

Золоті правила виховання в сім'ї

Золоті правила виховання в сім'ї

1. Повага до індивідуальності дитини (врахування бажань, інтересів, потреб), її самостійності, допомога у пошуку шляхів виходу зі складних ситуацій;
2. Формування системи цінностей та збереження в сім'ї емоційного комфорту;
3. Підвищення психологічної освіти батьків, набуття знань, урахування індивідуальних та вікових особливостей дитини;
4. Забезпечення тісного взаємозв'язку і взаємодії зі школою та іншими дитячими колективами. Лише дружні, відкриті стосунки дитини з батьками, взаємодопомога, турбота та увага забезпечать добрі відносини в сім'ї, бажаний результат виховання.

Десять заповідей батькам Десять заповідей батькам



ПОРАДИ

ПСИХОЛОГА

- Десять заповідей батькам
1. Не навчайте тому, у чому ви самі не обізнані. Щоб правильно виховувати, треба знати вікові та індивідуальні особливості дитини.
 2. Не сприймайте дитину як свою власність, не ростіть її для себе.
 3. Довіряйте дитині. Залишайте за нею право на власні помилки, тоді дитина оволодіє вмінням їх самостійно виправляти.
 4. Не ставтеся до дитини зневажливо. Дитина повинна бути впевнена в своїх

силах, тоді з неї виросте відповідальна особистість.

5. Будьте терплячими. Ваша нетерплячість — ознака слабкості, показ вашої невпевненості в собі.

6. Будьте послідовними у своїх вимогах, але пам'ятайте: твердість лінії у вихованні досягається не покаранням, а стабільністю обов'язкових для виконання правил, спокійним тоном спілкування, неквапливістю і послідовністю.

7. Вчіть дитину самостійно приймати рішення і відповідати за них.

8. Замініть форму вимоги «Роби, якщо я наказав!» на іншу: «Зроби, тому що не зробити цього не можна, це корисно для тебе і твоїх близьких».

9. Оцінюючи дитину, кажіть їй не тільки про те, чим ви невдоволені, а й про те, що вас радує. Не порівнюйте її з сусідською дитиною, однокласниками, друзями. Порівнюйте, якою вона була вчора і якою є сьогодні. Це допоможе вам швидше набути батьківської мудрості.

10. Ніколи не кажіть, що у вас немає часу виховувати свою дитину, бо це означатиме: мені ніколи її любити.

Завжди пам'ятайте: ми виховуємо дітей власним прикладом, системою власних цінностей, звичним тоном спілкування, ставленням до праці та дозвілля.

Тож давайте вчитися виховувати наших дітей, пізнавати те, чого ми не знаємо, знайомитись з основами педагогіки, психології, права, якщо насправді любимо їх і бажаємо їм щастя.

Не викликає сумніву, що правильно встановленими, цілими, міцними, безпечними сходами можна кого завгодно вивести на будь-яку висоту.

Я.Коменський

Ні пеклом, ні раєм не повинен бути дім для дитини –але місцем, де можна жити (тільки не єдиним). Місцем де жити хочеться, але не настільки, щоб прагнути ним обмежуватись. Звідки можна впевнено йти і куди радо повертатись. Де все співвідноситься з життям, - де якщо й немає гармонії, є надія .

В.Леві.

З посеред багатьох доріг (якими йде у своєму житті людина) сім'я є першою та найважливішою. Ця дорога для кожного особлива, єдина та неповторна, від якої неможливо віддалитися. Кожен з не народжується у сім'ї, і власне цим ми дякуємо їй за зам факт бути людиною. А якщо народження на світ та входження у суспільство відбувається без сім'ї, то це завжди болісний процес, який впливатиме на все подальше життя.

З листа до сімей Яна Павла II

Любов – як ртуть: її можна втримати на розкритій долоні, але не у стиснутому кулаці.

Дороті Паркер.

Дім – світосховище для людини.

Олексій Бельмаов, сучасний письменник

Якщо твої наміри на рік – сій жито, на десятиліття – саджай дерево, на віки – виховуй дітей.

Народна мудрість.

Жодні дитячі садки, дитячі «будинки, притулки й подібні фальшиві заміни сім'ї не дадуть дитині необхідного, бо головною силою виховання є те взаємне почуття особистої незамінності, яке пов'язує батьків з дитиною і дитину з батьками своєрідним єдиним зв'язком — утаємниченим зв'язком кривної любові. Лише в сім'ї дитина відчувається єдиною і неповторною, вистражданою, істотою, яка виникла через поєднання двох інших істот і зобов'язана їм своїм життям. Цього ніщо не може замінити. І як би добре не виховували годівця, він завжди зітхатиме десь на самоті про свого кривного батька і про свою кривну матір .»

Як виховати в дітях чесність

Порада 1. Вірте вашій дитині.

Як правило, діти на довіру відповідають довірою, а якщо їх обдурять не

зрозуміють цього. Хай дитина відчуває і знає, що ви йому вірите. Пусть ребенок знает и чувствует, что вы ему вірите

Порада 2. Поясніть, що на правді тримається світ, на дитячій мові - вона корисна.

Люди живуть у злагоді, якщо довіряють один – одному.

Порада 3. Не створюйте ситуації для обману.

Уникайте двояких запитань, коли легше сказати неправду, чим правду.

Порада 4. Не вчиняйте принизливих допитів.

Порада 5. Винагороджуйте правдивість.

Якщо ваш малюк зізнався вам, то покажіть йому свою радість : «Я радію від того, що ти чесна людина, тому що ти сказав ПРАВДУ».

Порада 6. Показуйте приклад чесності.

Чи просите Ви відповідати по телефону, що вас немає вдома ? За своєю природою діти чесні. А обман дітей ми провокуємо самі. Спочатку - провокуємо, а потім, якщо дитині раз за разом вдається уникати неприємностей завдяки своїм "казочкам", вони звикають брехати.

Як ми це робимо ?

Найтиповіший спосіб - поставити дитину в ситуацію, коли їй потрібно вигадувати, придумувати казки для батьків. Можливо, у дитини великі неприємності, такі, що одному не справитися ? Чому вона про це не говорить ? Можливо, не має надії на ваше розуміння, допомогу ? Соромиться ? Не довіряє ? Боїться ? Вона буде шукати допомоги в іншому місці ? А чи знайде ?

А якщо знайде – то яку ? Як видно, дитяча брехня небезпечна не тільки тим, що вас вводить в оману, а й тим, що дитина відсторонюється від вас ! А це свідчення того, що дитина сумнівається у вашій безумовній любові !

Дитина чесна зі своїми батьками тільки тоді, коли :

1. Довіряє їм
2. Не боїться їх гніву чи осуду
3. Впевнена, щоб не сталося його не принизять як особистість
4. Обговорювати будуть не її, а вчинок, який потрібно виправити

5. Допоможуть, підтримають, коли їй погано
6. Дитина твердо знає, що ви на її боці
7. Впевнена, якщо накажуть, то мудро, справедливо, в дітей, взагалі, сильно розвинено почуття справедливості, вони зневажають тих, хто її не проявляє - і деспотів, і занадто м'яких !

Маленька брехня, помножуючись, породжує велику недовіру. Із зникненням довіри, повільно руйнується бузумовна любов !

Дитина розуміє : є умови за яких мене будуть любити.

Любов для неї стає іншою - обумовленою.

Якщо ви спіймали свою дитину на брехні, не поспішайте її звинувачувати. Запитайте себе : «Чому вона не каже мені правду ?» А що погляньте на дитину як у дзеркало. Що посієш – те й пожнеш !

Далі перераховані ознаки того, що дитина говорить вам неправду. Але ще раз вам нагадуємо, що це не причина її звинувачувати. Це причина задуматися : в які умови ви ставите свою любов ? Що потрібно зробити, щоб повернутися первинної, безумовної любові ?

Отже, вас повинно насторожити, якщо дитина, розповідаючи щось, або відповідаючи на ваше запитання :

1. Намагається не дивитися вам в очі
2. Починаючи щось говорити, підносить руку до роту, в малят цей жест явний, у старших менш виразний- торкається
3. Потирає очі
4. Часто покашлює під час розмови
5. Потирає підборіддя, виски
6. Несвідомо торкається носа
7. Посмикує мочку вуха
8. Почісує шию, відтягує комірець
9. Тримає руки в карманах, бажаючи щось приховати .

Ознаки, за якими визначається, що батьки говорять неправду, перераховувати взагалі не потрібно ! Не хочеться вас лякати, але діти це завжди прекрасно відчують!

Поради психолога батькам майбутніх першокласників



Поради психолога батькам майбутніх першокласників

Для дитини ви - зразок мовлення, адже діти вчать мови, наслідуючи. Слухаючи, спостерігаючи. Ваша дитина обов'язково говоритиме так, як ви. Дитина успішно засвоює мову в той момент, коли дорослі слухають її, спілкуються з нею, розмовляють. Виявляйте готовність слухати. Якщо роль слухача вас втомлює, якщо ви поспішаєте, не забувайте: терпіння, виявлене вами в дошкільний період, суттєво полегшить ваші проблеми в майбутньому. Приділяйте дитині якомога більше часу. Саме в дошкільні роки закладаються основи впевненості в собі та успішного мовного спілкування поза сім'єю. Від ступеня раннього мовного розвитку залежатиме подальший процес розвитку дитини в школі.

Не забувайте, що мова та мовлення краще розвиваються в атмосфері спокою, безпеки, любові.

У кожної дитини свій темперамент, свої потреби, інтереси, симпатії та антипатії, поважайте її неповторність.

Ставте для себе та для дитини реальні завдання. Ведіть і спрямовуйте, але не підштовхуйте.

Забезпечуйте дитині широкі можливості користування кожним із 5 відчуттів: вона повинна бачити, слухати, торкатися руками, куштувати на смак різноманітні елементи навколишнього світу.

Допомагайте дитині розвивати дрібну моторику м'язів руки, аби їй було легше опанувати письмо. Для цього необхідно багато вирізати, малювати, зафарбовувати, будувати, складати невеликі за розміром деталі, зображення тощо.

Забезпечуйте всі можливості та умови для повноцінної гри дитини. Гра – це її провідна діяльність, це її робота. Л. Виготський зазначав: «Чим краще дитина грається, тим краще вона підготовлена до навчання в школі».

Допомагайте дитині досягнути склад числа. Немає необхідності, щоб дитина механічно могла лічити до 100 і більше. Нехай вона рахує до 10-20, але їй вкрай необхідно розуміти, знати, з яких чисел можна скласти 5, а з яких – 7 тощо. Це є основою понятійного розуміння основ арифметики, а не механічного запам'ятовування.

Працюйте з дитиною над розвитком її пам'яті, уваги, мислення. Для цього сьогодні пропонується багато ігор, головоломок, задач у малюнках, лабіринтів тощо в різних періодичних та інших виданнях для дітей. Запровадьте для дитини вдома єдиний режим і обов'язково дотримуйтеся

його виконання всіма членам родини. Дитина повинна мати вдома певне доручення і відповідати за результат його виконання.

Необхідною умовою емоційно-вольового розвитку дитини є спільність вимог до неї з боку всіх членів родини. Не завищуйте і не занижуйте самооцінки дитини, оцінюйте її результати адекватно, і доводьте це до її відома.

Яке головне завдання батьків в період адаптації дитини до школи?

Основа батьківської позиції взагалі полягає в тому, що вдома у жодному випадку не можна дублювати школу. Батько ніколи не повинен ставати другим вчителем. Основне завдання батьків в допомозі першокласникові - емоційна підтримка, надання максимально можливої самостійності в організації його власних дій по виконанню шкільних правил.

Як підготуватися до першого вересня?

Розповісти про те, що чекає дитину цього дня. За декілька днів почати вводити його в ритм "підйому і відбою". Улюблене ведмежа (лялька або улюблена іграшка) повинне бути взяте з собою в портфель (він теж в перший день піде вчитися). Можна дати дитині з собою камінчик – амулет (забезпечує «зв'язок з батьками»).

Основний одяг повинен бути новим і особливим (шкільна форма), але певна деталь одягу повинна бути знайомою і улюбленою (шкарпетки, майка, значок на сорочці і ін.) Мобільний телефон першого вересня (і взагалі в період адаптації) краще з собою не давати. Дитина гірше звикає до нової життєвої ситуації і нових дорослих, якщо у нього є можливість постійного контакту з батьками. Квіти вчителю повинні бути такими, щоб дитина відчувала їх особливу красу (хай їх буде небагато). Краще, якщо дитина вибиратиме квіти разом з Вами. Це важливо, щоб у нього не виникало відчуття, що інші діти принесли красиві квіти, а він – погані. Приготувати все з вечора, щоб вранці не виникло суєти або паніки. Розрахувати час, щоб дитина з ранку могла не поспішаючи поїсти, сходити в туалет.

Які непередбачені труднощі можуть виникнути першого вересня?

Часто діти (особливо ті, що не відвідували раніше дитячих садів або дитячих груп) в останню мить відмовляються розлучатися з мамою або татом, які привели їх в школу, починають плакати, чіплятися за батьків. У такій ситуації краще піти на заняття разом з дитиною. Для цього потрібно наперед звільнити собі весь день. Про можливість ходити разом з дитиною на уроки

краще поговорити з вчителем (адміністрацією школи) на батьківських зборах завчасно.

Які непередбачені труднощі можуть виникнути другого вересня? Мама будить Петрика другого вересня: «Вставай. Пора йти в школу!» Петя: «Я ж вже вчора сходив.»

Що робити, якщо дитина зранку погано себе почуває, а потрібно йти в школу?

У шести-семирічних дітей рідко трапляється «запалення хитрості». Або дитина, дійсно, хворіє, або погане самопочуття пов'язане з необхідністю йти в школу. У будь-якому випадку, варто це перевірити. Якщо дитина після того, як Ви залишили її вдома, відразу відчуває себе краще, то, можливо, її погане самопочуття пов'язане із стресом, що отримала в школі. Постарайтеся з'ясувати (у дитини, у вчителя, у знайомих дітей), що відбувалося в школі вчора, позавчора. Важливо зрозуміти, що відбувається, особливо якщо таке повторюється систематично.

Якщо ж Ви все-таки вирішили відправити дитину до школи, давши їй пігулку від головного болю (або не виявивши ніяких симптомів хвороби), не робіть цінністю подолання нею поганого самопочуття. Не хваліть дитину за те, що вона пішла в школу, переборовши себе. Якщо Ви гордитиметеся, що Ваша дитина вчиться (трудиться), незважаючи на своє погане самопочуття, то у неї може підсвідомо закріпитися установка на хворобу: можна добитися похвали, хворіючи.

Як реагувати, якщо дитина злиться на вчителя (дітей) в школі або відчуває страх перед школою?

Перш за все: не забороняти переживання. Не потрібно твердити дитині: «Не можна злитися! Не можна боятися!» Переживання – цілком природна річ, і вони повинні мати право на існування. Проте необхідно обговорити з дитиною, що викликає страх або злість, разом з нею зрозуміти, чому інші люди здійснюють дії, що викликають у неї ті або інші емоційні реакції. Розуміння дій інших часто саме по собі знімає переживання. Є і інші культурні форми, що допомагають людині справлятися із страхом. Для дітей це, перш за все, читання страшних казок в ситуації повної захищеності (на маминих колінах). Казки дають людині пережити відчуття неминучості торжества добра над злом, співпереживання радості і співчуття, що забезпечують перемогу маленького, слабкого, але доброго, над великим злом. Інша корисна для дітей форма культурного подолання страху - спортивні ігри, що викликають переживання азарту, упевненості в перемозі. В процесі дорослішання дитина повинна отримати досвід подолання труднощів і конфліктів. Завдання дорослих полягає в тому, щоб, знаходячись поряд, допомагати дитині визначати конструктивні способи своєї поведінки в таких ситуаціях.

Що робити, якщо потрібно поспішати в школу, а дитина не поспішає?

Психологами відмічений негативний вплив активного організуючого тиску дорослого на дитину. Якщо постійно квапити дитину: «Давай швидше, ми вже спізнюємося! Ну що ти копаєшся?!», - те може, навпаки, закріпитися зворотна реакція. Сформується захисний стереотип «повільності»: у будь-якій ситуації, що вимагає швидкого реагування, дитина сповільнюватиметься і «гальмуватиме». У цьому вона нітрохи не винна, так її організм захищається від тривоги і напруги, викликаних "емоційним пресингом" ззовні. Тому доцільно проводити "профілактику цейтнотів". З цією метою, організуючи збори дитини в школу, бажано: Передбачити раніше вставання, що дозволяє дитині прокидатися, снідати, одягатися, умиватися в його власному темпі. Прослідкувати, щоб дитина збрала портфель і приготувала одяг і взуття з вечора.

Як відноситися до невдач дитини, майже неминучих на початку шкільного життя?

Батьки часто відносяться різко негативно до перших невдач дитини. Негативні оцінки дорослих підвищують тривожність дитини, його невпевненість в собі і своїх діях. Це, у свою чергу, веде не до поліпшення, а до погіршення результатів. Так складається порочний круг. Постійні побоювання дитини почути негативні оцінки з боку домашніх приводять до страху зробити помилку. Це відволікає дитину від сенсу виконуваних ним завдань і фіксує його увагу на дрібницях, примушує переробляти, виправляти, нескінченно переперевіряти. Прагнення зробити роботу якнайкраще на цьому етапі тільки погіршує справу. Особливо сильно це виявляється у тривожних, здібних, старанних дітей. Тому найправильніше відношення до перших поразок дитини – відношення з розумінням, підтримка, допомога: «У тебе все вийде. Я тобі допоможу». Важливо створити умови для переживання дитиною (хоч би іноді) власної перемоги.

Які типові прояви стресу і дезадаптації?

Дитина часто плаче (більше, ніж зазвичай).
У неї, на відміну від звичайного, пригнічений або, навпаки, збуджений стан (гірше засинає).
Дитина проявляє необгрунтовану агресію (лається, нападає, відповідає агресивно, лізе в бійку).
Дитина відмовляється йти в школу.

Як можна знімати стрес?

Забезпечити ритмічне життя і порядок будинку (тут дуже важливий власний приклад і наслідування його дитиною). Важлива тепла, природна, спокійна манера поведінки дорослих вдома (без зривів, підвищеного тону). Необхідне на якийсь час продовження традиційних «дитячих» ритуалів укладання, їжі, умивання, сумісної гри-обіймів, читання на ніч, які були прийняті в дошкільному дитинстві дитини. Знімають напругу гри з водою, піском, малювання фарбами (з дозволом забруднюватись - відсутністю критики або засудження за забруднений одяг, підлогу!), виготовлення колажів в "рваній" техніці (рвати кольоровий папір, старі журнали і клеїти з них картини), спортивні ігри на повітрі (м'яч, скакалки, «класики» і ін.) Надзвичайно важлива відсутність зайвих постійних подразників (телевізор, приймач). Необхідно давати дитині можливість переживати час від часу справжню дитячу радість (свято, театр). Для багатьох краще всього знімає напругу відпочинок на природі (особливо, праця).

Які незвичайні прояви дитини вимагають звернення до фахівця? Страхи (нічні страхи). Енурез (нетримання сечі), особливо якщо перед школою цього вже не було. Гризіння нігтів, заїкання або сіпання повік, лицьових м'язів. Яскраво виражена агресія.

Про що краще запитати дитину, коли вона повертається з школи?

Психологи встановили, що батьки своїми питаннями про школу показують дитині свої пріоритети і цінності. Марійку мама завжди питає дорогою додому: «Що ти сьогодні отримала? Тебе хвалили або лаяли?». Ваню питають про те, з ким він подружився, чи було йому цікаво. Петю про те, що він нового сьогодні дізнався. Сашу – що було в школі на сніданок, чи не зголоднів він. Саме те, про що Ви весь час питаєте, і покаже дитині, що для Вас в житті головне, а що другорядне. Він інтуїтивно орієнтуватиметься, швидше за все, на Ваші цінності. Це не означає, що він і розвиватиметься саме відповідно до ваших бажань. Часто буває так, що дуже різко заявлені батьками пріоритети викликають важкі кризи у дитини, що відчуває, що він не в змозі відповідати цим батьківським запитам. Іноді, навпаки, орієнтуючись на інтереси батьків, дитина починає ігнорувати освітні цінності школи. З Ваших питань про школу дитина повинна зрозуміти що Вам цікаво все, що з ним відбувається що Вам важливі його успіхи, але Ви любите і приймаєте його таким, який він є.

Що не може бути зроблене без участі батьків?

Без участі батьків не може бути побудована самостійність молодшого школяра в організації свого робочого місця, у виконанні домашніх робіт, в підготовці свого одягу і портфеля до завтрашнього дня. Культивування самостійності – це відповідальна і поступова робота часто буває простіше щось зробити самому, чим чекати, поки це зробить дитина. Іноді дії дитини представляють для неї реальну небезпеку. І тоді батьки застерігають її: «Не роби сам, це небезпечно (важко), за тебе зроблю я». Ця неправильна установка приводить до «вивченої безпорадності», відмові дитини надалі від будь-яких самостійних дій, невірі у власні сили.

За чим повинен простежити батько, якщо він хоче допомогти дитині вчитися?

Найголовніше завдання батьків під час шкільного навчання дитини – не стати вчителями-дублерами, а залишитися батьками, що приймають, розуміють і люблять свою дитину, незважаючи на його шкільні успіхи або невдачі. Тому і стежити батько винен, в першу чергу, за рівнем самостійності дитини в домашніх справах (у тому числі і у виконанні шкільного домашнього завдання).

Якщо до початку навчання в школі дитина не опанувала прийомами самостійного одягання (наприклад, зав'язуванням шнурків), укладання спати, прибирання «своєї території», чищення зубів перед сном і ін., то це – найперша турбота батька. Причому окремі справи або дії дитина до цього часу вже може виконувати самостійно, без нагляду дорослого і за власною ініціативою.

З першого вересня до цього додаються: підготовка столу до виконання домашньої роботи; збір портфеля; підготовка за допомогою батьків шкільної форми (або одягу і взуття, в якому завтра дитина піде в школу).

Як допомогти дитині організувати своє робоче місце?

По-перше, особистим прикладом. Якщо на Вашому робочому місці постійний безлад, то абсолютно марно привчати до порядку дитину. Коли Ви покажете дитині своє робоче місце (кухонний стіл, письмовий стіл, робочий стіл), то звернете її увагу, якими предметами Ви користуєтеся, для чого вони потрібні і в якому порядку Ви їх розкладаєте на робочому місці. Хай дитина розповість Вам, якими речами вона користується при підготовці до уроків і як їй зручніше за них розкласти на столі. Визначивши разом з дитиною зручні для різних речей місця, можна наклеїти на поверхню столу наклейки – «будиночки» для кожної речі.

Зверніть увагу на позу сидячої за столом дитини. Їй ще важко контролювати себе, вона не дуже добре відчуває власне тіло, а тим більше важко довго сидіти в одній позі. Можна зробити декілька фотографій сидячої в різних позах дитини, а потім вивчити їх разом з нею – імітуючи ці пози і обговорюючи, чим вони погані (викривлення хребта, затікання ніг, закривання власної роботи від світла і ін.). Навчіть її різним веселим вправам, які краще робити в перервах між заняттями (якщо їй вже показали в школі, хай покаже їх Вам), – вправи для пальців рук, фізкультхвилинки під ритмічні вірші.

Як часто потрібно взаємодіяти з вчителем в період адаптації?

У адаптаційний період повинен бути налагоджений постійний зв'язок між школою і батьками. На жаль, вчителі рідко знають про те, що відбувається з дитиною будинку після занять, а батьки мають слабке уявлення про те, що відбувалося з дитиною в школі. Потрібно домовитися про місце і час зустрічей вчителя і батьків, на яких вони могли б обмінятися своїми спостереженнями, враженнями з приводу дій дітей. Протягом першого року навчання дітей батьки і вчителі повинні стати одностайними.

Як говорити з дитиною про куріння!



Як говорити з дитиною про куріння!

Ви б хотіли, щоб ваша дитина палила? Ні? Тоді починайте з нею роботу вже зараз.

Психологи вважають, що малюк не закурить, якщо...

- ви зважаєте на нього, поважаєте його погляди, не пригнічуєте його.
- Підліток починає курити, щоб продемонструвати світу, що він вже виріс: адже суспільство дозволяє курити дорослим, але не дозволяє це робити дітям. Куріння для підлітка - жест: "Я тепер дорослий!" Якщо батьки не пригнічують дитину, що дорослішає, поступово дозволяють йому все більше і більше питань вирішувати самостійно: з ким дружити, яку музику слухати, якій моді слідувати, як стригтися... у нього не буде гострої потреби доводити свою дорослість за допомогою сигарети. Безглузду підліткову манеру одягатися можна і перетерпіти заради того, щоб син не закурив.
- ви використовуєте будь-яку життєву ситуацію, щоб показати своє ставлення

до куріння. Будь-яку історію, побачену по ТБ або почуту по радіо, з якої явно видно, що куріння шкодить, прокоментуйте, розставте акценти. Це тільки здається, що діти не сприймають те, що при них говорять. Насправді все почуте накопичується у них в голові, як розрізнені шматочки мозаїки, а потім з цих шматочків складається єдина картина - точка зору. - ви допоможете йому стати, хоч в чомусь успішнішим і компетентнішим, ніж однолітки. Підліткові дуже важливо мати авторитет у оточуючих його друзів. Часто він починає палити, щоб здаватися в очах своєї компанії людиною досвідченою. Але якщо у нього є якийсь захоплення, де він кращий за інших - краще за однокласників грає на гітарі, або катається на скейті, або розбирається в комп'ютерах, - авторитет серед друзів йому і так забезпечений. І не потрібна тоді сигарета.

Чий приклад заразний?

Значно більше шансів призвичаїтися до куріння у дітей, батьки яких палять. За розрахунками наркологів, вірогідність того, що підліток закурить вже в 12 років, сягає 80%, якщо в його сім'ї палять троє дорослих, і 40% - якщо палить хоч би одна людина. Подумайте, може, ви зважитесь кинути палити заради того, щоб син не закурив? Це буде сильний хід, підліток його оцінить. Не можете кинути? Кайтеся. Поясніть дитині, як безглуздо ви поступили, коли вперше закурили, як слабкі ви тепер перед цією залежністю і як багато вона вам приносить шкоди. І у жодному випадку не вставляйте в позу: "Я дорослий - тому мені можна, ти дитина - тобі не можна". Психологи вважають, що так ви тільки підштовхнете підлітка до куріння.

Які доводи проти куріння значущі і переконливі для підлітків?

Психологи вважають: можна сказати дитині, що "розвинений" Захід палить менше "нерозвинених" країн. Палити в цивілізованому суспільстві немодно. І це насправді так. У США в 1966 році, коли почалася антитютюнова національна кампанія, палило 42,6% населення країни. Зараз палить 16%. У Британії палять 27% чоловіків і 26% жінок. У Швеції - 19% чоловіків і стільки ж жінок. У нас же - 63% чоловіків. По цьому показнику ми в компанії найвідсталіших африканських країн. Але здорова мода дійде і до нас. У США, у всіх європейських країнах вже давно не дозволяється палити в суспільних місцях і в офісах, там маса кафе і ресторанів для некурців, солідні фірми вважають за краще наймати на роботу людей, необтяжених цією шкідливою звичкою, - вони не хочуть, щоб їх співробітник пропускав по хворобі багато робочих днів, а ті, що палять хворіють частіше, давно доведено. Кар'єрний зліт курцеві в Європі і США теж не загрожує - керівник, що заходжується в застарілому кашлі курця, - це не той образ менеджера, який працював би на прославляння фірми. Навіюйте дитині: некурці - своєрідна еліта суспільства, люди вищої культури і розвиненішого інтелекту.

Спробуйте разом порахувати, скільки грошей йде на сигарети в рік, і які корисні речі на ці гроші можна було б купити. Із західних країн до нас прийшов рух, коли підлітки класами підписують зобов'язання не торкатися протягом року тютюну. Називається воно "Класи, вільні від куріння". Серед тих, що стримали слово розігрується грошовий приз, який клас повинен витратити спільно. З психологічної точки зору це дуже дієвий прийом. У компанії однолітків легше утримуватися від куріння, та і нікому спокушати, коли однокласники не палять. Варто протриматися шкільні роки, а там, дивишся, діти порозумнішають, куріння не здаватиметься їм таким бажаним заняттям і вони не почнуть палити зовсім. Якщо у вас немає можливості залучити в цей рух клас вашої дитини, спробуйте підписати з ним індивідуальний договір: він не палить рік, а ви за це в кінці року подаруєте йому бажану річ, яка коштує не менше, ніж він витратив би за рік на сигарети.

Відрепетируйте

відмову

Будь-яка дитина одного разу стикається з тим, що ровесники або хлопці старші за віком пропонують йому закурити. І навіть підбивають: "Боїшся спробувати? Слабак, мамусин синок!" Тому до такої ситуації підлітка краще підготувати попередньо. Промовте алгоритм відмови, щоб дитина не розгубилася, коли у дворі йому запропонують сигарету. Психологи радять відмову побудувати так: відмова + аргумент + зустрічна пропозиція. Аргументом може бути слабке здоров'я: "Ні, спасибі. У мене на тютюновий дим алергія. Може, краще покатаємося на велосипедах?" Або бажання зберегти голову світлою: "Я не буду. У мене завтра контрольна. Ти вже всі уроки зробив?" Або вже існуючий негативний досвід: "Я пробував, мені не сподобалося. А ти можеш підтягтися на турніку 7 разів?" Зустрічна пропозиція переводить розмову на іншу тему і виключає насмішки, можливі у разі відмови закурити. Зробивши зустрічну пропозицію, ваша дитина гідно вийде з складної ситуації.

Цікаво

Дівчатка і хлопчики, статеве дозрівання яких почалося в 11-12 років, до 16 років в 2 рази обганяють однолітків по числу тих, що палять. Вірогідність того, що вони спробують палити ще до 13 років, підвищена в 6-9 разів. Особливо ризикують дівчатка, у яких гормональна перебудова почалася незабаром після 10 років. Раннє статеве дозрівання, на думку учених, - такий могутній чинник ризику, що навіть соціальне становище батьків і клімат в сім'ї відходять на другий план. Учені вважають, що вчителям, батькам і психологам потрібно переконувати дітей не починати палити вже з 10-11 років.

Тільки

факти

175 тисяч "тютюнових" поліцейських патрулюють в країнах Євросоюзу території шкіл і підприємств, офіси і ресторани. Курцям - штраф 68 євро. Єврокомісія дозволила керівникам фірм не брати на роботу кандидатів, що палили. Вони прокурюють в середньому 20 годин робочого часу на місяць. У американському містечку Калабасас заборонено палити скрізь, навіть на балконі власного будинку. Штраф - 500 доларів. І мешканці не ремствують, вони самі так вирішили. У Чехії некурящі клієнти страхових компаній одержують знижки при оформленні страховок. Одна австрійська компанія вирішила доплачувати тим, хто не палить, по 100 євро в місяць. У Франції теж не можна палити в громадських місцях. Кури на вулиці. Але за кинутий недопалок - штраф 138 євро.

[Як відноситись до обдарованої дитини Поради вчителю:](#)

[Як відноситись до обдарованої дитини](#)

[Поради вчителю:](#)

1. Учитель не повинен вихваляти кращого учня. Не потрібно вирізняти обдаровану дитину за індивідуальні успіхи, краще заохотити спільні заняття з іншими дітьми.
2. Учителеві не варто приділяти багато уваги навчанню з елементами змагання. Обдарована дитина частіше від інших ставатиме переможцем, що може викликати неприязнь до неї інших учнів.
3. Учитель не повинен робити з обдарованої дитини "вундеркінда". Недоречне акцентування на її винятковості породжує роздратованість, ревності друзів, однокласників. Інша крайність - зловмисне прилюдне приниження унікальних здібностей - звичайно, неприпустима.
4. Учителеві необхідно пам'ятати, що в більшості випадків обдаровані діти погано сприймають суворо регламентовані заняття, що повторюються.

Якості, якими має володіти вчитель для роботи з обдарованими дітьми.

1. Бути доброзичливим і чуйним.
2. Розбиратися в особливостях психології обдарованих дітей, відчувати їхні потреби та інтереси.
3. Мати високий рівень інтелектуального розвитку.
4. Мати широке коло інтересів.
5. Бути готовим до виконання різноманітних обов'язків, пов'язаних з навчанням обдарованих дітей.
6. Мати педагогічну і спеціальну освіту.

7. Мати живий та активний характер.
8. Володіти почуттям гумору.
9. Виявляти гнучкість, бути готовим до перегляду свої поглядів і до постійного самовдосконалення.
10. Мати творчий, можливо, нетрадиційний особистий світогляд.
11. Бути цілеспрямованим і наполегливим.
12. Володіти емоційною стабільністю.
13. Уміти переконувати.
14. Мати схильність до самоаналізу

Десять кроків, щоб стати кращими батьками

1. Любов є найважливішою потребою усіх дітей і однією з основних передумов позитивної поведінки дитини. Батьківська любов допомагає дитині формувати впевненість у собі, викликає почуття власної гідності.
2. Прислуховуйтеся до того, що говорить Ваша дитина. Цікавтеся тим, що вона робить і відчуває.
3. Всі взаєностосунки, в тому числі й ті, що будуються на любові й довірі, потребують певних обмежень. Батьки самі мають визначити ці обмеження для дітей. Пам'ятайте, що порушення дітьми будь-яких обмежень є для них природним процесом пізнання, і не варто це розцінювати як прояв неслухняності. Діти почуваються більш безпечно, коли батьки також дотримуються визначених ними обмежень.
4. Сміх допомагає розрядити напружену ситуацію. Часом батьки бувають занадто серйозними. Це заважає їм сповна відчувати радість батьківства. Вмійте побачити веселі моменти й дозволяйте собі сміх при кожній нагоді.
5. Намагайтесь побачити світ очима Вашої дитини і зрозуміти її почуття. Пригадайте, як Ви почувалися. Коли були дитиною, і яким незрозумілим здався Вам світ дорослих, коли в Вами чинили несправедливо.
6. Хваліть і заохочуйте дитину. Сподівайтесь, що дитина поводитиметься добре, й заохочуйте докладати зусиль для цього. Хваліть її за хорошу поведінку.
7. Поважайте свою дитину так, як поважали б дорослого. Дозвольте дитині брати участь у прийнятті рішень, особливо тих, що стосуються її. Прислухайтесь до думки дитини. Якщо Ви змушені сказати дитині щось неприємне, подумайте, яким чином Ви сказали б це дорослому. Вибачайтеся, якщо вчинили неправильно по відношенню до дитини.

8. Плануйте розпорядок дня дитини. Малі діти почуватимуться більш безпечно, якщо дотримуватимуться чіткого розпорядку дня.

9. У кожній сім'ї є свої правила. Будьте послідовними і їх дотриманні, промагайтеся виявляти певну гнучкість щодо дотримання цих правил маленькими дітьми. Діти можуть бути введені в оману, якщо одного дня правило виконується, а іншого – відмінюється.

10. Не забувайте про власні потреби! Коли батьківство починає надто нагадувати важку працю, і ви відчуваєте, що Вам бракує терпіння, приділіть трохи часу лише собі. Робіть те, що приносить Вам задоволення. Якщо Ви розумієте, що втрачаєте контроль над собою і можете накричати на дитину, образити, принизити чи вдарити її, залиште дитину на кілька хвилин, порахуйте до десяти і заспокойтеся.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ «МОЯ ІНДИВІДУАЛЬНІСТЬ»

Мета: розвиток підлітка як особистості, розкриття його позитивних здібностей, засвоєння визначеного життєвими та суспільними потребами обсягу знань про особистість, взаєморозуміння.

Завдання:

- створювати оптимальний соціально- психологічний мікроклімат у колективі з метою сприяння духовному і творчому саморозкриттю учасників;
- допомагати дітям усвідомлювати і розуміти свої позитивні та негативні риси;
- сприяти розвитку навичок самоаналізу.

Матеріали: м'яка іграшка, плакат із «Правилами роботи», бейджики, вислови філософів («У кожної людини є дзеркало, в якому вона може чітко розглядати себе», «Пізнай себе, пізнай свою природу — і ти пізнаєш Істину»).

Вправа «Мій образ»

Мета: підготовка учасників до роботи, створення позитивної атмосфери, хорошого настрою, визначення особливостей кожного. Ведучий вітається з групою, роздає кожному учаснику аркуш паперу А4, на якому потрібно написати своє ім'я і намалювати власний образ (це може бути певний символ, предмет — будь-що).

Після того як учасники виконали завдання, психолог пропонує по черзі назвати своє ім'я і представити власний образ. Малюнки прикріплюються на

дошку. Так створюється «галерея портретів» учасників групи

Вправа «Правила роботи»

Мета: прийняття правил роботи групи. Учасники читають написане на плакаті і приймають правила роботи групи.

Правила роботи:

1. Бути активним.
2. Звертатися одне до одного на ім'я.
3. Не критикувати.
4. Правило піднятої руки.
5. Бути щирим.
6. Не оцінювати одне одного.
7. Принцип «тут і тепер».
8. Принцип «конфіденційності».
9. Дотримуватися запропонованих правил.

Вправа «Очікування»

Мета: визначення очікувань учасників щодо занять.

Ведучий на дошку прикріплює плакат із малюнком чаші, а дітям роздає стікери червоного кольору у вигляді сердечок. Пропонує подумати, чого вони очікують від заняття, і написати на сердечках. Потім прочитати написане і приклеїти їх у символічну чашу, зображену на плакаті.

Притча «Істина»

Колись люди вірили, що є не один, а багато богів. Одного разу боги вирішили створити Всесвіт: створили зірки, сонце, моря, гори, Людину та Істину. Однак постало питання про те, куди сховати цю Істину, щоб людина її не змогла відшукати.

— Давайте сховаємо її на далекій зірці, — сказав один із богів.

— А давайте на найвищій гірській вершині, — запропонував інший.

— Ні, давайте покладемо її на дно найглибшої безодні, — промовив третій.

— Може, сховаємо її на Місяці? А наймудріший Бог сказав:

— Ні, ми сховаємо Істину в серці людини. Тоді вона шукатиме її в усьому всесвіті, не знаючи, що постійно носить у собі.

Ведучий. Діти, як ви думаєте, що таке Істина? Це те, заради чого живе людина; знання про те, як побороти зло. Тепер подумайте, чому боги все-таки вирішили сховати Істину в серці людини? Тому що кожен із нас — це маленький Всесвіт, це якась Істина. Ми можемо знайти Істину, якщо зазирнемо в себе, вивчимо себе. Давайте зробимо це — пошукаємо Істину.

Вправа «Промінчик сонця»

Мета: усвідомлення своїх позитивних і негативних рис характеру. Дітям пропонується на аркуші паперу намалювати сонечко і написати на промінчиках 5 позитивних і 5 негативних рис.

Обговорення:

— Чи важко було визначити риси характеру?

— Що важче і чому? Ведучий говорить: «Хвалить себе. Критика руйнує внутрішній дух, а похвала зміцнює його».

Вправа «Самокритика»

Мета: навчання об'єктивно оцінювати свої якості; усвідомлювання власних слабких сторін; формування адекватної самооцінки. Кожен учасник отримує модель-малюнок сніговика, на якому записує свої «мінуси» — негативні якості і зачитує написане вголос.

Обговорення:

— Які труднощі виникали у вас упродовж виконання вправи?

Ведучий. Приймайте свої недоліки. Визнайте, що вони — ваша відповідь на якусь потребу, і зараз ви шукаєте новий, позитивний спосіб задовольнити цю потребу. Тому з любов'ю попрощайтеся зі старою негативною поведінкою. Зумійте побороти свої вади за допомогою гарячих, лагідних промінців вашого серця, здатних розтопити все негативне.

(Діти накривають малюнок сніговика аркушем із сонечком, на промінцях якого написані позитивні риси.)

Вправа «Що я даю людям і чого від них чекаю?»

Мета: розвиток навичок самоаналізу.

Ведучий дає дітям аркуш паперу А4 і пропонує умовно поділити його на дві частини.

На одній намалювати те, що учасник дає людям, а на іншій — що отримує від них.

Обговорення малюнків:

— Що я відчував, коли працював над малюнком?

Вправа «Комплімент»

Мета: підвищення самооцінки іншої людини, усвідомлення своїх позитивних рис. Ведучий кидає дитині іграшку, при цьому каже комплімент. Комплімент — це люб'язний вислів із похвалою. Отже, згадайте найкращі риси своїх однокласників і, звертаючись до кожного на ім'я, скажіть комплімент.

Обговорення:

- Кому було важко сказати товаришеві комплімент?
- Кому було приємно чути гарні слова на свою адресу?

Вправа «Іскорка добра»

Мета: створювати відчуття згуртованості групи. Психолог пропонує всім встати і взятися за руки. Далі по колу передає іскорку добра, а учасники передають її іншим учасникам.

Вправа «Ваш настрій»

Учасники по колу говорять про свій настрій і висловлюють побажання.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ПІЗНАЙ СЕБЕ»

Мета: формування позитивного ставлення до себе і до інших, усвідомлення себе.

Завдання:

- розширити знання учнів про специфіку міжособистісних стосунків;
- формувати позитивне ставлення до себе;
- розвинути почуття толерантності;
- формувати адекватну самооцінку.

Вправа «Бінго»

Мета: продовжити знайомство підлітків, створити позитивну атмосферу.

Ведучий пропонує дітям узяти аркуш паперу А4, руками «вирізати» фігурку «Бінго», розмалювати фломастерами і на зворотному боці написати:

- на голові — твоя найзаповітніша мрія;
- на правій руці — твоя риса характеру;
- на лівій руці — риса характеру, яку ти хочеш сформувати;
- на правій нозі — улюблене місце відпочинку;
- на лівій нозі — улюблена страва;
- на тулубі — як ти хочеш, щоб тебе називали однолітки.

Після того, як діти виконали завдання, ведучий просить усіх встати, рухаючись кімнатою, підійти одне до одного, знайти і записати на відповідних частинах «Бінго» імена тих, із ким у них збіглася одна або кілька

позицій. Після цього учасники повертаються в коло.

Вправа «Очікування»

Мета: дізнатися, що очікують учасники від сьогоднішнього заняття.

Підлітки по черзі висловлюють очікування від заняття.

Вправа «Грамота»

Мета: підвищувати самооцінку дитини. Ведучий роздає кожному учаснику аркуш паперу А4 і пропонує написати похвальну грамоту собі, вказати, за що він її отримує. Кожен учасник зачитує свої напрацювання.

Обговорення:

— Чи важко було писати грамоту собі?

— Якщо так, то чому?

— Чи сподобалася вам ця вправа?

Вправа «Усі ми — різні»

Мета: усвідомлення своєї індивідуальності, неповторності.

Ведучий зачитує записаний на дошці епіграф: «Люди, як ріки: вода у всіх однакова і всюди одна і та сама, але кожна річка буває то вузька, то швидка, то широка, то тиха, то тепла» (Л. Толстой). Ведучий. Дійсно, всі ми різні. Але щось особливе виокремлює нас серед інших. Що саме?

Назвіть і напишіть на пелюстці квіточки свою особливу неповторну рису, прикріпивши її до серединки квітки. А тепер погляньте, яка у нас чудова квітка. Вона одна, а нас багато.

Вправа «Плутанина»

Мета: зняти напруження, розслабитися. Один учасник виходить за двері.

Психолог пропонує учням утворити ланцюжок (змію), що має початок (голову) і кінець (хвіст), і заплутатися. Завдання підлітка, який зайшов у клас, — розплутати змію.

Вправа «Мої поради»

Мета: усвідомити, що потрібно змінити в собі; побачити себе очима інших.

Ведучий роздає кожному учаснику аркуш паперу А4 і пропонує написати своє ім'я. Потім усі за годинниковою стрілкою передають свої аркуші, на яких кожен по черзі пише рекомендацію щодо недоліків характеру.

Обговорення:

— Чи важко було писати друзям рекомендації?

— Чи задоволені ви тим, що написали друзі?

Вправа «Усе одно ти молодець»

Мета: підняти самооцінку підлітка, зняти психоемоційне напруження.

В е д у ч и й п р о п о н у є у ч а с н и к а м об'єднатися у групи по двоє, за ознакою «день» і «ніч». Один учасник говорить про свій недолік, а інший відповідає: «Ну і що, все одно ти молодець, тому що...».

Обговорення:

— Які відчуття викликала вправа?

Притча про майстра

Якось увечері зібралися разом музичні інструменти: скрипка, саксофон, труба, сопілка й контрабас. І виникла між ними суперечка: хто найкраще грає. Кожен інструмент почав виводити свою мелодію, показувати власну майстерність. Але виходила не музика, а жахливі звуки. І що більше кожен старався, то незрозумілішою і потворнішою ставала мелодія. Ось з'явилася людина й помахом руки зупинила ці звуки, сказавши: «Друзі, мелодія — це одне ціле. Нехай кожен прислухається до іншого, й ви побачите, що вийде ». Людина знову змахнула рукою, і спочатку несміливо, а потім усе краще зазвучала мелодія, в якій було чути смуток скрипки, ліричність саксофона, оптимізм труби, унікальність сопілки, величність контрабаса. Інструменти грали, із замилюванням стежили за чарівними помахами рук людини. А мелодія все звучала і звучала, поєднуючи виконавців і слухачів у одне ціле. Як важливо, щоб оркестром хтось диригував!

Досягнення гармонії можливе лише тоді, коли всі об'єднані однією метою і спрямовані єдиною волею в єдиному пориві...

Прощання

Мета: сприяння згуртованості групи; створення гарного настрою. Усі учасники стають у коло, щоб правою рукою утворити зірочку, і намагаються нею передати тепло рук одне одному. Усі дякують і прощаються.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ЯК ТЕБЕ СПРИЙМАЮТЬ ІНШІ?»

Мета: формування і розвиток настановлення на самопізнання і саморозвиток, розвиток особистісно значущих якостей.

Завдання:

- усвідомлення того, як тебе бачать інші;
- відпрацювання навичок співпраці та формування вміння подобатися, співпереживати;
- формування адекватної самооцінки.

Вступне слово ведучого

Для кожного важливо, як його бачать і розуміють інші. Що в ньому хорошого і поганого? Як показати хороше і що робити з поганим? Сьогодні на занятті ми спробуємо це з'ясувати.

Вправа «Мій друг сказав би про мене, що я...»

Мета: відпрацювати вміння позитивної самопрезентації.

Учасники сідають у коло, кожен по черзі називає своє ім'я і говорить фразу, яка починається зі слів: «Мій друг сказав би про мене, що я...».

Висловлюються всі, починаючи з ведучого.

Вправа «Правила роботи у групі»

Мета: пригадати правила роботи у групі. Ведучий пропонує назвати одне правило і пояснити його, при цьому праву руку ставить на ліве плече сусіда справа.

Правила роботи у групі:

- активна участь дітей у занятті;
- один говорить — інші слухають;
- правило піднятої руки;
- конфіденційність;
- не оцінювати одне одного;
- дотримуватися принципу «тут і тепер»;
- поважати думку одне одного.

Вправа «Очікування»

Мета: визначити, що учасники очікують від заняття. Учасникам роздають невеликі аркуші паперу. Тренер просить написати на них, чого саме підлітки чекають від заняття. Після цього аркуші вивішують на дошці.

Вправа «Тваринка»

Мета: визначення особистісних особливостей кожного учасника.

Матеріали: аркуші паперу А4. Кожному учаснику на папері пропонують написати ім'я, не обов'язково справжнє. Під ім'ям малюють тваринку і називають її. Після індивідуальної роботи учасники по черзі називають своє ім'я і характеризують свою тваринку. Усі тваринки презентуються.

Вправа «Біле і чорне»

Мета: розвивати вміння критично ставитися до себе. Учасники на аркуші білого паперу записують позитивні риси характеру, а на чорному — негативні.

Обговорення:

- Що відчували учасники при виконанні цього завдання?
- Які риси характеру було важче виділити?

Вправа «Супермаркет»

Мета: формування навичок самоаналізу, самопізнання, поглиблення знань одне про одного через розкриття якостей кожного учасника. Ведучий розповідає підліткам, що вони знаходяться у супермаркеті, де можна

продавати і купувати риси характеру. Після цього він роздає їм по 2 смужки паперу. Учасники на одній смужці записують рису характеру, яку хотіли б продати, а на іншій — рису характеру, яку хотіли б купити. Далі всі учасники по черзі зачитують те, що написали на смужках паперу, і кидають їх у картонну коробку. Тренер перемишує смужки, не дивлячись, витягує по 2 смужки і роздає підліткам.

Обговорення:

- Які риси характеру ви змушені були витягнути?
- Чи можете ви прийняти такі риси характеру?
- Для чого, на вашу думку, була ця вправа?

Вправа «Інша думка»

Мета: розвиток моральних якостей особистості, можливість побачити себе очима друзів.

Матеріали: аркуші паперу А4, список особистісних якостей. Діти називають по черзі всі пори року й відповідно об'єднуються у 4 групи. Один учасник із кожної групи виходить за двері. Кожна група складає характеристику свого представника. Діти запрошуються до класу, і представник групи зачитує їхні характеристики. Вправа закінчується, коли кожен учасник отримав характеристику.

Обговорення:

- Що дала вам ця вправа?
- Із чим ви погодилися?
- Із чим не погоджуєтесь?

Вправа «Незакінчене речення»

Мета: усвідомлення значимості своєї ролі у формуванні соціально психологічного клімату в групі.

Учасники продовжують речення:

- Мені притаманні такі риси характеру...
- Я хотів би, щоб у нашому класі всі були...
- Мені подобаються такі якості в людях...
- У майбутньому я...

Обговорення:

- Чи важко було говорити про притаманні вам риси характеру?
- Що дала ця вправа?

Вправа «Підсумок»

Ведучий запитує:

— Що нового ви дізналися сьогодні на занятті?

— Чи змінили ставлення одне до одного?

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«СПРОБУЙ ПОДОЛАТИ СВОЇ НЕДОЛІКИ»

Мета: створення позитивного психологічного клімату; формування навичок самоаналізу та самоконтролю.

Вправа «Не хочу хвалитися, але я...»

Мета: відпрацювання вміння самопрезентації; зняття психоемоційного напруження. Ведучий пропонує підліткам по колу закінчити фразу: «Не хочу хвалитися, але я...».

Вправа «Спілкуємося»

Мета: дізнатися про свого друга якнайбільше; розвивати комунікативні навички. Учасники за принципом «день і ніч» об'єднуються в пари по двоє.

Завдання дітям: за 5 хвилин дізнатися від свого партнера якнайбільше інформації про нього. Потім учасники обмінюються ролями. Після завершення інтерв'ю учасники по колу представляють свого сусіда, виходячи

з того, що про нього дізналися. Якщо учасники вперше виконують таку вправу, тренер може запропонувати підказки на теми: «Чого ще не знає група?», «Що я люблю, а чого не люблю?» тощо.

Вправа «Мокрий собака»

Мета: зняти психоемоційне напруження, створити позитивну атмосферу.

Ведучий пропонує учасникам утворити коло й уявити таке: «Ви мокрий собака, який вийшов із води. Зараз струсіть воду з голови, тепер із правої лапки, з лівої, із задніх лапок, з усього тіла». Вправу можна повторити декілька разів.

Вправа «Мої досягнення»

Мета: виявити досягнення і прагнення групи. Ведучий пропонує учасникам продовжити незакінчені речення:

- Я досягнув...
- Я прагну...
- Я впевнений...
- Я дуже хочу...
- Я намагаюся...

Обговорення. Ведучий пропонує висловитися з кожного твердження.

Вправа «Бар'єри»

Мета: усвідомлення майбутніх життєвих перспектив.

Ведучий пропонує подумати декілька хвилин і відповісти на запитання: «Що вам заважає в досягненні ваших мрій?». Необхідно написати ваші якості, риси характеру, що заважають у досягненні мрій.

Обговорення.

Вправа «Подолання невдачі»

Мета: допомога в подоланні комплексу невдахи. Діти об'єднуються у три групи за кольорами світлофору. Їм пропонується розіграти ситуації про незадоволення якоюсь діяльністю чи розмовою:

- я не вмію малювати;
- знову мені не вдалося добре виконати вправу;
- я зробив багато помилок у контрольній.

Обговорення:

— Чому виникають такі ситуації?

— Як зробити так, щоб не потрапляти в них?

Вправа «Компліменти»

Мета: підняти самооцінку підлітка. Психолог пропонує зробити коло і, кидаючи учаснику м'яку іграшку, говорити комплімент.

Вправа «Емоційний ланцюжок»

Мета: створення позитивної ситуації у групі, зняття напруження. Ведучий запитує у підлітків: «З якою емоцією ви завершуєте заняття?».

Усі учасники по колу називають емоцію.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ПОЗИТИВНИЙ ОБРАЗ «Я»»

Мета: формування вміння знаходити позитивне в собі та в інших, здатність говорити про своє позитивне ставлення до себе.

Завдання:

- формувати навички взаємоповаги;
- формувати уявлення підлітка про позитивний образ «Я»;
- сприяти виробленню адекватної самооцінки;
- формувати навички спілкування без оцінок.

Вправа «Очікування»

Мета: актуалізувати увагу учасників, отримати інформацію про те, що вони очікують від заняття. Психолог роздає підліткам стікери у вигляді листочків, на яких учні пишуть свої очікування, озвучують їх і прикріплюють на дерево.

Гра-розминка «Емоції та ситуації»

Мета: активізація учасників для роботи у групі, тренування навичок контролю емоцій.

Матеріал: м'яч.

Учасники стають у коло. Ведучий. Зараз кожен учасник назве одну емоцію або почуття і запам'ятає, що він назвав. Я починаю: «Радість». Коли всі назвали по одній емоції і запам'ятали її, ведучий продовжує вправу.

Ведучий. А тепер кожен називає якусь ситуацію і кидає м'яч іншому учасникові, пропонуючи продовжити речення і назвати свою емоцію чи почуття. Наприклад: «Коли я працюю на роботі, то відчуваю радість!».

Гра закінчується, коли м'ячик побуває у кожного з учасників.

Вправа «Репортер»

Мета: формування вміння оцінювати власні позитивні якості. Один з учасників групи бере інтерв'ю в інших членів групи, пропонуючи кожному сказати кілька слів про себе для святкової телепередачі на честь успішного завершення якоїсь важливої справи, в якій брали участь підлітки.

Обговорення:

— Чи важко було говорити про себе?

— Можливо, ви ще хотіли б зробити добру справу? Чому?

Вправа «Бомбардування позитивними якостями»

Мета: формування вміння знаходити позитивне в собі та в інших.

Підліток сідає на стілець, що стоїть у центрі кола, і заплющує очі. Кожен учасник групи по черзі підходить до нього та пошепки промовляє кілька слів про його гарні риси, за які він його цінує і любить. Таке «бомбардування» позитивними емоціями отримує кожен учасник групи.

Вправа «Ти будеш мною, а я — тобою»

Мета: розвиток здатності формування навичок безоціночного спілкування.

Двоє учасників «обмінюються особистостями»: кожен вдає, що він — інший: для цього копіює його мову, жести, поведінку, висловлювання. Після того, як вони деякий час (15 хв) спілкуються в такий спосіб, кожен із двох розповідає, що він відчував, коли бачив своє зображення іншим. Як він вважає, це було справді схоже чи кумедно? Що він пізнав нового, коли побачив, як виглядає зі сторони тощо? Потім уся група обговорює побачене. Підлітки роблять висновок, що вміння поставити себе на місце іншого — дуже важливий елемент навичок комунікацій. У цій вправі потрібно обов'язково дотримуватися правил: «Не роби навмисно нічого такого, що могло б неприємно зачепити почуття того, чию роль ти граєш».

Вправа «Я — впевнена людина»

Мета: сприяння вмінню формувати бажані риси характеру; підтримка

бажання до самовдосконалення. Учасники по черзі називають пори року і відповідно об'єднуються в чотири групи. Кожна підгрупа отримує правило (і повинна його зобразити) формування особистості на аркуші А4 у довільній формі.

Правило 1

Уранці докладіть максимум зусиль, щоб вийти з дому в найкращому вигляді. Упродовж дня намагайтеся заглянути у дзеркало, щоб переконатися, що у вас привабливий вигляд. Перед сном потіштеся собою. Ви — найкращі.

Правило 2

Не загострюйте увагу на своїх фізичних вадах. Вони є у всіх. Адже більшість людей або не помічає їх, або не знає, що вони у вас є. Що менше ви думаєте про них, то краще почуваетесь.

Правило 3

Не будьте надто критичні до інших. Якщо ви часто наголошуєте на вадах інших людей, і така критичність стала для вас звичкою — її треба якомога швидше позбутися. Інакше ви будете щоразу думати, що ваш одяг і вигляд — найкраща підстава для критики. Впевненості це не додає.

Правило 4

Пам'ятайте, що людям понад усе подобаються слухачі. Вам не обов'язково промовляти багато дотепних реплік, щоб привернути увагу та викликати прихильність. Слухайте уважно інших, і вони поважатимуть вас. Говоріть переважно на тему, приємну для вашого співрозмовника, цікавтеся його справами та виявляйте щирий інтерес до його захоплень. Після закінчення підготовки кожна підгрупа презентує своє правило. Учасники обмінюються думками про те, наскільки ці правила притаманні для них.

Вправа «Закінчіть фразу»

Мета: підвищення самооцінки учасників. Учасники по черзі говорять таке:

— Сьогодні я дізнався про те, що я...

— Мені було приємно, коли...

Вправа «Квітка побажань»

Мета: релаксація.

Для цієї вправи використовують квітучий вазон, кущик фіалки, які по черзі передають кожному учаснику тренінгу. Передавши квітку, говорять побажання: «Я тобі бажаю...». Тренер дякує учасникам за щирість і співпрацю.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ТВОРИМО ДОБРО І ПОСМІХАЙМОСЯ КОЖНОМУ»

Мета: формування в учнів почуття власної гідності і поваги до людей; пізнати себе.

Завдання:

- розвивати вміння поважати інших;
- формувати здатність до вираження своїх почуттів;
- формувати адекватну самооцінку;
- розвивати вміння вести розмову, позитивно впливати на інших людей.

Вправа «Правила групи»

Мета: актуалізація правил групової роботи. Ведучий пропонує пригадати правила роботи у групі.

Вправа «Доброта»

Мета: визначити і з'ясувати сутність поняття «доброта» і «добрий вчинок».

Учасники пишуть, як вони розуміють поняття «доброта».

Ведучий пропонує дітям згадати і розказати про свої добрі вчинки. Після цього кожен висловлюється. Ведучий допомагає зробити загальний висновок.

Доброта:

- це допомога ближнім;
- повага до інших;
- здатність до співчуття;
- вміння вибачати.

А зараз ми перейдемо до вправи, яка називається «Я тобі вибачаю».

Вправа «Я тобі вибачаю»

Мета: формування вміння вибачати образи. Учасники стають у коло, по черзі пригадують образи, які колись і хтось завдав (якщо їх немає, то вигадують).

Ведучий вказує на одного з учасників групи і дає йому завдання: підійти до будь-яких трьох членів групи і вибачити їм образи, почуті у групі. Не можна, щоб учасник вибачав образи, висловлені тим учасником, до якого він підійшов. Наступним гравцем стає той, до кого підійшов попередній гравець. Ведучий наголошує, що учасники групи мають запам'ятовувати висловлювані у групі образи і вибачити, не задумуючись, стосуються вони учасників групи чи ні.

Обговорення:

— Що ви відчували, коли виконували цю вправу?

— Що було найважчим?

Вправа «Поважний стілець»

Мета: формування позитивного образу «Я»; підняття самооцінки.

Психолог пропонує учасникам сісти колом. Посередині стоїть порожній стілець, який умовно називають «поважним». Завдання: сідаючи на стілець,

зобразити самоповагу, гідність і з упевненістю охарактеризувати себе з позитивного боку. Ведучий дає змогу всім учасниками посидіти на «поважному стільці».

Вправа «Сила дихання»

Мета: навчання дітей за допомогою дихання нормалізувати психологічний стан.

Ведучий. Сядьте зручно і зосередьтеся на своєму диханні. Коли ви видихаєте повітря, сконцентруйтеся на тому, чого прагнете позбутися. А вдихаючи, побажайте собі сили, енергії, наснаги. Вправу виконують протягом хвилини.

Вправа «Приказки»

Мета: усвідомлення своїх вчинків, формування навичок самоаналізу.

Як ви розумієте такі твердження?

- Дерево міцне корінням, а людина — друзями.
- Брехнею світ пройде, та назад не вернешся.
- Пташка красна пір'ям, а людина — своїм знанням.
- Берись дружно — не буде сутужно.
- Хто бреше, тому легше, хто правдує — той бідує.
- Хто чисте сумління має, той спокійно спати лягає.

Ведучий пропонує обговорити прислів'я.

Вправа «Ситуації»

Мета: формування навичок аналізу доброзичливого ставлення.

Необхідно знайти позитивні слова у запропонованих ситуаціях (діти працюють у парах, ситуації надруковані на окремих картках):

- картка 1. Друг занедужав;
- картка 2. Поділися яблуком;
- картка 3. Друг одержав погану оцінку;
- картка 4. Хтось зателефонував;
- картка 5. Приятель запропонував пограти у гру;
- картка 6. Поділися цукерками;
- картка 7. Тебе запросили у гості;
- картка 8. Однокласник просить поділитися печивом;
- картка 9. Ти не можеш виконати прохання друга;
- картка 10. Друг штовхнув тебе;
- картка 11. Ти заходиш до класу;
- картка 12. На заміні ти хочеш узяти участь у грі;
- картка 13. Ви зустрілися після розлуки;
- картка 14. Сусід тебе скривдив;
- картка 15. Ти втішаєш і розраджуєш друга.

Долина і пісок

Дівчина, гуляючи разом із мамою пляжем, запитала:

— Мамо, як мені поводитися, щоб утримати своїх улюблених друзів?

Мама подумала хвилинку, потім схилилась і взяла дві пригорщі піску.

Підняла обидві руки вгору і затиснула міцно одну долоню. А пісок утікав крізь її пальці: що більше стискала пальці, то швидше висипався пісок.

Друга долоня була відкритою: весь пісок на ній залишився.

Дівчинка дивилася здивовано, а потім вигукнула...

Обговорення:

— Як ви думаєте, що сказала дівчинка?

— Що треба робити, щоб не втратити друзів?

psiholog.1veresnya@gmail.com

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ЯК СЕБЕ КОНТРОЛЮВАТИ?»

Мета: розвиток навичок контролю емоційної ситуації.

Завдання:

- з'ясувати роль емоцій у міжособистісному спілкуванні;
- розвивати самосвідомість підлітків;
- розширювати знання учасників про методи самостійної регуляції власного емоційного стану.

Вправа «Мій настрій»

Ведучий пропонує кожному учаснику намалювати свій настрій. Після завершення — презентації малюнків і розповіді про них.

Вправа «Відгадай»

Мета: навчання дітей розпізнавання емоційних станів.

Психолог роздає підліткам конверти із завданням: виразити мімікою певні емоції, а всі інші мають їх відгадати.

Обговорення. Кожен висловлює свої враження.

— Чи важко було показати власні емоції?

Вправа «Спокійні та агресивні відповіді»

Мета: формування _____ адекватних реакцій у різних ситуаціях.

Кожному учаснику пропонується продемонструвати в заданій ситуації спокійні, впевнені та агресивні відповіді. Для кожного учасника використовується лише одна ситуація.

Ситуації:

- друг розмовляє з вами, а ви вже хочете йти;
- ваш колега відволікає вас від важливої справи, ставить запитання, які заважають працювати;
- вас хтось дуже образив.

Вправа «Склянка»

Мета: емоційне усвідомлення своєї поведінки. Дітям пропонується взяти одноразову склянку і зробити з нею те, що ви зробили б у стані агресії. Потім ведучий пропонує повернути предмет до первісного вигляду.

Обговорення:

— Чи можемо ми після агресивних дій усе відновити?

— Чи бувало, що після агресії ви шкодували про свої дії?

Висновок. Усе це — речі, в яких є певна цінність, а найцінніший скарб — душа людини. Як ми можемо відновити її, не залишивши слідів?

Вправа «Дихання»

Мета: зняття напруження, оптимізація емоційного стану. Сідаємо зручно, розслаблюємося і заплющуємо очі. Зосереджуємося на своєму диханні: на вдиху і на видиху. Видихаємо неспокій, втомленість, тривогу, а вдихаємо силу, енергію, хороші почуття. Час виконання вправи — 5 хв.

Вправа «Сердиті кульки»

Мета: розвиток самоконтролю. Психолог пропонує дітям надути кульки і зав'язати їх. Кулька символізує тіло, а повітря в ній — гнів. Як витягнути цей гнів ізсередины? Якщо не надувати кульку, що з нею станеться? А з людиною? Як зробити так, щоб повітря вийшло, а кулька залишилася цілою? Чи може людина контролювати свій гнів? Може! У формуванні самоконтролю перед агресією велику роль відіграє розвиток психічних процесів: емпатії, ідентифікації.

Вправа «Згода, незгода, оцінка»

Мета: навчання учасників висловлювати свої почуття без оцінок, невдоволення та образ. Ведучий об'єднує підлітків у три підгрупи за кольорами світлофору. Кожна група отримує аркуш паперу форматом А3 і картку із завданням.

Варіанти завдань:

- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких висловлюєте згоду;
- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких висловлюєте незгоду;
- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких оцінюєте дії або вчинки іншого. Кожна група по черзі презентує результати своєї роботи. Психолог наголошує, що для ефективного і толерантного спілкування важливо вміти висловлювати свою точку зору, не ображаючи інших.

Обговорення:

— Чи була цікава вам ця вправа?

— Що ви зрозуміли?

Історія «Скибка хліба»

Якось один чоловік, який уже двадцять років не ходив до церкви, підійшов

до священника. За хвилю вагання, майже з плачем, почав розповідати: «Мої руки забруднені кров'ю. Сталося це тоді, коли ми відступали на російському фронті. Щодня хтось із нас помирав від ран або голоду. Нам дали наказ — не входити до хат без рушниці і стріляти при найменших рухах місцевих жителів... У хаті, куди я увійшов, був лише один старий і дівчинка-підліток.

— Хліба дайте, хліба! — жадібно просив я. Дівчинка нахилилась... Я думав, що вона хотіла взяти якусь зброю, бомбу. Я вистрелив...

Дівчинка впала... Коли я підійшов, то побачив, що вона тримала в руці скибку хліба. Я вбив чотирнадцятирічну дівчинку, яка хотіла дати мені хліба... Повернувшись додому, я почав пити, щоб забути все це... Але не можу... Чи простить мені Бог?». Хто ходить із зарядженим крісом, той вистрелить. Якщо єдиним знаряддям, яке ти маєш, є молоток, і ти носиш його за собою, то інші люди будуть для тебе цвяхами: цілий день будеш бити по них.

Обговорення:

— Які агресивні та жорстокі дії людини впливають на життя?

— Як ставляться до таких людей у соціальному середовищі?

Вправа «Емоція по колу»

Мета: створення хорошого настрою. Психолог пропонує по колу сказати про свій емоційний стан у цей момент.

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«Я І МОЄ ЗДОРОВ'Я»

Мета: формування усвідомлення цінності здоров'я як основи для успішної реалізації життєвих цінностей; актуалізація відчуття важливості здоров'я та необхідності дбайливого і необхідного ставлення до нього.

Завдання:

- сприяти усвідомленню цінностей здорового способу життя для здоров'я;
- сприяти засвоєнню знань про фактори ризику на здоров'я;
- допомагати усвідомленню власної поведінки та способу життя як найважливішого фактору, що впливає на здоров'я людини.

Вправа «Правила роботи у групі»

Мета: закріплення правил роботи у групі.

Психолог пропонує учасникам по черзі прокоментувати по одному правилу.

Вправа «Очікування»

Мета: визначення очікувань учнів від занять. Учасники на різнокольорових стікерах у вигляді яблук пишуть про свої сподівання і прикріплюють їх на яблуню.

Легенда про пихатого мандарина

Колись давно у старому Китаї жив розумний, але надзвичайно пихатий мандарин (державний урядовець). Цілий день він тільки те й робив, що приміряв багате вбрання і вихвалявся своїм розумом. Так минали дні за днями, роки за роками... Аж ось країну облетіла звістка, що неподалік оселився чернець, розумніший за мандарина. Мандарин страшенно розлютився, але не виказав цього ні жестом, ні словом. Задумав він оголосити поєдинок і відстояти славу наймудрішого нечесним способом: «Візьму я в руки метелика, сховаю його за спиною і спитаю, що у мене в руках — живе чи мертве? Якщо чернець скаже, що живе, я задушу метелика, а якщо мертве — випущу його». І ось настав день поєдинку. У пишній залі зібралося багато людей, усім кортіло побачити змагання найрозумніших людей у світі. Мандарин сидів на високому троні, тримав за спиною метелика і з нетерпінням чекав приходу ченця. Аж ось двері відчинились, і до зали увійшов невеликий худорлявий чоловік. Він підійшов, привітався і сказав, що готовий відповісти на будь-яке запитання. Тоді пихатий мандарин запитав: «Скажи-но мені, що я тримаю в руках — живе чи мертве?». Мудрець усміхнувся й відповів: «Усе у твоїх руках». Збентежений мандарин випустив метелика з рук, і той полетів, радісно тріпочучи яскравими крильцями.

Обговорення:

— Як ви розумієте вислів «Усе у твоїх руках»?

— Від кого залежить рішення, яке ми приймаємо?

Висновок. Усе, що робить людина, залежить, у першу чергу, лише від неї, вибір може впливати на її майбутнє.

Мозковий штурм «Що таке здоров'я?»

Мета: активізація знання учасників про важливість здоров'я, визначення поняття здоров'я. Психолог говорить, що здоров'я дуже важливе у нашому житті. Відомо понад 200 визначень поняття «здоров'я». Давайте й ми визначимо, що таке здоров'я. Усі пропозиції учасників записуються на дошці. За визначенням ВООЗ, здоров'я — стан повного фізичного, духовного або соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад.

Вправа «Що формує здоров'я?»

Мета: визначення особливостей поведінки та способу життя як найважливіших чинників, що впливають на здоров'я людини.

Психолог пропонує учасникам подумати, які існують фактори впливу на здоров'я людини. Пропозиції записують на стікерах. Після того, як усі пропозиції записано, психолог пропонує об'єднати схожі фактори, виділити найсуттєвіші: спадковість, медицина, навколишнє середовище, спосіб життя

людини. Наукові дослідження дають нам такі результати щодо вагомості впливу тих чи інших факторів на здоров'я людини:

- спадковість — 20 %;
- рівень медичного забезпечення — 10 %;
- екологія — 20 %;
- спосіб життя — 50 %.

Хоч існує декілька важливих чинників, що впливають на розвиток і збереження здоров'я, поведінка людини, її спосіб життя є вирішальним у збереженні здоров'я.

Вправа «Мінялки»

Мета: активізація уваги, зняття психологічного напруження. Ведучий пропонує дітям помінятися місцями за певною ознакою. Наприклад, міняються ті, в кого світле волосся, темні очі тощо.

Вправа «Шляхи здорового способу життя»

Мета: формування розуміння учасниками суті здорового способу життя, того, в яких діях і поведінці воно проявляється. Ведучий дає визначення «здорового способу життя». Здоровий спосіб життя — така життєдіяльність людини, що сприяє збереженню і зміцненню її здоров'я.

Учасники об'єднуються у три підгрупи, кожна з яких отримує завдання: на рулоні паперу створити «Шлях здорового способу життя».

Важливо звернути увагу і допомогти учасникам сформулювати їхні позиції щодо збереження розвитку здоров'я. Відповідати на запитання: «Що робити, як діяти?».

Вправа «Усмішка по колу»

Мета: створення позитивної атмосфери у групі.

Тренер пропонує всім учасникам узятися за руки і по колу усміхнутися своєму сусідові.

psiholog.1veresnya@gmail.com

ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ

«ВІДПОВІДАЛЬНА ПОВЕДІНКА»

Мета: формування навичок відповідального прийняття рішень.

Завдання:

- сприяти усвідомленню своєї поведінки, розумінню власних вчинків;
- відпрацювати навички прийняття рішення.

Вправа «Очікування»

Мета: дізнатися, що кожен учасник очікує від заняття.

На аркуші ватману, що висить на дошці, намальоване сонечко. Ведучий роздає виготовлені з паперу «промінчики сонця». На них підлітки записують

свої очікування від заняття і прикріплюють до сонечка.

Гра «Вузли»

Мета: формування навичок аналізу у п

Якщо дитина пішла з дому

Не шукайте проблему назовні - "зманили друзі", цікавиться подорожами, "Америкою". Дитина пішла, тому що їй погано. Найчастіше погано саме в сім'ї. Зрозуміло, більшість збігає не від хорошого життя. Але найчастіше поведінка дітей абсолютно незрозуміла.

Виявляються два типи сімей, в яких вирости "бігуни". З повних сімейних союзів матеріально забезпечених і прямо погано впливають на дитину: перший - із споживчим стилем виховання, де матеріальне благополуччя поєднувалося з повною бездуховністю, і другий - з відсутністю - емоційних контактів батьків з дітьми, нормальних, теплих взаємин.

Сприятливі відносини в сім'ї, зазвичай переносяться і в навчальну (діяльність) групу. Учні з таких сімей куди легше будують гарні взаємини зі своїми однолітками. Чому так буває?

Причин, що спонукають дитину з благополучної сім'ї вибрати "свободу" - безліч.

Ревнощі. Вони можуть бути спрямовані не тільки на молодшого брата. Об'єктом ревнощів може бути новий чоловік матері або нова дружина татуся, і навіть батьківська робота. У будь-якому випадку дитині починає здаватися що його "зовсім не люблять». Біг з дому - це спроба повернути до себе увагу.

Романтика. Начитавшись книг, надивившись фільмів, вони раптом переймаються бажанням "стати сильними", довести собі та іншим, що можуть прожити без батьків, виїхати без супроводу на інший кінець країни, пошукати пригод на свою голову і абсолютно самостійно з них виплутатися. Ті, кому виплутатися вдається, зазвичай повертаються додому.

Образ. "Ситуаційне бродяжництво" - коли дитина йде з дому після скандалу з батьками. Вона зовсім не хоче залишати будинок і залишається

на вулиці. У виховних цілях «полякати батьків» і домогтися свого і якщо їй це вдається, підліток бере метод на озброєння і надалі використовує його постійно.

Дружба. Від зв'язку з поганою компанією не застрахований жоден підліток. Іноді друзі підбивають "не бути маминим синком" і не "кидати компанію" - і підліток йде "розважатися": не ночує вдома, пропадає з поля зору батьків ... Ця ситуація, мабуть, найнебезпечніша з усіх: можливо, це дорога у кримінальну групу.

ЩО РОБИТИ?

- Якщо ви відчули, що втрачаєте контакт з дитиною, не пускайте справу на самоплив - зверніться до психолога.

- Якщо дитина одного разу вже тікала з дому - поговоріть з нею після повернення. Розберіть ситуацію по деталях - вам обом стане легше, просто тому, що ви виговорилися.

- Завжди підкреслюйте значимість дитини для вас. Залучайте її до "дорослої роботи", радьтеся з нею, нехай проявить мужність і самостійність у себе вдома.

- З молодшого віку привчайте до чистоти, виховуйте гидливість. Якщо не діють раціональні доводи, то спрацює інстинкт: дитина не зможе спати в бруді і не митися кілька днів.

- Не забороняйте приводити додому друзів - будете знати, з ким маєте справу. А добрі стосунки з друзями вашої дитини підсилюють довіру і всередині сім'ї.

Готуйтеся до повернення дитини додому: купіть подарунок, подумайте, яким чином ви продемонструєте свою радість від її появи: що вона вам потрібна, що необхідна; відразу ж залучіть її до якоїсь сімейної справи, яку здатна зробити тільки вона. Відверто запитайте себе:

1 - чи бачу я особистість у своїй дитині?

2 - поважаю я її?

3 - чи люблю я її просто за те, що вона є (а не за якісь вчинки)?

4 - чи є у дитини своя кімната або хоча б свій кут?

5 - дитина повинна мати свою шафу, полку для білизни, стіл для занять, місце для іграшок і т.д.

6 - дозволяю я дитині робити те, що вона хоче (завести собаку, ліпити, малювати, ...)?

7 - даю я дитині мінімум кишенькових грошей, щоб вона могла витратити їх просто так?

8 - чи є в сім'ї, рідні чоловік, з яким дитина могла б погуляти, помовчати, зробити якесь корисне діло?

Пам'ятайте, що найбільш позитивний вплив на виховання надають дідусі та бабусі, навіть якщо батьки в розлученні, забороняти спілкуватися з ними не можна.

Сходіть в школу і попередьте педагогів і адміністрацію про те, що трапилося.

Ні педагогам, ні батькам не слід випитувати в дитини про причини втечі: дитина не знає справжню, глибинну причину. Зовнішня причина (сварка з батьками, образа в школі, несправедливість) - тільки привід, що послужив поштовхом до втечі.

Догляд дитини - це серйозний показник глибинного неблагополуччя в сім'ї, пояснити суть якого може тільки фахівець.

Тому, зустрівши дитину, необхідно звернутися до психолога, інакше втечі з дому повторяться, і, в кінцевому підсумку, можуть призвести до більш серйозних наслідків (протиправні вчинки дітей використовує в своїх цілях злочинний світ).

ЛЮБІТЬ ДІТЕЙ!

Але любов має бути світлою і розумною.

Методика «Будиночок»

01.11.2013, 19:07

Методика «Будиночок» (Н. І. Гуткіна) являє собою завдання на змальовування картинки із зображенням будинку, окремі деталі якого складаються з елементів писаних літер. Методика розрахована на дітей віком 5–10 років і може використовуватися для визначення готовності дитини до школи.

Ціль дослідження: визначити здібності дитини до копіювання складного зразка. Завдання дозволяє виявити вміння дитини орієнтуватися за зразком, точно його копіювати,

визначити особливості розвитку мимовільної уваги, просторового сприйняття, сенсомоторної координації та дрібної моторики рук.
Матеріали: зразок малюнка, аркуш паперу, олівець.



Хід дослідження

Перед виконанням завдання дитині дається інструкція: «Перед тобою лежить аркуш паперу та олівець. Намалюй на цьому аркуші точно таку саму картинку, як на цьому листочку (перед малюнком кладеться аркуш із зображенням будинку). Не поспішай, будь уважним, постарайся, щоб твій малюнок був точно таким самим, як на зразку. Якщо ти щось намалюєш не так, не стирай гумкою (необхідно прослідкувати, щоб у дитини не було гумки). Потрібно поверх неправильного малюнка чи поряд намалювати правильно. Тобі зрозуміло завдання? Тоді берись до роботи».

По ходу виконання завдання необхідно зафіксувати:

1. Якою рукою малює дитина (правою чи лівою).
2. Як вона працює зі зразком: як часто дивиться на нього, чи проводить над малюнком-зразком уявні лінії, що повторюють контури картинку, чи порівнює намальоване зі зразком або малює по пам'яті.
3. Швидко чи повільно проводить лінії.
4. Чи відволікається під час роботи.
5. Висловлювання та запитання під час малювання.
6. Чи звіряє після закінчення роботи свій малюнок зі зразком.

Коли дитина повідомляє про закінчення роботи, їй пропонується перевірити, чи все у неї правильно. Якщо вона побачить неточності у своєму малюнку, то може їх виправити, але це має бути зафіксовано експериментатором.

Обробка та аналіз результатів

Обробка експериментального матеріалу проводиться методом підрахунку балів, що нараховуються за помилки. Помилки бувають такими.

1. Відсутність будь-якої деталі малюнку (4 бали). На малюнку можуть бути відсутні паркан (одна або дві половини), дим, труба, дах, штриховка на даху, вікно, лінія, що зображує основу будинку.
2. Збільшення окремих деталей малюнка більш ніж удвічі при відносно правильному збереженні розміру всього малюнка (3 бали за кожну збільшену деталь).
3. Неправильно зображений елемент малюнка (3 бали). Неправильно можуть бути зображені кільця диму, паркан, штриховка на даху, вікно, труба. Причому якщо неправильно намальовані палички, з яких складається права (ліва) частина паркану, то 2 бали нараховується не за кожну неправильну паличку, а за всю праву (ліву) частину паркану в цілому. Те саме стосується і кільця диму, що виходять із труби, і штриховки на даху будинку: 2 бали нараховується не за кожне неправильне кільце, а за весь неправильно скопійований дим; не за кожну неправильну лінію в штриховці, а за всю штриховку даху в цілому.

Права і ліва частини паркану оцінюються окремо: так, якщо неправильно змальована права частина, а ліва скопійована без помилок (чи навпаки), то дитина отримує за намальований паркан 2 бали; якщо ж допущені помилки і в правій, і в лівій частині, то 4 бали (за кожну частину по 2 бали). Якщо частина правого (лівого) боку паркану скопійовані правильно, а частина неправильно, то за цей бік паркану нараховується 1 бал; те ж саме стосується і кільця диму, і штриховки на даху: якщо тільки одна частина кільця диму змальована правильно, то дим оцінюється 1 балом; якщо тільки одна частина штриховки на даху відтворена правильно, то вся штриховка оцінюється 1 балом. Неправильно відтворена кількість елементів у деталі малюнка не вважається помилкою, тобто не важливо, скільки буде паличок на паркані, кільця диму чи ліній у штриховці даху.

4. Неправильне розташування деталей в просторі малюнка (1 бал). До помилок цього виду належать: розташування паркану не на загальній із основою будинку лінії, а вище неї, будинок ніби

висить у повітрі чи нижче лінії основи будинку; зміщення труби до лівого краю даху; суттєве зміщення вікна в будь-який бік від центру; розташування диму більш ніж на 30° відхилення від горизонтальної лінії; основа даху по розміру відповідає основі будинку, а не перебільшує її (на зразку дах нависає над будинком).

5. Відхилення прямих ліній більше ніж на 30° від заданого напрямку (1 бал): вертикальних і горизонтальних ліній, з яких складається будинок і дах; паличок паркану; зміна кута нахилу бокових ліній даху (розташування їх під прямим чи тупим кутом до основи даху замість гострого); відхилення лінії основи паркану більш ніж на 30° від горизонтальної лінії.

6. Розриви між лініями в тих місцях, де вони мають бути з'єднані (1 бал за кожен розрив). У тому випадку якщо лінії штриховки на даху не доходять до лінії даху, 1 бал ставиться за всю штриховку в цілому, а не за кожен неправильну лінію штриховки.

7. Ліній налазять одна на одну (1 бал за кожне налізання). У разі якщо лінії штриховки на даху залазять за лінії даху, 1 бал ставиться за всю штриховку в цілому, а не за кожен неправильну лінію штриховки.

Хороше виконання малюнка оцінюється як «0» балів. Таким чином, чим гірше виконане завдання, тим вище отримана піддослідним сумарна оцінка. Однак при інтерпретації результатів експерименту необхідно враховувати вік дитини. Діти 5 років майже не отримують оцінки «0» через недостатню зрілість мозкових структур, що відповідають за сенсомоторну координацію.

При аналізі дитячого малюнка необхідно звернути увагу на характер ліній: дуже жирні чи «кошлаті» лінії можуть свідчити про стан тривожності дитини. Але висновок про тривожність у жодному разі не можна робити лише на підставі цього малюнка. Підозри необхідно перевірити спеціальними методиками на визначення тривожності.

Методику «Будиночок» можна проводити як індивідуально, так і в невеликих групах.

Результат виконання методики в балах визначається не стільки для порівняння однієї дитини з іншою, скільки для відслідковування змін у сенсомоторному розвитку однієї і тієї самої дитини в різному віці.

1
2
3
4
5

Категорія: [ПРАКТИЧНИЙ ПСИХОЛОГ](#) | Додавил: [yrok](#) | Теги: [«Будиночок»](#), [методика](#)

Просмотров: **287** | Загрузок: **0** | Рейтинг: **5.0/1**

Схожі матеріали

- [Інтенсифікація навчального процесу шляхом використання продуктивних технологій проблемного навчання](#) Укладач: Євстігнєєва О.І. Криворізька пе
- [Використання ІКТ у початковій школі](#)
- [Тести по всім темам інформатики-9](#)
- [Використання ІКТ на уроках в початкових класах](#)
- [Застосування мультимедійних засобів навчання з метою стимулювання креативності учнів початкових класів](#)
- [Педагогічні основи використання інформаційно-комунікаційних технологій навчання в початковій школі](#)
- [Методика визначення навчальної мотивації \(М. Гінзбург\)](#)
- [Анкета "Методика незакінчених речень"](#)
- [Методика використання інформаційних технологій у початковій школі](#)
- [Методика використання мультимедіа технологій на уроці](#)

ПОПЕРЕДЖЕННЯ НАСИЛЬСТВА У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ЗАКЛАДІ

19.07.2013, 20:20

Практичний психолог при складанні плану дій має визначитись із впливом проблеми домашнього насильства на психологічний клімат навчального закладу, а також залучити до спільних дій усіх, хто може сприяти вирішенню проблеми, — державні установи та громадські організації. Найкраще ввести у практику

меморандум дій, у якому будуть прописані заходи, їхній результат, хто за що відповідатиме.

Досвід нашої роботи з попередження домашнього насильства дозволяє запропонувати таку модель дій психолога:

1. Визначитися зі станом проблеми у навчально-виховному закладі:

- провести анкетування, дослідження актуальності;
- зібрати інформацію про ставлення до насильства;
- скласти список організацій, які можуть допомогти у протидії домашньому насильству.

2. Визначитися з основними напрямками своєї діяльності:

- профілактична та пропагандистська робота;
- сприяння усвідомленню проблеми учасниками навчально-виховного процесу;
- просвітницькі акції.

3. Визначити партнерів і напрями для спільної діяльності:

- скласти план дій;
- провести круглий стіл з організаціями-партнерами;

12

- запросити на нього батьків;
- кожна організація-партнер обов'язково визначає мету і завдання своєї участі у проєкті;
- підписати меморандум і план дій із кожною організацією.

Така модель роботи психолога допомогла нам встановити міцні зв'язки з різними організаціями, але особливо тісна співпраця склалася з громадською організацією «Центр громадських соціальних ініціатив», обласним та районним центрами зайнятості (проблеми попередження насильства, тендеру, торгівлі людьми тощо), службою у справах дітей Орджонікідзенської районної адміністрації, опікунською радою та координаційною радою з проблем протидії домашнього насильства Орджонікідзенської районної адміністрації.

Участь практичного психолога О. Черняк у міжнародному проєкті «Проджект Гармоні» програми «Громадські зв'язки» за напрямом «Протидія домашньому насильству» в Америці Сприяла поглибленню знань та усвідомленого ставлення до організації роботи з усіма учасниками навчально-виховного процесу. Методичними та організаційно-методичними основами нашої роботи є інтерактивні заняття.

Мета занять:

- навчання ненасильницьких методів вирішення проблем;
- зменшення кількості насильницьких дій серед учасників навчально-виховного процесу;

- інформування про проблеми домашнього насильства;
- активізація зусиль суспільства;
- підвищення самооцінки та оптимістичних поглядів на життя;
- сприяння усвідомленню новітніх поглядів та шляхи подолання проблеми.

У своїй роботі ми використовуємо такі методи навчання:

- мозковий штурм;
- робота в малих групах та міні-групах, у парах;
- вправи зі зворотним зв'язком;
- спрямоване обговорення;
- рольові ігри;
- ресурсні вправи та рухливі ігри;
- міні-лекції;
- коло.

Це дозволяє швидко зорієнтуватись у поглядах учасників, зібрати і кваліфікувати ідеї щодо проблеми. Зазвичай ми готуємо роздатковий матеріал з основних положень заняття, а також список рекомендованої літератури. Входить у практику підготовка матеріалів за допомогою комп'ютерних технологій. Принциповим для нас є положення про те, що психолог має знати різні теорії, вміти використовувати різноманітні підходи до розв'язання проблеми насильства. Просвітницька робота з підлітками є потенційною можливістю виключити насилля зі взаємин. Основними характерними особливостями діяльності практичного психолога у просвітницькій діяльності є поширення знань про права та відповідальність дітей як будівників ненасильницького справедливого суспільства. Такий підхід допомагає підліткам бути відповідальними у побудові взаємин, а тим, хто мав досвід насильницьких відносин, — облишити їх. Інформація може бути корисною як учителям, так і батькам: усім тим, хто бажає вплинути на парадигму, в якій живуть їхні діти або вони самі. Незабаром плануємо розробити тренінг опанування емоцій у конфліктних ситуаціях. Ми проводили моніторинг оцінювання результатів участі в заняттях за такими параметрами:

- поточне оцінювання отриманих знань;
- оцінювання якості знань;
- оцінювання ефективності проведеної роботи за процедурою «до» і «після».
- оцінювання ефективності проведеної роботи за процедурою «до» і «після».

Отримані результати є об'єктивними свідченнями ефективності проведеної роботи за показниками:

- знання;
- ставлення, позиції;
- наміри;
- уміння.

Приклад списку напрямів діяльності практичного психолога для дорослих (батьки, вчителі):

1. Сутність домашнього насилля.
2. Динаміка розвитку насильницьких дій.
3. Питання безпеки та подолання бар'єрів жертвою.
4. Зв'язок між алкоголізмом, наркоманією та домашнім насильством.
5. Іntenціональність дій насильника та встановлення влади і контролю.
6. Вплив домашнього насильства на дітей.
- 7.

Основні принципи комунікацій з учасниками домашнього насильства. За час роботи із цією проблемою психолог теж проходить особистісне зростання, починає краще розуміти домашнє насильство та його наслідки. Необхідною умовою для проведення просвітницької роботи є вміння відчувати проблему та розуміти її. Психологу необхідно поставити собі такі запитання:
 — Що я думаю з цього приводу?
 — Що я зараз відчуваю до жертв домашнього насильства?
 — Чи зможу я зараз пережити почуття людини, яка перебуває у ситуації насильства?

Внутрішня робота практичного психолога — надзвичайно важлива ланка в організації діяльності з подолання домашнього насильства. Показники, за якими ми визначаємо ефективність нашої роботи, це: соціально-психологічна компетентність, вплив на учасників навчально-виховного процесу, зміни поведінки

Жорстоке поводження з підлітками, нехтування їхніми інтересами не тільки завдає непоправної шкоди фізичному та психічному здоров'ю, але й має важкі соціальні

наслідки. Робота практичного психолога із попередження домашнього насильства дозволить запобігти прямолінійним інтеракціям і побудувати свою оригінальну систему дій.

Дівчатка: які вони?

19.07.2013, 20:41

Існує міф, ніби дівчаток легше виховувати, ніж хлопчиків. А життя наразі показує, що згубні звички серед сучасних дівчат значно поширеніші, ніж серед хлопців (вони починають випереджати їх у тютюнопалінні, вживанні алкогольних напоїв та наркотичних засобів, проявах асоціальної поведінки). За усталеною традицією, дівчаток, як і раніше, намагаються готувати до ролі господині, привчати їх до так званих жіночих справ, що свідчить про те, що негласне «другосортне» становище жінки в суспільній свідомості зберігається й досі.

Тим часом жінки нестримно рухаються вперед, дедалі частіше посідаючи провідні, так звані чоловічі, посади, освоюючи невласиві їм раніше спеціальності. Отже, як бачимо, **на часі відмовитися від стереотипів минулого, не зважати дівчинці й жінці реалізовувати та розкривати свої можливості.** А для цього педагогам, батькам – усім, хто причетний до виховання дітей, - конче потрібно знати психофізіологічні особливості дівчаток та обов'язково враховувати у виховному процесі, щоб належно підготувати їх до дорослого життя. Зрозуміло, йдеться про критичне осмислення пропонованих порад та рекомендацій. Адже діти різні. Тож не забуваймо про особистісно орієнтований підхід.

2.Фора на старті

Дослідники вважають, що **жіноча стать орієнтована на збереження ознак розвитку, які бажано передати нащадкам, щоб вони були схожими на батьків.** Отже, головна її програма – **вижити**, тобто продовжити рід, зберігши все прогресивне, що допомагає поступові людині. І народна мудрість вбачає в жінці оберіг роду, що спонукає до особливо шанобливого ставлення українців до жінки, матері.

Встановлено, що **дівчатка народжуються більш зрілими. Їхній організм більше підготовлений до життя та адаптації**, вони випереджають у розвитку хлопчиків на 3-4 тижні, завдяки чому швидше набувають корисних умінь та навичок. Вони раніше починають відчувати настрій батьків, активніше реагують на ласкаві звертання, оскільки краще зафіксують вирази обличчя, міміку та певні рухи дорослих, і навіть намагаються маніпулювати ними для реалізації своїх бажань.

У дівчаток до **13 років зберігається певна пластичність мозку**, тобто у функціонуванні ділянок півкуль немає вираженої спеціалізації (вона з'являється пізніше). Можливо, саме з цим пов'язана краща адаптація їх і до школи, успішне входження у шкільне життя.

У дівчаток досить терпиме ставлення до форми та змісту навчальної роботи та вимогливіше – до соціальних проявів (якщо підняла руку, то хоче, щоб її обов'язково спитали, ображається, якщо не вислухали). Їм дуже важливо, щоб їх не перебивали, уважно вислухали, не відволікаючись при цьому на інших дітей чи якісь справи.

Навчання вимагає старанності, зосередження уваги, дисциплінованості з перших кроків. За психофізіологічними параметрами ці вимоги ближчі до *жіночих*. Саме тому дівчатка спочатку досягають кращих успіхів у навчанні, ніж хлопчики. Спроби

порівнювати їхні успіхи не є коректними. Тож уникатимемо таких порівнянь.

Пам'ятаймо!

1. Дівчатка народжуються більш зрілими.
2. Вони краще фіксують події.
3. Вони можуть швидше адаптуватися до навчального закладу.
4. На етапі дошкільного дитинства не варто порівнювати успіхи дівчаток і хлопчиків.

3.Навіюваність: за і проти.

Адаптованість до життя, навчання

Душевний світ дівчаток більше відкритий до життєвих вражень, тому вони більш схильні до навіювання. Негативні, часто повторювані батьками оцінки спричиняють виникнення в дівчинки невпевненості в собі, відчуття власної недосконалості та блокують розвиток її творчих здібностей. Позитивні оцінки (але не безпідставне захвалювання!), віра дорослого в неї, її можливості сприяють особистісному самоствердженню дівчинки. Тож навіювання може як допомагати розвитку дитини, так і гальмувати його. Будьмо ж обережними та уважними, щоб не зашкодити дітям. Уникаймо несподіваних повідомлень, в екстремальних ситуаціях поведьмося спокійно, без зайвої експресії. Важливо чітко й зрозуміло пояснити дівчинці, що слід робити. Надмірна ж паніка у голосі дорослих може призвести лише до розгубленості й втратити дитиною контроль над своїми діями, поведінкою.

У дівчаток **більш деталізоване сприймання**, тому вони чутливіші до зовнішньої упорядкованості. Мислення в них конкретніше й прагматичніше, ніж у хлопчиків, що **орієнтує не стільки на виявлення закономірностей, скільки на отримання результату**. Представниці прекрасної статі швидше шукатимуть відповідь, яка потрібна дорослому, ніж намагатимуться знайти нові шляхи розв'язання, коли їм відомий попередній алгоритм дій. Тому до нової задачі примірятимуться старі підходи. Дівчаткам краще вдаються типові, шаблонні задачі (коли не потрібний пошук). Вони добре справляються з алгеброю, лічбою, маніпуляціями з цифрами та формулами, оскільки краще, ніж хлопчики, запам'ятовують формули, таблиці розрахунку, порядок дій. Вони можуть старанно щось обчислювати, писати, але за браком часу не довести до кінця виконання завдання. Процес дає їм більшу насолоду, ніж результат.

Дівчатка **переважають хлопців за вербальними здібностями**. Вони швидше опановують мовлення, яке в них правильніше й складніше за синтаксичною будовою, охочіше спілкуються з іншими дітьми. До початку навчання в школі ця відмінність зникає і спостерігається знову лише після 11 років, а відтак стає постійною рисою впродовж усього життя. Дівчаткам краще вдаються завдання на знаходження словникової аналогії, твори, описи, роздуми, проте помітна тенденція використовувати переважно авторський текст або слова, які вживає педагог. Дівчатка більш схильні до вживати усталених фразеологічних зворотів, їхнє мовлення сприймається краще, ніж мовлення хлоп'ят. Щоб установити контакт з дорослими, дівчатка звертаються до них із запитаннями. Вони добре виконують мовленнєві завдання (навіть подекуди немовленнєві завдання розв'язують у мовленнєвий спосіб).

Еволюція жіночої статі відбувалася шляхом відбору на адаптованість до довкілля. Тож і маленькі її представниці швидше звикають до нових приміщень, колективів (хоча

існують і індивідуальні особливості), швидше виробляють життєво необхідні стереотипи, що спрощує їхню навчальну діяльність.

Наші Катрусі та Оленки здебільшого віддають перевагу іграм у приміщенні – замкнутому просторі. На вулиці вони намагаються обмежити простір гри, будуючи різні будинки, хованки. Вдома їм цікаво споруджувати «халабуди» зі стільців і ковдр, гратися в кутах кімнат, моделюючи реальне житло в мініатюрі. При цьому кожна дрібничка в цьому житлі виконує певну функцію. На погляд дорослого, це просто клаптики паперу, обгортки від цукерок, кришечки від пляшки..., а для дівчинки конкретні важливі «обіграні» речі. Тож не поспішаймо все це викидати. Запитаймо спочатку в доньки, чи можна це робити. З іграшок дівчатка віддають перевагу ляльковим будиночкам, візкам, коробочкам, сумочкам, у які можна щось скласти. Побачивши в подружки іграшку, яку не наважиться просити батьків купити, дівча довго потім про неї згадує.

Кращу успішність дівчаток у навчанні можна пояснити частково й тим, що їх ще до школи привчають до старанності, ретельності та виконання дрібної роботи: помити посуд, попросувати хоча б ганчірочки, ляльковий одяг, перебрати крупи, квасолу, вишити серветку. Ось і виходить, що до малорухливої, копіткої, не завжди цікавої навчальної праці за письмовим столом дівчатка морально і фізично підготовлені значно краще, ніж хлопчики. Готуючи дітей до школи, варто приділяти цьому увагу, оскільки такі, на перший погляд, дрібниці і незначні справи допомагають краще адаптуватися до вимог школи. Проте це не виключає необхідності творчих завдань на розвиток уяви, уміння осмислювати та оцінювати явища, вчинки, дії. **Творча складова – важливий компонент у будь-якій роботі. У кожній справі дівчатка мають навчитися знаходити за допомогою та підтримкою дорослих творчий елемент. Це вміння допоможе їм подолати рутинність навчального процесу.**

Поведінка дівчаток у садку, у школі відрізняється від поведінки хлопчиків і частіше схвалюється педагогом (зрозуміло, що існують і винятки, коли все відбувається навпаки). Під час заняття дівчинка вдивляється в обличчя педагога, шукаючи підтвердження правильності своїх думок, очікує схвалення. Дорослий досить високо оцінює таку «уважність» і часто ставить дівчаток за приклад.

Пам'ятаймо!

1. Душевна відкритість робить дівчаток навіюваними.
2. Упорядкованість, послідовність їм притаманні більше, ніж хлопчикам.
3. Мовленнєві здібності – також їхні привілеї.
4. Процес виконання роботи дає їм більше задоволення, ніж результат.

4.Емоційна вразливість, гострота реакцій...

Відомо, що дівчатка швидше, ніж хлопчики, емоційно відгукуються на ті чи інші ситуації. Під дією сильних емоцій у них різко зростає загальна активність, підвищується емоційний тонус кори головного мозку, що може призводити до емоційних зривів, плачу крику тощо. Дорослим варто запобігати надмірним емоційним навантаженням дівчаток. І перш ніж гнівно картати доньку, варто подумати про ймовірну реакцію. Можливо, доцільнішими були б спокійніші, поміркованіші, не менш дійові, але психічно комфортніші способи впливу. **Спокійний тон більше сприяє формуванню в дівчинки позитивних стереотипів дії, допомагає їй почуватися самодостатньою людиною, яку**

поважають та цінують.

Зважаймо й на те, що дівчатка дуже чутливі до шумів, тож хворобливо сприймають підвищення голосу дорослих. Крик, адресований їм, може викликати ступор, блокувати ініціативу, спровокувати виникнення негативних психічних «комплексів», які в майбутньому можуть спричинити соматичні захворювання.

У зв'язку з підвищеною «шкірною чутливістю» їх також дуже дратує тілесний дискомфорт. Тож у цей період (6-7 років) потребує особливої уваги одяг дівчаток. Бажано, щоб він був з натуральних матеріалів, з мінімальною кількістю синтетичних домішок.

Мозок жінки підтримує в стані готовності всі свої структури, щоб миттєво відреагувати на неприємність. Можливо, саме це і сприяє кращому їх «виживанню» у складних життєвих ситуаціях, якщо тільки навіювання не спаралізує їхні дії. Усі аналізаторні системи відчуттів дівчаток (смакова, нюхова, зорова, слухова, тактильна) гостріше реагують на небезпеку. Вони швидше, ніж хлопчики, відчують загрозу, оскільки **пороги їхньої чутливості іноді спрацьовують на мінімальному рівні, сигналізуючи про необхідність бути обережними.** Це підтверджується і життєвими спостереженнями: дівчатка частіше уникають небезпеки (рідше потрапляють під колеса автомобілів, ламають руки та ноги, менше зазнають травм).

Важливо знати, що в дівчаток, на відміну від хлопчиків, оптимальний рівень працездатності спостерігається на початку уроку. **Перевтома в них позначається на правокульових процесах** (образне мислення, просторове відношення, емоційне самопочуття). Що це означає? Дуже ймовірним є зниження ефективності дії «охоронних систем», про які йшлося вище. В результаті стають неадекватними рухи, що може призводити до травм, яких, не будучи втомленою, дівчинка змогла б уникнути. **Пам'ятаймо: надвечір їй важче, ніж уранці, писати, креслити, малювати або виконувати якесь інше завдання, може також різко, без будь-яких підстав зіпсуватися настрої.**

Отже, щоб діяльність дівчинки була успішною, вона має висипатися, не перевантажуватись. Найоптимальнішим є чергування напруження з відпочинком. Дівчинці конче потрібно бувати якомога більше на свіжому повітрі. На першому році навчання в школі, якщо дитина надто втомлюється, подбайте про її денний відпочинок. Це значно спростить адаптацію до школи й зміцнить позитивну мотивацію до навчання.

Дівчатка часто застосовують одну й ту тактику під час вивчення абсолютно різних матеріалів. Вони **більше схильні до механічного заучування.** Тож традиційна освіта підходить їм більше. Тому й навчаються дівчатка спершу краще. І це може викликати в батьків певну заспокоєність. Але радимо не зупинятися на досягнутому й приділяти більше уваги розкриттю творчих потенціалів дитини, ставлячи їй запитання на кшталт: «Як ти думаєш?», «А чи можна це зробити в інший спосіб?», «Ти впевнена в цьому? Чому?». Це реальні і посилені запитання для дівчаток, бо здатність центрів правої і лівої півкуль вступати у функціональні міжкульові контакти в них значно вища, ніж у хлопчиків.

Пам'ятаймо!

1. Заохочення для дівчаток – найважливіший елемент у системі стимулів.
 2. Часті покарання як засіб впливу – шлях до неврозів.
 3. Шукаймо сильні сторони дівчинки, підсилюймо їх, а не сварімо за невдачі чи неуспішність у навчанні, бо це шлях до відчуження.
-

5. Альтруїзм, чи «гнучкість»? Перші почуття...

Серед дівчаток частіше, ніж серед хлопчиків, трапляється художній тип вищої нервової діяльності. Це природно, закономірно й зумовлено всім жіночим еством. Але **природні задатки – ще не все: важливо підтримувати розвиток творчих здібностей дитини.** Спільне розглядання ілюстрацій, картин, добір кольорів для розфарбовування, моделювання лялькового одягу, в'язання, залучення до приготування їжі та сервірування столу – найоптимальніший шлях. Крім того, дуже добре разом спостерігати за природою («Яке небо, хмаринки?», «Як змінилися дерева?», «Що найбільше вразило під час прогулянки в лісі, парку, сквері?»), рослинами й тваринами. Читання, слухання невеличких уривків музичних творів, перегляд дитячих мультфільмів (високохудожніх, з цікавим сюжетом) допоможуть розкрити й розвинути художні здібності дівчинки, а, крім того, сприятимуть закріпленню в неї гуманних почуттів.

До речі, психологічні дослідження показали, що в дівчаток 6-8 років показники гуманності нижчі, ніж у хлопців, а це означає, що альтруїстична репутація жіночої статі, яка існує в буденній свідомості, перебільшена. Але це зовсім не означає, що поведінці дівчинки притаманні такі негативні прояви, які не піддаються корекції. Власний приклад дорослих – надійний дороговказ, який покаже, як варто чинити в тих чи інших випадках.

Дівчаткам притаманні вищий, ніж у хлопчиків, рівень рефлексії та соціальної відповідальності й більша, «гнучкість» - здатність словесно демонструвати соціально схвалювані форми поведінки. Отже, зважаймо не тільки на словесне демонстрування потрібної поведінки, а й на конкретні дії, які подекуди можуть бути протилежними тому, що декларується зовнішньою формою. Але ми, дорослі, не завжди фіксуємо це. Дарма! По-перше, треба показувати дитині, що ви помітили обман, нещирість, по-друге, демонструвати на власному прикладі, що ваші слова ніколи не розходяться з вчинками і таким чином добиватися, щоб «гнучкість» виявлялася в дитині не на словах, а й у житті.

Найпоширеніший темперамент дівчаток – сангвінічний. Меланхоліки та холерики – складніший, ніж перший тип, у вихованні та навчанні. Маленькі представниці прекрасної статі у своєму колі обговорюють перших романтичних героїв, моди, ведення господарства, віддають перевагу ліричній літературі, особливо зближуються з матір'ю і за сприятливих з нею відносин звіряють їй свої таємниці. Вони більше тягнуться до вчительок, можуть колективно захоуватись у вчителя – чоловіка. Ці почуття мають романтичне забарвлення. Для наших Наталочок і Оксанок характерні мрії про героя, про свого «принца». Досить часто виникає і закоханість, частіше у старших за віком хлопчиків або навіть у дорослих чоловіків. Майже завжди «предмет кохання» навіть не здогадується про це. А між тим це досить серйозне почуття! Спроби осуду або кепкування з нього можуть призвести до сумних результатів. Взагалі, треба вкрай обережно, тактовно ставитися до перших проявів почуттів дітей, намагатися бути дитині другом, а не «суддею», чи, не приведи Господи, прокурором. Травми пов'язані з почуттями, пережитими в дитинстві, бувають болючішими за тілесні. Дівчатка, до яких не проявляють уваги хлопчики, часто відчують себе обділеними й нерідко самі провокують хлопців на «грубощі».

Пам'ятаймо!

1. Дівчатка романтичніші та сентиментальніші за хлопців.
 2. Зовнішні прояви альтруїзму не завжди підкріплюються в них відповідними діями
-

та вчинками.

3. Душевні травми, пов'язані з почуттями, дуже болісні для дівчинки. Вони можуть урізатись у пам'ять на роки й стати руйнівним чинником нормальних відносин між батьками та донькою.

Пам'ятаймо!

1. Дівчатка емоційніші за хлопчиків.
2. Достатній відпочинок, нормальний нічний сон, прогулянки на свіжому повітрі підтримують у дівчинки працездатність.
3. Втома у дівчаток може призводити до погіршення настрою, зниження уваги, що робить їх менш захищеними від травм.
4. Успішність у навчанні – не підстава для висновку, що розкрито всі творчі здібності дитини.

6. Міф про слухняність та покірливість.

Вплив темпераменту

Дівчатка рідше вдаються до кулаків. Їм це не личить: і плаття заважає, і волосся, і немає такої вправності, як у хлоп'ят, і прийомів боротьби не знають. Вони щипаються або дряпаються. Їхня «зброя» - плітки, сварки. Дівчаткам важко утриматися, щоб не розповісти про те, що почули, навіть коли й знають, що розкривають чийсь таємницю. З іронією можуть ставитися до різних вигадок, які вважають далекими від реальності й такими, що суперечать їхньому практицизму в діях та з'ясуванні стосунків. Дівчата діють нишком, стиха. Вони більш потайні. Дорослим у відносинах з ними варто дотримуватись відкритості, намагатися вивчити їхній світ, зрозуміти проблеми. Чим раніше ми їх зрозуміємо, тим кращими будуть наші взаємини в майбутньому.

У підлітковому віці добрі стосунки, які встановилися з батьками, дорослими в ранньому періоді (від народження до 10 років), істотно пом'якшать проходження періоду статевого дозрівання у дівчаток, що допоможе уникнути емоційних зривів та непорозумінь з нами.

Представниці «слабкої» статі рано починають розуміти, якими їх хочуть бачити люди, що їх оточують, та чого від них очікують. Часто вони намагаються показати себе кращими, ніж є насправді. Так, дівчатка бувають слухняніші, «правильніші», привітніші та лагідніші з чужими, ніж з близькими. Тож твердження про слухняність та покірливість усіх дівчаток - міф. Життя іноді підносить зовсім несподівані сюрпризи. У них високий рівень соціальної поведінки. Вони більш егоїстичні в цілому, хоч і це, зрозуміло, не є правилом. Егоїзм дівчаток може виявлятися в намаганні керуватися тільки власною думкою, наполягати на правильності тільки своїх дій. Часто, щоб добитися від дорослих прихильності, вони можуть вдаватися до хитрощів, щось приховувати, прикидатися хворими, вередувати тощо.

Ставитися до цього варто спокійно, зберігати витримку, реагувати на деякі прояви не миттєво, а відстрочено. Це може допомогти дівчинці зрозуміти хибність своєї поведінки, змінити її. Але дорослі мають повсякчас демонструвати **свою власною поведінкою** повагу до інших, уміння рахуватися з чужими інтересами. І, по можливості, уникати такої поширеної помилки: «Найласіший шматочок, усе найкраще, найцікавіше –

тільки для улюбленої донечки. Їй уся увага, уся любов». Це може призвести до формування негативної моделі поведінки, яку дівчатка досить швидко засвоюють (**головне для жіночої статі – зберегти**).

«Зосередженість, увага, точність, терпіння, наполегливість, любов до порядку, ніжність, манери, смак і, нарешті, вроджена любов до дітей – усе це якості, які зустрічаються переважно і в більших пропорціях у жінок, ніж у чоловіків», - вважав К.Д.Ушинський. Але й тут, як ви розумієте, трапляються протилежні випадки, що насамперед може зумовлюватися особливостями темпераменту. Дівчатка холерики і меланхоліки здебільшого менш зосереджені, уважні й наполегливі, ніж їхні однолітки – сангвініки й флегматики.

Охайність, смак є не стільки вродженими якостями, скільки такими, що продукуються думкою і формуються під тиском суспільних стереотипів. Отже, цього слід навчати дівчаток у певній системі кожного дня, а не вимагати спонтанно.

Пам'ятаймо!

1. Дії та вчинки дівчинки великою мірою зумовлюються темпераментом.
2. Зовнішні покірливість та слухняність не завжди об'єктивно передають внутрішній світ дівчинки.
3. Слухняність дівчинки не повинна переходити в покірливість, бо це може деформувати дитину як особистість, обмежити розвиток її творчих здібностей.
4. Вони, на відміну від хлопчиків, більш соціально відповідальні.
5. Дівчатка більш потайні та рідше вдаються до бійки.
6. Схильність до порядку, гарні манери більш притаманні дівчаткам, але потребують підтримки та закріплення з боку дорослих.

7. Чутливість як потреба в самоповазі

Дівчатка чутливіші як до заохочень, так і до покарань, гостріше реагують на приниження гідності. Саме ранній розвиток емоційної сфери зумовлює в них підвищену чутливість. Різкі, необдумані, спонтанні, емоційно забарвлені висловлювання негативного характеру на їхню адресу можуть призводити до стресу і навіть шоку. Тому, шановні дорослі, утримуйтеся від незважених висловлювань. Дівчинка може надовго запам'ятати образу й нагадати про неї через роки, коли ви вже давно про це забули. Так між вами може виникнути бар'єр відчуження, що зробить дівчинку більш закритою. У неї зникне бажання ділитися своїми думками. Відсутність чуйності, постійні моральні покарання (вже не кажучи про фізичні) «штовхають» її на пошук розуміння на стороні (у компанії, в подруг, у представників протилежної статі). У таких випадках авторитет дорослих може зазнати нищівного удару в очах дівчинки.

Вирішуючи родинні справи (купівля речей, ремонт, зміна місця помешкання, вибір подарунків тощо), не забуваймо вислухати думку доньки, що підноситиме в її очах власний авторитет та значущість. Дівчинці дуже важливо, щоб її значущість була підтверджена (запитати думку, порадитися, доручити важливу справу).

Дівчатка, що не встигають у навчанні, набагато важче піддаються корекції, ніж їхні однолітки протилежної статі. Тож незасвоєння шкільної програми для них – великий нейрогенний чинник. Радимо дорослим бути толерантними до невдач та успіхів дівчаток, які на тлі інших можуть і не бути такими, як хотілося б. Будь-яке просування вперед –

потужний чинник для такої дитини. А підтримка з боку батьків може стати тим «рятівним кругом», який не просто допоможе, а й стане підмурівком майбутніх успіхів. Неуспішність у школі приводить батьків дівчинки у розпач. Вони втрачають у неї віру, починають кепкувати, іронізувати, зверхньо ставитися до неї, вважаючи невдахою. **Увага! Такий шлях дуже небезпечний, це може загнати дитину в глухий кут власних проблем.** Наслідок - нервовий зрив, невроз. Тож запам'ятаймо: **дівчатка потребують набагато більше уваги і терпіння.**

У сучасній системі освіти є різні типи навчальних закладів, що їх можуть обрати батьки для своїх доньок з урахуванням їхніх особливостей. То якому ж з них надати перевагу? Відповідь перша: **шукайте не заклад, а вчителя.** Відповідь друга: **заклад має бути комфортним за своїми вимогами для вашої дівчинки.** Особливо якщо вона, як на ваш погляд, має певні переваги в якихось одних галузях знань і неуспішна в інших. Тому варто насамперед поцікавитися думкою вашої дитини щодо обраної вами школи, її бажаннями учитися саме в цьому закладі.

ОЛЕКСАНДР
доцент
дошкільної
КМПУ
кандидат психологічних наук

кафедри
та

методики
і
імені
початкової

КОЧЕРГА,
психології
освіти ІППО,
Б.Д.Грінченка,

Хлопчики: які вони?

19.07.2013, 20:38

1. Психофізіологічні особливості

У недалекому минулому наша дошкільна і початкова освіта надто не обтяжувалися врахуванням особливостей протилежних статей, на загал орієнтуючись на якусь усереднену безстатеву особливість. Відтак вважалося, що вимоги до хлопчиків і дівчаток, оцінки їхньої діяльності та поведінки мають бути однакові. Останні десятиліття у свідомості багатьох батьків виховання синів і доньок відрізнялося хіба щодо їхніх обов'язків у господарських справах та силу впливу на них (із дівчатками треба бути лагіднішими, а з хлопчиками – суворішими).

Нині ж ми дедалі глибше замислюємося над тим, чому наші діти такі різні, несхожі за своїми рисами, уподобаннями та діями, і як саме нам слід будувати свої стосунки з ними, як виховувати і навчати. Спробуймо розібратись у відмінностях між хлопчиками і дівчатками і в тому, що йдеться не лише про морфологічні та статеві ознаки. Але просимо педагогів та батьків, осмислюючи пропонований матеріал, враховувати, що, окрім особливостей характеру та поведінки, пов'язаних зі статтю, кожна дитина має свої індивідуальні риси, які потребують корекції, виховного впливу на неї.

2. Перші кроки. Гра

На думку деяких учених, саме чоловіча стать зорієнтована на подальший пошук змін у розвитку людини. При цьому в ній акумулюються нові корисні якості, що забезпечує краще пристосування до середовища. Отже, в чоловічій статі головна орієнтація – це **прогрес.**

А тепер поговоримо про все від самого початку. Зазвичай хлопчики починають ходити на 2-3 місяці пізніше, ніж дівчатка. Тож дорослим не варто штучно

пришвидшувати цей вельми складний і відповідальний для дитини прогрес, щоб не зашкодити її загальному розвитку. До того ж часто-густо молоді батьки думають: «Ось ми постійно розмовляємо, граємося з нашим малюком, а він і досі мовчить, лише агукає. Сусідське дівча таке ж, як і він, а вже скільки слів знає!» Тут слід мати на увазі, що процес становлення мовлення в хлопчиків відбувається на 4-6 місяців пізніше, ніж у дівчаток. Та й узагалі наші хлопці до періоду статевого дозрівання відстають від дівчаток у своєму психічному розвитку приблизно на два роки, а відтак потребують від нас уважного ставлення. **Усі зауваження та вказівки щодо їхніх дій слід давати спокійно, з'ясувавши, чи все вони зрозуміли, а чи треба щось уточнити або повторити.**

Хлоп'ята краще реагують на незнайомі іграшки та рухомі предмети. Але це не означає, що треба купувати їм багато нових іграшок. Краще одну й ту саму забавку показувати малому в різних ракурсах. До того ж бажано, щоб іграшки були рухомі, а не статичні.

Як відомо, мозок людини складається з двох півкуль. Дослідження показали, що кожний із них притаманні своя «спеціалізація» і власний процес переробки інформації. Асиметрія мозку в хлопчиків розвивається раніше, ніж у дівчаток. У віці до 6 років спостерігається помітна функціональна спеціалізація півкуль (ліва півкуля відповідає за логічний бік інформації, знаки та символи; права – за образний, руховий бік). До речі, до 8 років гострота слуху в хлопчиків загалом вища, ніж у дівчаток. Тож за порадою фахівців і в разі зацікавлення малюка його можна залучати до спеціальних музичних занять.

Зазвичай хлопчачі ігри – це невпинний рух: малі бігають один за одним, кидають предмети в ціль, використовуючи весь можливий простір. Якщо його не вистачає у горизонтальній площині, залюбки опановують вертикальну: видираються на сходи, залазять на шафку. Проте коли ми, турбуючись про здоров'я та безпеку хлоп'яти, караємо його заборонами руху, то цим, навпаки, шкодимо йому, уповільнюємо психічний розвиток. Ясна річ, обов'язково маємо пояснювати дитині, де не слід бігати і де, можливо, на неї чекає небезпека. Але робити це треба зважено, тактовно, спокійним тоном.

Пам'ятаймо!

1. У розвитку хлопчики трохи відстають від дівчаток.
2. Хлопчача рухова активність має природне джерело походження.
3. Будь-яка новизна може спонукати малого до творчого натхнення.
4. Розбирання іграшок є цілком нормальним бажанням пізнавати їхні складові.
5. Змінюючи своє середовище, хлопчик водночас змінює себе, показує дорослому власну модель сприйняття світу.

3. Спілкування. Адаптаційні процеси

Навчальний заклад (дитсадок, школа) завжди становить для дитини невідомий, часом навіть загадковий світ. А для хлопчиків це ще й додаткове джерело напруги, яке не завжди дає позитивний результат. Поміркуймо, чому саме. Передовсім перед хлоп'ям, яке вільно почувається у себе вдома, вперше постають інші вимоги, словесна регламентація його діяльності. Це викликає в нього потужний внутрішній протест. Адже хлопчик прагне мати необмежену свободу, вільно імпровізувати, творчо розв'язувати поставлені завдання, а йому пропонують готовий алгоритм, який, до того ж, треба запам'ятати.

Хлопчики досить різко виявляють негоцію не лише до системи колективних

взаємин, а й до навчальної діяльності взагалі. Ось чому вони часто ініціюють різні конфліктні ситуації міжособистісного характеру. І все ж таки дорослим не слід через це робити далекоглядні висновки та узагальнення на кшталт: «Із тебе не вийде нічого путнього. Доведеться комусь добряче наглядати за тобою».

Разом із тим, дещо агресивна поведінка дитини в гурті однолітків (у групі, в класі) ще не вказує на те, що всі хлопці є джерелом напруги й що вони взагалі не здатні засвоїти закони взаємодії з іншими дітьми. Просто на це потрібен час, та ще й досить тривалий, тоді як дівчаткам швидше вдається опановувати науку спілкування. **Врівноважене, шанобливе, відверте, щире, доброзичливе ставлення батьків і педагогів може істотно пом'якшити силові дії хлопчика.** Адже початкова модель його поведінки перебуває під потужним наслідувальним впливом поведінки та вчинків близьких дорослих.

Помічено, що юних особин чоловічої статі більше, ніж особин протилежної статі, цікавить розмаїта інформація. Вони частіше ставлять дорослим запитання, щоб отримати чітку відповідь. Варто не забувати про це й відповідати малому не загальними словами, а цілком конкретно, навіть якщо він іще не все розуміє. Краще задовольнити його цікавість відразу й не відкладати на потім, бо постійні відмахування можуть істотно загальмувати бажання пізнавати світ.

Зауважимо: під час заняття, уроку хлоп'ята частенько дивляться вбік або перед собою, не зосереджуючись на першому етапі роботи. Вони входять у навчальний процес довше, ніж дівчатка, і на слова педагога зважають менше. Тому й виконують не зовсім те, що він просить, часом додаючи свої елементи, імпровізуючи. Дорослі ж зазвичай трактують це як неухважність, хоча швидше можна казати про вияв дитиною бажання відійти від шаблону, віддатися власним творчим нахилам. А от коли хлопчики досягають піку працездатності в робочий час, дівчатка вже починають відчувати втому. Цей процес також зумовлений психологічними особливостями чоловічої статі.

Коли син повертається з дитсадка чи зі школи додому, йому буває важко пригадати певні дрібниці, щоб відповісти на запитання батьків: «Що цікавого було сьогодні? Що казала вихователька (вчителька)? Що було на обід?» тощо. А тому не варто, чуючи невірні відповіді, нарікати на погану пам'ять дитини.

Хлопчики переважають дівчаток у відео й просторових уміннях, які вимагають високої пізнавальної активності. Вони, до того ж, краще здійснюють пошукову роботу, висуваючи нові ідеї; результативніше працюють, коли доводиться виконувати принципово нові завдання. Здатні віднайти нестандартний спосіб розв'язання математичної задачі, можуть, проте, зробити помилку в розрахунках.

На емоційний чинник реагують швидко, яскраво, вибірково. Тому зауваження дорослого, зроблене дещо пізніше, ніж було слід, втрачає сенс: хлопчача емоційна пам'ять уже не утримує це в оперативному полі. А от **швидше зняти емоційну напругу від певної ситуації ефективно допомагає переключення малого на продуктивну діяльність.** Отож батькам, щоб уникнути конфліктів, варто давати хлопцям певні трудові доручення: «Допоможи віднести сумку», «Сходи в магазин і купи...», «Розстав на столі тарілки» абощо. Для досягнення виховного ефекту важливо уникати довгих нотацій. Пояснювати ситуацію слід коротко й конкретно.

Пам'ятаймо!

1. Хлопчики триваліший час адаптуються до навчального закладу й потребують від нас розуміння.
 2. Їм важко, дискомфортно працюється в разі обмежень способів дій та за сталими
-

алгоритмами .

3. Пропонуючи хлопчині чи вимагаючи щось від нього, стежте за чіткістю своєї аргументації.

4. Навчання. Емоційні прояви

Педагоги знають: інтенсивна навчальна робота без достатніх перерв викликає у дітей втому. У хлопчиків передусім страждають лівопівкульні процеси, пов'язані з мисленням, мовленням, із логічними операціями. Коли вони втомилися, їм нелегко розповідати, описувати щось та ще й дотримуватися логіки викладу матеріалу. Тож немає сенсу вимагати повторного виконання завдання й сподіватися на меншу кількість помилок.

Хлопці досить хворобливо реагують на необхідність використовувати різні типи мислення на заняттях та уроках, при вивченні різних предметів. Тобто **їм потрібен певний час на те, щоб переорієнтуватися з образного мислення на логічне або навпаки**. Це зумовлено особливостями їхньої психофізіології. У них кількість нервових волокон, які з'єднують ліву і праву півкулі мозку, менша, ніж у дівчаток, тож їм важче порівнювати інформацію, яка опрацьовується там і там. Вибіркове вмикання мислительних процесів лівої або правої півкуль також не забезпечує швидкісне перемикавання їх. Слід обов'язково пам'ятати про це й, переходячи від одного типу мислення до іншого, робити паузи та підготовчі вправи.

Мозок у хлопчиків, порівняно з мозком дівчаток, можна сказати, прогресивніший, диференційованіший, вибірковіший, його функціональна система економічніша завдяки значній активності процесів смислоутворення. Хлопчаче мислення більш творче, пошукове й спонукає до активної самореалізації. Зрозуміло, **дитині потрібна підтримка дорослих - і передусім моральна** (необхідно радіти з її успіхів; зазначати щонайменші вдалі дії; наголошувати на позитивних успіхах); **змістова** (перейматися її проблемами); **дорадча** (разом шукати шляхи розв'язання ситуації; аналізувати помилки, спираючись на позитивні якості).

Бажано, щоб активну роль у цьому процесі брали на себе батьки, зокрема тата (зрозуміло, можуть бути корисними й поради мам, дідусів, бабусь). Така допомога важлива тому, що хлопчики досить глибоко зосереджуються на своїх конкретних проблемах. Розумні підходи до дитини позитивно впливатимуть на становлення якісних характеристик особистості, яка формується.

З'ясовано, що хлопчики досить часто виявляють неабияку вразливість, оскільки їхня нервова система, на відміну від дівчаток, менш здатна пристосовуватися до умов середовища, до нових стосунків та вимог. Стресові ситуації мають зазвичай складні наслідки, можуть призводити до нервових зривів, а значний фізичний біль може зумовити шоківий стан.

Прямі вимоги дорослих до бездоганної чистоти та порядку вельми дратують хлоп'я. Йому нелегко бути охайним, бо він любить рухливі ігри. Тож і висловлює свою незгоду відкрито, голосно, тобто діє відверто й неприховано. Разом із тим хлопчики більш різнобічні, ніж дівчатка, й оптимістичніші. І хоча про дитсадок і школу розповідають менш детально, проте роблять це цікавіше, зупиняючись на головному, істотному.

Важливо враховувати те, що хлопці в своїх діях часто намагаються похизуватися перед іншими, немовби показати, що вони гірші, ніж є насправді, у такий спосіб демонструючи свій «героїзм». Егоїстів серед них загалом менше. Як і дівчинка, хлопчик

також хотів би бути гарним, однак відкрито цього не визнає. Згадаймо, як хлопці неохоче стрижуться, - мовляв, у них мерзне голова або кашкет буде завеликим. Так само їм властиве бажання добре вдягатися, бути люб'язними, але вони стримуються й не зізнаються в цьому. Ось тут може допомогти добра порада матері: що вдягнути й чому; як підстригтися тощо.

Пам'ятаймо!

1. Втома гальмує у хлопців їхнє мовлення та логічні процеси.
2. Діяльність, яка потребує різних типів мислення (логічного та образного), має розмежовуватися плавним аргументованим переходом (що робитиметься, для чого, з якою метою).
3. Для хлопчиків характерне глибоке зосередження на конкретних проблемах.
4. Власна зовнішність їх теж цікавить, але вони приховують це.
5. Більшість хлопчиків, щоб догодити другові, можуть подарувати йому як власну річ, так і чужу - задля підтримки взаємин або щоб показати свою щедрість.

5. Парадокси поведінки

Усім відомо, що хлоп'ята рухливіші від дівчаток, частіше виявляють ініціативу, хоча вона не завжди позитивна та добродійна. Але тактовність дорослих, їхня стриманість, доброзичливість, уникання «глобальних» узагальнень збереже атмосферу довіри та відкритості між ними та дітьми. У хлопчиків більше синців, гульт, подряпин та порізів. Вони охоче майструють і більш прискіпливі до своєї роботи. Малий «майстер» повинен мати від своїх ближніх розуміння щодо своєї діяльності, яку вони, проте, зчаста вважають шкодою. Не будемо заперечувати, що таке справді може бути, але в більшості випадків варто зрозуміти й проаналізувати дії дитини і не поспішати з однозначними висновками.

Власне, все досить просто: хлопці полюбляють усе робити швидше й вони менш терплячі. Але це аж ніяк не означає, що їм усім бракує старанності, - вона не менша, ніж у дівчаток. Як і протилежна стать, хлоп'ята співпереживають, жаліють, переймаються чужим горем, тільки вони не хочуть цього виказувати, бо бояться глузувань. Їм також властиве почуття сорому. І якщо вони чинять щось непривабливе, то здебільшого з пустощів або щоб «показати» себе. Шановні дорослі, візьміть до уваги, що хлопчики найбільше гніваються і навіть вдаються до помсти, коли зачеплена їхня сором'язливість. **Тож уникайте принижень та глузувань, навіть коли й справді хлопці поводяться неадекватно й кумедно.**

Психологи дійшли висновку, що в початковій школі хлопчики «молодші» від дівчаток за своїм біологічним віком на цілий рік. А відтак вони трохи пізніше адаптуються до шкільних умов і навіть деякий час почуваються дискомфортно, особливо якщо не довелося відвідувати дитячий садок. За такої умови дитині буде важче самоорганізуватися.

У перших класах не встигає і має низькі бали успішності здебільшого хлоп'яча частина колективу. Хлопців підводять їхня нетерплячість, зайва швидкість, гонитва за результатом, тоді як якісний бік роботи залишається ними обійденим. Отже, потрібно набратися терпіння, щоразу зосереджуючи увагу малого школяра на якості виконання завдання. До того ж хлопчики з художнім типом нервової системи потребують до себе більш значної уваги, ніж усі інші. Саме в них найчастіше та легше (за несприятливих

умов) розвиваються так звані шкільні неврози, за ними й істеричні неврози; далі відбувається патологічне формування особистості за істеричним типом. А от меланхоліків та холериків чоловічої статі, порівняно з дівчатками відповідних темпераментів, легше виховувати та навчати.

В умовах спільної діяльності молодші школярі-хлопчики, опинившись у ситуації можливого покарання (або, навпаки, очікуваної нагороди), майже однаково оцінюють свої зусилля для власної користі і для користі друзів. Разом з тим, вони не завжди адекватно висловлюються про свою поведінку, причому їхня самооцінка досить випадкова.

Інтерес до протилежної статі на перших стадіях часом виявляється у грубій формі. Хлопчики смикають дівчаток за волосся, штовхаються, дражняться. Але їхня грубість здебільшого показна і лише маскує справжні переживання, ніжність і розгубленість перед добрим почуттям. Не розуміючи цей психологічний парадокс, неможливо правильно організувати педагогічний процес у колективі.

Пам'ятаймо!

1. Довгі нотації дорослих не дають сподіваного результату.
 2. Постійно засуджуючи та караючи спонтанну поведінку та вчинки хлопчика, можна виробити в нього спротив позитивній мотивації його поведінки.
 3. Роблячи щось, хлопці часто поспішають, але це не вказує на відсутність бажання виконати завдання на належному рівні.
 4. Міф про природну хлопчачу грубість не є достовірним. Просто хлопчик не завжди вміє передати свій душевний стан. Модель чоловіка, нав'язана суспільною думкою, не завжди дає змогу батькам та педагогам адекватно сприймати почуття своїх синів, вихованців, а це спричиняє втрату душевних контактів із ними.
-