

поривів, що можна грати цілими днями. Для початку використовую такі базові ігри як «Вгадай». Пропоную дитині заховати в піску кілька іграшок і спробувати їй вгадати, що там заховано. Дошкільнятам із захопленням грають в ігри «Веселі історії», «У моєму місті».

Ефективність позитивного впливу на здоров'я дітей різних оздоровчих технологій визначається не хаотичністю методів, а лише системною роботою за всіма напрямками.

Мій досвід роботи показує, що процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичною діяльністю, що сприяє оволодінню дітьми необхідними здоров'язберігаючими вміннями і навичками.

#### **Список використаних джерел та літератури**

1. Газета «Психолог дошкільця» №9 2018р.стр.8
2. Журнал «Психолог дошкільця» №7,2019
3. Чистякова. М.І. «Психогімнастика», - М.1995
4. Інтернет ресурси

**Бондарчук І. П.,**

практичний психолог Ладигівського НВК  
відділу освіти виконавчого комітету  
Староостропільської сільської ради  
Хмельницького району  
Хмельницької області

#### **Форми, методи й засоби навчання, виховання, розвитку, соціалізації особистості**

Соціальна адаптація є динамічним системним процесом, ефективність якого залежить від взаємодії людини й ситуації. Об'єктивні властивості ситуації, без сумніву, впливають як на її успішність, так і на психологічні механізми, які лежать в основі поведінкових стратегій, спрямованих на пристосування. У разі високого та низького рівнів адаптивності наявні відмінності застосовуваних стратегій. Оптимальним для соціальної адаптації є поєднання прийняття себе та інших з прагненням реалізувати власні ресурси та переконанням щодо власної самоефективності та сенсовності свого життя

*Ключові слова:* соціальна адаптація, соціалізація, особистість, підліток, соціальні відносини, самоаналіз.

Проблема соціальної адаптації школярів в сучасних умовах набуває все більшої гостроти. Ускладнення соціального середовища, стрімкий темп життя суспільства, велика кількість суперечливої інформації, зниження виховного потенціалу сім'ї негативним чином позначаються на процесах соціалізації й соціальної адаптації школярів, оскільки вони найбільш схильні до впливу чинників навколишнього середовища.

Необхідність пошуку і впровадження ефективних засобів, педагогічних технологій, що розвивають адекватні адаптивні можливості, щоб забезпечити успішну адаптацію школярів в нових умовах освітнього простору школи, є досить актуальними.

Незважаючи на те, що соціальна адаптація школярів широко вивчається представниками різних наук, серед вчених досі немає єдиної думки про її сутність, зміст, механізми та критерії успішності. В даний час багато говорять про проблему соціалізації підлітків, про залежність формування успішної особистості від успішної соціальної адаптації. Що ж таке соціальна адаптація?

**Адаптація соціальна** [Лат. adapto - пристосовую і socialis - суспільний] - 1) постійний процес активного пристосування індивіда до умов соціального середовища; 2) результат цього процесу. Співвідношення цих компонентів, що

визначає характер поведінки, залежить від цілей і ціннісних орієнтацій індивіда, можливостей їх досягнення в соціальному середовищі. Незважаючи на безперервний характер соціальної адаптації, її зазвичай пов'язують з періодами кардинальної зміни діяльності індивіда і його соціального оточення. Основні типи адаптаційного процесу - тип, що характеризується переважанням активного впливу на соціальне середовище, і тип, який визначається пасивним, конформним прийняттям цілей і ціннісних орієнтацій групи, - формуються в залежності від структури потреб і мотивів індивіда. Важливим аспектом соціальної адаптації є прийняття індивідом соціальної ролі.

Ефективність соціальної адаптації в значній мірі залежить від того, наскільки адекватно особа сприймає себе і свої соціальні зв'язки. Спотворене або недостатньо розвинене уявлення про себе веде до порушень соціальної адаптації (невротичних і психосоматичних розладів, алкоголізму, наркоманії тощо).

Народившись, дитина відразу потрапляє в світ соціальних відносин - світ відносин між людьми, в якому кожен грає не одну, а безліч ролей. Це роль сім'янина, політика, роль жителя села, міста і т.д. Освоюючи ці ролі, дитина соціалізується, стає особистістю. Оточення людини відіграє величезну роль. Від того, в яких відносинах з навколишнім середовищем вона знаходиться, залежить формування особистості. Тільки активно і повноцінно беручи участь в системі соціальних відносин, засвоюють ролі, які доводиться виконувати в житті, виробляється своє ставлення до цих ролей, з'являється людина як соціальний феномен.

Процеси соціалізації в сучасному суспільстві мають свою специфіку, пов'язану з особливостями соціальної структури і мобільності (поділ праці, проникність соціальних кордонів).

1) У традиційному суспільстві життєвий шлях людини багато в чому зумовлений тим, до якої соціальної групи належать його батьки. Від народження до смерті людина послідовно проходить кілька вікових ступенів і на кожному етапі піддається «попередньої соціалізації».

У сучасному суспільстві соціальна мобільність носить імовірнісний характер - з кожної стартової позиції людина може потрапити на безліч інших. Тому заздалегідь неможливо підготувати людину до діяльності в усіх значущих групах; в результаті він спочатку потрапляє в яку-небудь групу, а потім починає до неї адаптуватися (соціалізуватися).

2) Друга особливість соціалізації в сучасному суспільстві, в порівнянні з традиційним, - множинність і взаємопов'язаність агентів соціалізації. У традиційному суспільстві норми, що діють в різних агентів соціалізації, більш узгоджені. Для сучасного суспільства характерні рольові конфлікти як наслідок «мозаїчного» характеру соціалізації.

Проблеми соціалізації в сучасному суспільстві пов'язані з трьома обставинами:

1) зміною (руйнуванням) системи цінностей, в результаті чого старше покоління не завжди може підготувати молодь до життя в нових умовах;

2) корінним і дуже швидкою зміною соціальної структури суспільства; нездатністю багатьох нових соціальних груп забезпечити відтворення своїх рядів.

3) ослабленням системи формального і неформального соціального контролю, як чинника соціалізації.

До однієї з найбільш явних особливостей сучасної соціалізації належить її тривалість в порівнянні з попередніми періодами. Юнацтво, як період соціалізації значно збільшився в порівнянні з попередніми епохами. Взагалі статус його змінився. Якщо раніше він розглядалася лише як підготовка до життя, то в сучасному суспільстві до нього ставляться як до особливого періоду життєдіяльності, який має не меншу цінність, ніж життя дорослої людини. Таке ставлення передбачає більшу повагу і більш високий статус юнацтва в порівнянні з попередніми часами. З'являються особливі закони, що охороняють права підлітків і діючі на міждержавному рівні. Суспільство стає більш терпимо до нього, оскільки воно визначає майбутнє. Історія знає чимало прикладів досить жорстокого поводження з підлітками, коли батьки спокійно кидали їх або

відавали в розпорядження чужим людям на підсобні роботи, і це відбувалося в масштабах всього суспільства.

Якщо відзначити гуманізації деяких суспільних процесів в розвинених країнах, то на одному з перших місць буде ставлення до підлітків, які характеризуються великою увагою, вкладенням коштів в освітні процеси, розробку і прийняття законів, що захищають їх права.

Підліток - це не маленький дорослий. Це людина певній стадії розвитку і певної культури. Для того щоб виступити в якості повноправного члена суспільства, здатного оптимально функціонувати серед інших людей, людині потрібно все більше часу. Якщо раніше соціалізація охоплювала тільки період дитинства, то сучасній людині необхідно соціалізуватися все життя.

Юність завершує активний період соціалізації. До юнаків зазвичай відносять підлітків і молодих людей у віці від 13 до 19 років. У цьому віці відбуваються важливі фізіологічні зміни (одне з них - настання статевої зрілості), які тягнуть за собою певні психологічні зрушення: поява тяготи до протилежної статі, агресивність, часто невмотивована, проявляються схильність до необдуманого ризику і невміння оцінити ступінь його небезпеки, підкреслене прагнення до незалежності і самостійності.

Психофізіологічні зміни не можуть не вплинути на хід і зміст соціалізації. Схильність до інновацій і творчості, невизнання всіх і всяких авторитетів, з одного боку, підкреслена автономія і незалежність - з іншого, породжують особливе явище, яке називається молодіжною субкультурою. Вона асоціюється з трьома головними негативними рисами, явищами-символами: наркотиками, сексом і насильством.

Підлітковий період називають «важким віком», «переломним періодом». Його зміст полягає в зміні поведінкових характеристик: від майже повної слухняності, властивої малим дітям, юнаки і дівчата переходять до стриманої слухняності - приховати не покори батькам. Якщо раніше, будучи дітьми, вони дивилися на світ очима своїх батьків, то тепер вони ведуть як би подвійний рахунок: у підлітків і юнаків вибудовується паралельна система цінностей і поглядів на світ, що частково перетинається позицією батьків, а частково - з поглядами однолітків. У цей період закінчується формування фундаменту особистості, добудовуються її верхні - світоглядні - поверхи. Усвідомлення свого «Я» відбувається як осмислення свого місця в житті батьків, друзів, навколишнього соціуму. Одночасно спостерігається постійний пошук моральних орієнтирів, пов'язаних з переоцінкою сенсу життя. Підлітки і юнаки більш сприйнятливі до негативних оцінок оточуючих, особливо якщо вони стосуються одягу, зовнішнього вигляду, манер поведінки, кола знайомств, тобто всього того, що складає соціальне середовище і соціальну символіку «Я»

Гіпертрофована самостійність знаходить вираження в підкресленій різкості власних оцінок: для багатьох підлітків «добре» і «правильно» тільки те, що їм подобається.

Труднощі соціалізації в цей період зв'язані з трьома головними обставинами:

- розбіжністю між високим рівнем домагань (прагнення стати героєм, прославитися) і низьким соціальному статусом, який заданий їх віком;

- розбіжністю старого стилю батьківства, орієнтованого на те, що для матері син і дочка завжди залишається дитиною, і нових потенційних можливостей підлітків, заданих їх психофізіологічним дорослішанням;

- протиріччя між орієнтацією на самостійність і посилюється залежність від думки і поведінки однолітків. Психофізіологічне подорослішання практично нічого не змінює в соціально-економічному становищі підлітків. Соціальні статуси батьків і юнаків як і раніше несумісні: батьки заробляють на життя, несуть моральну і правову відповідальність за дітей і недоторканність майна, беруть участь в суспільному і виробничому житті. Дорослі - власники, розпорядники, опікуни, виробники, законодавці, споживачі, захисники і т.д. А підлітки економічно несамоостійні, вони все ще потребують соціального захисту. Їх рольової діапазон вкрай обмежений. Вони не є власниками, розпорядниками, виробниками, законодавцями. Вони - лише споживачі. Хоча в правовому сенсі вони можуть приймати життєво важливі рішення, в психологічному

плані підлітки дозріли для них. Але батьки обмежують їх. В цьому і полягає протиріччя. У зв'язку з цим соціологи говорять про рольовому безправ'ї підлітків - меншому обсязі прав і обов'язків у порівнянні з дорослими. Володіючи меншими можливостями, підлітки зіштовхуються з таким глобальними світоглядними і моральними проблемами, які в зрілому віці вирішені. Недолік життєвого досвіду змушує їх робити набагато більше помилок, ніж це роблять дорослі, діти або люди похилого віку. Володіючи меншими можливостями, підлітки зіштовхуються з таким глобальними світоглядними і моральними проблемами, які в зрілому віці вирішені. Недолік життєвого досвіду змушує їх робити набагато більше помилок, ніж це роблять дорослі, діти або люди похилого віку. Володіючи меншими можливостями, підлітки зіштовхуються з таким глобальними світоглядними і моральними проблемами, які в зрілому віці вирішені. Недолік життєвого досвіду змушує їх робити набагато більше помилок, ніж це роблять дорослі, діти або люди похилого віку.

Але головне не в кількості, а в якості помилки, серйозності їхніх наслідків: злочинність, вживання наркотиків, алкоголізм, полова розбещеність, насильство над особистістю. Багато підлітків кидають школу, в результаті порушується природний процес соціалізації. Недоотримання знань відразу позначається на економічному становищі, підлітки і юнаки виявляються в гіршій ситуації на ринку праці. У розвинених країнах рівень безробіття серед 18-річних у 3 рази вище, ніж у дорослих.

Соціологи вважають, що сексуальна розбещеність, зловживання алкоголем і молодецтво - не що інше, як спроба відігравати роль дорослих. Можливо, що та ж сама причина спонукає багатьох кидати школу. Статус школяра вважається «недорослим». Він не сприяє досягненню життєвого успіху, а разом з ним і визнанню в групі однолітків. Підлітки шукають визнання своєї психологічної дорослості за рамками школи і родини - інститутів, де їх продовжують вважати дітьми.

Таким чином головною причиною труднощі соціалізації в період юності є рольовий конфлікт, чи рольове безправ'я підлітків. Одним з основних чинників соціалізації підлітків є школа. Роль школи, як каналу соціалізації не зводиться тільки до передачі знань, умінь і навичок підліткам, вона впливає самим характером виховання, життєдіяльності дитини в школі, де вона засвоює ціннісні орієнтації, моральні норми, навички групової поведінки, що забезпечують їй перехід у доросле життя. Однак надмірна заорганізованість, командно-наказовий стиль, регулювання всього шкільного життя сковує ініціативу дитини, позбавляє її відчуття причетності до справи, індивідуальність.

Інтенсивне розшарування суспільства за рівнем матеріального добробуту, погіршення умов життя більшої частини населення вже носять свої корективи, а в майбутньому позначиться ще значніше на долю молоді. Прагнення випускників середньої школи отримати вищу освіту знижується з кожним роком, такі настрої проникають і в молодші класи, що зменшує інтерес до навчання і створює негативне ставлення до школи.

#### **Практичні заняття для покращення соціальної адаптації підлітків**

**Мета групи:** розвиток соціальної компетентності особистості, здатності індивіда ефективно взаємодіяти з оточуючими його людьми.

**Завдання:** Формування соціально - відповідальної поведінки: підготовка до участі в діяльності на користь суспільства. Побудова системи цінностей і етичної свідомості як орієнтирів власної поведінки.

**Організація занять:** Програма розрахована на підлітків 11-15 років.

Кожне заняття розраховане на 1 академічна година, частота проведення - 1 раз в тиждень. Заняття проводяться в приміщенні, що має достатню площу для проведення динамічних вправ. Необхідною елементом кожного заняття є отримання від учасників «зворотного зв'язку».

#### **Заняття 1**

**Мета:** знайомство з поняттями «соціальна адаптація» і «соціалізації особистості», розвиток установки на самопізнання і саморозвиток.

### **Вправа «Візитка»**

На початку роботи групи кожен учасник оформляє картку-візитку, де вказує своє тренінгове ім'я. При цьому він має право взяти собі будь-яке ім'я: своє справжнє, ігрове, ім'я літературного персонажа і т.д. Надалі учасники звертаються один до одного по цих імен. Ведучий дає 5 хвилин для того, що б всі учасники зробили свої візитки, прикріпили їх до одягу і підготувалися до подання.

### **Вправа «Вистава»**

**Мета:** формування установок на виявлення позитивних особистісних та інших якостей; вміння уявити себе і увійти в первинний контакт з оточуючими. Учасникам дається наступне пояснення: в поданні ви повинні постаратися відобразити свою індивідуальність так, щоб всі інші учасники відразу запам'ятали виступ. Наприклад, «Високий, сильний і впевнений в собі. Зовнішність у мене звичайна, зате волосся красивого кольору і злегка в'ється, що є предметом легкої заздрості багатьох жінок, але головне, на що хочу звернути вашу увагу - зі мною в будь-якій компанії цікаво і весело, як правило, граю роль тамади» або «Вік у мене юний, зовнішність не помітна, здатності і можливості звичайні. Єдине, в чому я розбираюся може бути краще за інших і готова присвячувати весь свій час - це смачно готувати і пригощати. Обіцяю всім яблучний пиріг до чаю».

### **Прийняття правил роботи групи.**

Після того, як відбулося знайомство, ведучий коротко повторює основні норми спілкування в групі:

**1. Спілкування за принципом «тут і тепер».** Для багатьох учасників характерно прагнення перейти від безпосередньої тренінгової роботи на обговорення минулих або майбутніх подій.

**2. Принцип персоніфікації висловлювань.** Суть його полягає в добровільній відмові від безособових мовних форм, які допомагають приховувати в повсякденному спілкуванні власну позицію того, хто говорить, або ж уникати прямих висловлювань в небажаних випадках. Конкретно: замість висловлювань: «вважається ...», «дехто вважає, що ...» в групі вчать говорити, використовуючи форми: «я вважаю, що ...» і т.п.

**3. Принцип акцентування на мові почуттів.** Згідно з ним учасники групи повинні робити акцент на емоційних станах і проявах (своїх власних і партнерів по групі) і під час зворотного зв'язку, якщо можливо, використовувати мову. Прикладом даної форми мови є констатація типу: «Твоя манера говорити на підвищених тонах викликає у мене роздратування».

**4. Принцип активності.** Дотримання цього принципу є головною вимогою до поведінки учасників тренінгу. Йдеться про реальний включенні кожного учасника в інтенсивне групове взаємодія з метою цілеспрямованого пізнання себе, партнера, групи взагалі. На заняттях заохочується конструктивна полеміка між усіма учасниками.

**5. Принцип довіри.** Передбачає створення сприятливих умов для довірливого спілкування учасників тренінгу, забезпечує групову динаміку, значною мірою визначає результативність занять. В якості першого і найпростішого кроку до практичного створення такого клімату ведучий пропонує прийняти єдину форму звернення один до одного на «ти». Це не тільки психологічно зрівнює всіх членів групи, а й привносить певний елемент інтимності та довіри. Крім того, довірливість підтримується незаперечним правилом: «Говорити тільки правду, або хоча б не брехати».

**6. Принцип конфіденційності.** Суть його розкривається в рекомендації «не виносити» зміст спілкування, яке розвивається в процесі тренінгу, за межі групи.

Потім слід колективне обговорення і уточнення цих норм: щось можна додати, виправити і в подальшій роботі користуватися тільки цими нормами спілкування. Часто група виробляє своєрідні ритуали, які діють під час занять

### **Вправа «Інтерв'ю»**

**Мета:** розвиток вміння слухати партнера і вдосконалювати комунікативні навички, скорочення комунікативної дистанції між учасниками тренінгу.

Учасники розбиваються на пари і протягом 5 хвилин спілкуються зі своїм партнером, намагаючись дізнатися про нього, якомога більше. Далі кожен готує

навелике повідомлення про свого опонента. Головне завдання – підкреслити його індивідуальність.

### **Вправа «Найди пару»**

**Мета:** розвиток інтуїції, формування у членів групи установки на взаєморозуміння.

Кожному учаснику за допомогою шпильки прикріплюється на спину аркуш паперу. На аркуші ім'я казкового героя або літературного персонажа, що має свою пару. Наприклад: крокодил Гена і Чебурашка, вовк і заєць, і т.д. Кожен учасник повинен відшукати свою «другу половину», опитуючи групу. При цьому забороняється ставити прямі запитання на кшталт: "Що у мене написано на аркуші?". Відповідати на питання можна тільки словами "так" і "ні". Учасники розходяться по кімнаті і розмовляють один з одним. На вправу відводиться 10-15 хвилин.

### **Рефлексія**

Хто з учасників заняття вам запам'ятався найбільше, чому? Які вправи допомогли вам зняти напругу і скоротити емоційну дистанцію між учасниками групи?

На скільки актуальна для вас тема соціалізації та соціальної адаптації? Які питання хвилюють вас у зв'язку з темою заняття

### **Заняття 2**

**Цілі:** розкриття особливостей соціалізації підлітків. Формування навичок самоаналізу, саморозуміння і самокритики.

### **Привітання «У пари»**

Встаньте в пари так ... нога до ноги, вухо до вуха ..., долонька до долоньці. 5 хвилин

### **"Комісійний магазин"**

**Мета:** виявлення значущих особистісних якостей для спільної тренінгової роботи; поглиблення знань один про одного через розкриття якостей кожного учасника.

Пропонується пограти в комісійний магазин. Товари, які приймає продавець - це людські якості, наприклад: доброта, дурість, відкритість. Учасники записують на картку риси свого характеру, як позитивні, так і негативні. Потім пропонується здійснити торг, в якому кожен з учасників може позбутися якогось непотрібного якості, або його частини, і придбати що-небудь необхідне. Наприклад, комусь не вистачає для ефективної життя красномовства, і він може запропонувати за нього якусь частину свого спокою і врівноваженості.

Після закінчення завдання підводяться підсумки і обговорюються враження.

На вправу відводиться 10-15 хвилин.

### **Вправа «Автопортрет»**

**Мета:** формування умінь розпізнавання незнайомій особистості, розвиток навичок опису інших людей за різними ознаками.

**Інформація ведучого:** робота над собою і самовдосконалення припускають тільки аналіз помилок і боротьбу зі своїми слабкостями. Є ще одна не менш, якщо не більш, важлива сторона роботи над собою. Вона полягає в виявленні в собі не тільки супротивника і винуватця, а й сподвижника, друга і помічника. У кожного з нас є свої сильні сторони, але виявити їх у собі часом виявляється нелегко. Деякі люди вважають, що не володіють ніякими якостями, які могли б послужити для них внутрішньою точкою опори. Як це не дивно, але більшість людей не вміють думати про себе в позитивному сенсі. Слід звернути увагу на те, що "сильні сторони" - це не те ж саме, що "позитивні риси характеру" або "гідності". Буває і так, що якась якість або вміння виявляється дуже сильною стороною особистості, але оточуючі люди не схвалюють його або воно не відповідає моральним нормам. Тому якщо ми будемо аналізувати "сильні сторони" тільки як можливість для людини знайти внутрішню опору, дуже важливо брати до уваги, для чого використовує людина свої сильні сторони. Уявіть собі, що вам має бути зустріч з незнайомою людиною і потрібно, щоб він дізнався вас. Опишіть себе. Знайдіть такі ознаки, які виділяють вас з натовпу. Опишіть свій зовнішній вигляд, ходу, манеру говорити, одягатися; може бути, вам притаманні, звертають на себе увагу жести, риси характеру, звички.

Робота відбувається в парах. В процесі виступу одного з партнерів інший може ставити уточнюючі питання, для того, щоб "автопортрет" був більш повним.

На вправу відводиться 10-15 хвилин.

Хтось зумів виявити в собі «сильні сторони»?

Які риси свого характеру ви не помічали раніше?

Чи легко вам було описувати себе

### **Вправа «Без маски»**

**Мета:** зняття емоційної і поведінкової напруги, формування навичок щирих висловлювань для аналізу сутності «я». Кожному учаснику дається картка з написаною фразою, яка не має закінчення. Без будь-якої попередньої підготовки він повинен продовжити і завершити фразу. Висловлювання має бути щирим. Якщо інші члени групи відчують фальш, учаснику доведеться брати ще одну картку. 15 хв.

Приблизний зміст карток:

«Особливо мені подобається, коли люди, що оточують мене ...»

«Чого мені іноді по-справжньому хочеться, так це ...»

«Іноді люди не розуміють мене, тому що я ...»

«Вірю, що я ...»

«Мені буває соромно, коли я ...»

«Особливо мене дратує, що я ...» і т.п.

Що виявилось важким при виконанні вправи?

Чи завжди вам хотілося бути щирими?

Яка пропозиція виявилась найважчим?

### **Вправа «Образ «Я»**

**Мета:** глибше усвідомлення особистісного існування; з'єднання вербального і невербального компонентів виразності самооцінки.

Кожному учаснику пропонується вимовити слово "Я" з тільки йому притаманною інтонацією, мімікою, жестами. Потрібно зробити це так, щоб одним словом якомога повніше висловити сприйняття свого "Я", свою індивідуальність і своє місце в світі. 5 хвилин

### **Рефлексія**

Дізналися ви себе в описі особливостей підліткового віку?

Що ще відрізняє підлітків від дорослих і від дітей невідліткового віку.

### **Заняття 3**

**Мета:** формування уявлень про фактори соціалізації. Поглиблення процесів розкриття особистісних якостей.

### **Вправа «Враження»**

На початку заняття учасники групи обмінюються думками і враженнями про попередньому занятті. Ведучий пропонує групі питання для обговорення (питання можуть носити як відкритий, так і закритий характер). наприклад:

1. "З яким настроєм ви сьогодні прийшли на заняття?"

2. "Чи хотілося вам сьогодні прийти в групу?" "Чого ви чекаєте від сьогоднішнього заняття?"

3. "Чим викликані труднощі, з якими ви вчора зустрілися?" 5 хвилин

### **Вправа «Привітання»**

**Мета:** формування довірчого стилю спілкування в процесі налагодження контактів, створення позитивних емоційних установок на довірче спілкування. Учасники сідають у коло і по черзі вітають один одного обов'язково підкреслюючи індивідуальність партнера, наприклад: «Я радий тебе бачити, і хочу сказати, що ти виглядаєш чудово» або «Привіт, ти як завжди енергійний і веселий». Можна згадати про ту індивідуальну межу, яку сама людина виділила при першому знайомстві. Учасник може звертатися до всіх відразу або до конкретної людини. Під час цієї психологічної розминки група повинна налаштуватися на довірчий стиль спілкування, продемонструвати своє добре ставлення один до одного.

Ведучому слід звертати увагу на манери встановлення контактів.

На заняття відводиться 10-15 хвилин.

Після його закінчення ведучий розбирає типові помилки, допущені учасниками, і демонструє найбільш продуктивні способи вітань.

#### **Вправа «Поділися зі мною»**

**Мета:** емпатійна діагностика особистісних якостей; розширення репертуару способів взаєморозуміння.

Учасникам тренінгу пропонується записати на картці 10 якостей:

- ніжність,
- вміння співчувати,
- вміння створювати гарний настрій,
- емоційність,
- доброзичливість,
- інтелект,
- організаторські здібності,
- твердість характеру,
- рішучість,
- креативність.

Список може бути змінений в залежності від складу групи і цілей заняття. При необхідності ведучий дає пояснення значень цих якостей.

Потім кожен учасник повинен вирішити, яка якість присутня у будь-кого з групи в більшій мірі, ніж у нього і підходить до цієї людини з фразою: "Будь ласка, поділися зі мною, наприклад, твоїм умінням співчувати". Той учасник, до якого звернулися з проханням, зазначає у себе на картці це якість. Таким чином, потрібно обійти всю групу, попросивши у кожного яка-небудь якість (або кілька). На картці кожного учасника будуть відмітки про те, які якості були у нього затребувані іншими, і які якості він запитував сам.

На вправу відводиться - 20 хвилин.

Після виконання завдання учасники сідають в коло для обговорення. Обговорення результатів може відбуватися як за кількісним, так і за якісним складом ознак.

#### **Вправа «Інтерв'ю»**

**Мета:** розвиток комунікативних та рефлексивних навичок; формування навичок інтерв'ю на основі усунення мотиваційних спотворень.

Кожен учасник повинен підготувати один випуск для декількох учасників протягом 3 хвилин. Питання повинні стосуватися внутрішніх особистих особливостей людини - його характеру, звичок, інтересів, прихильностей, поглядів і т.д. Учасник, який готовий першим дати інтерв'ю групі, сідає, щоб особисто побачити всіх членів групи. Решта групи по черзі ставлять підготовлені питання. Кожен учасник повинен бути опитаний як інтерв'юер. 15 хвилин

#### **Вправа "Шукає друга"**

1 крок: кожен пише на аркуші оголошення з короткою інформацією про потрібного друга і про себе без імені і прізвища.

2 етап: одна людина змішує все і дозволяє по колу, якщо вам подобається це оголошення, воно ставить будь-який знак на ньому, на його оголошення нічого не ставиться.

3 етап: оголошення відправляються назад, кожна рахує кількість сніжинок, підбирається та, яка має найбільшу кількість, причина аналізується.

#### **Рефлексія**

15 хвилин роздумів.

Чи є в центрі хтось, з ким можна поділитися, розповісти про свої проблеми, хто може дати вам поради і послухати?

Яким, на вашу думку, має бути ваш друг?

Ти такий друг?

### Список використаних джерел

1. Авер'янова Г.М. Особливості соціалізації молоді в умовах трансформації суспільства / Г.М. Авер'янова, Н.М. Дембицька, В.В. Москаленко. – К. «ППП», 2005. – 307 с.
2. Гриньова М.В. Саморегуляція: навчально-методичний посібник / М.В. Гриньова. – П.: АСМІ. — 2008. – 268 с.
3. Життєва компетентність особистості: науково-методичний просвічник / За ред. Л.В. Сохань, І.Г. Єрмакова, Г.М. Несен – К.: Богдана, 2003. – 520 с.
4. Москаленко В.В. Соціалізація особистості: монографія / В. Москаленко. – К.: Фенікс, 2013. – 540 с.
5. Швалб Ю. М. Психологічні механізми цілепокладання в учбовій діяльності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психолог. наук : спец. 19.00.07 «Педагогічна і вікова психологія» / Ю. М. Швалб. – К., 1997. – 32 с.
6. <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v7/i42/10.pdf>
7. [http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/6865/Makarenko\\_Postova\\_Co\\_cializaciya\\_pidlitkiv.pdf?sequence=5&isAllowed=y](http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/6865/Makarenko_Postova_Co_cializaciya_pidlitkiv.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

**Бортник М.В.,**  
соціальний педагог  
Летичівського ліцею №3

### **Роль батьків у розв'язанні проблем навчання та виховання учнів, у тому числі в умовах дистанційного формату роботи**

Стаття присвячена питанням, які виникають на сучасному етапі у спільній роботі сім'ї та школи, роль батьків у розв'язанні проблем навчання та виховання учнів, у тому числі в умовах дистанційного формату навчання.

**Ключові слова:** сім'я, навчально-виховний процес, дистанційний формат роботи, соціалізація, школа, взаємодія.

Важливою складовою навчально-виховного процесу сучасного закладу освіти є організація роботи з батьками, сім'ями учнів. В нових умовах суспільного, освітнього й технічного розвитку законодавство України чітко визначає межі відповідальності сім'ї за навчання і виховання дітей: саме батьки чи особи, які їх замінюють, зобов'язані постійно дбати про своїх дітей, створювати належні умови для розвитку їх природних здібностей, зміцнення фізичного здоров'я, отримання загальної освіти та інше[4].

Сім'я є природним середовищем первинної соціалізації дитини, джерелом її матеріальної та емоційної підтримки, засобом збереження і передання культурних цінностей. З перших днів появи дитини на світ сім'я покликана готувати її до життя та практичної діяльності, у домашніх умовах забезпечити розумну організацію її життя, допомогти засвоїти позитивний досвід старших поколінь, набути власного досвіду поведінки й діяльності. Сьогодні проблеми сім'ї та сімейного виховання набули особливої актуальності. Важливість сім'ї поступово зростає: усвідомлюється її роль у розвитку підростаючого покоління – адже саме в сім'ї у дитини формуються моделі майбутнього життя, тому дуже багато залежить від батьків.

Для того щоб діти досягли свого потенціалу в навчанні, їм потрібні як хороші вчителі, так і повна підтримка з боку батьків. Проведені дослідження незмінно показують, що коли батьки та школа працюють як партнери, діти досягають успіху. Це відноситься до всіх сімей, незалежно від приналежності до будь-якої соціальної групи, рівня доходу та освіти тощо. Важливою функцією сімейного виховання є пробудження та підтримка в дітях прагнення навчатися. У чому ж полягає вплив сім'ї і школи на успішне навчання дитини? Можна сказати так: школа дає дитині наукові знання і виховує свідоме ставлення до дійсності. Родина забезпечує практичний життєвий досвід, виховує вміння співчувати іншій людині, відчувати її стан. Для гармонійного розвитку особистості необхідно те й інше[2].