36.

5. Тривожні х 3:

(+) 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82;

(-) 5.

6. Циклотимічні х 3:

(+) 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84;

(-) немає.

7. Демонстративні х 2:

(+) 7, 19, 22, 29, 41, 63, 66, 73, 85, 88;

(-) 51.

8. Неврівноважені:

(+) 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86;

(-) немає.

9. Дистимічні х 3:

(+) 9, 21, 43, 75, 87;

(-) немає.

10. Екзальтовані х 6:

(+) 10, 32, 54, 76;

(-) немає.

Навчальне видання

СВАТЕНКОВА Тетяна Іванівна

ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ПСИХОЛОГА:
ТИМЧАСОВІ ДИТЯЧІ ТА ПІДЛІТКОВІ ГРУПИ

Навчальний посібник

для студентів вищих навчальних закладів

III–IV рівнів акредитації

для спеціальності "Психологія"

Технічний редактор – І. П. Борис

Тираж друкується з оригінал-макету замовника.

Підписано до друку 13.05.2019 р.	Формат 60х84/16	Папір офсетний
Гарнітура Times	Обл-вид. арк. 10,33	Тираж 50 прим.
Замовлення № 971	Ум. друк. арк. 14,41	



Ніжинський державний університет
імені Миколи Гоголя.

м. Ніжин, вул. Воздвиженська, 3^а

(04631) 7–19–72

E-mail: vidavn_ndu@ukr.net

vidavn@ndu.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 2137 від 29.03.05 р.