

– *практичний (формульовальний)*, який включає: збір інформації; аналіз документації; самоаналіз діяльності;

– *аналітичний (результативний)*, під час якого здійснюється: обробка отриманих результатів; систематизація аналітичної інформації; формулюються висновки, прийняття відповідного управлінського рішення; розробка рекомендацій, що коректують виконання планів, програм (за необхідності) і т. д.; визначення подальших об'єктів моніторингу.

Практика моніторингу рівня професійного розвитку вчителя дала можливість установити, що:

– мотивація педагогічних працівників щодо проведення цих досліджень перебуває на низькому рівні;

– не удосконалено систему підвищення кваліфікації педагогічних кадрів щодо здійснення моніторингу;

– у більшості закладів освіти відсутній психологічний супровід моніторингу;

– під час ознайомлення педагогічного колективу з результатами моніторингу не забезпечуються етичні норми, індивідуальний захист педагогів від недоцільного використання отриманої інформації,

що негативно впливає на мікроклімат у колективі та демотивує працівників.

Щодо самомотивації педагогам слід практикувати навички постановки і конкретизації цілей у професійному розвитку, планування траєкторії руху до досягнення мети, розвивати навички саморефлексії та позитивного мислення, займатися самоосвітою з усвідомлення професійних потреб тощо.

У цілому моніторинг рівня професійного розвитку та саморозвитку є дієвим засобом підвищення мотивації педагогічної діяльності вчителя, впливає на підвищення професіоналізму та покращує якість освітнього процесу.

Проведене дослідження не вичерпує всіх проблем моніторингу як чинника для підвищення ефективності роботи педагога. Подальшого дослідження потребують такі аспекти в системі управління як: визначення та обґрунтування організаційно-педагогічних умов моніторингу ефективності педагогічної діяльності вчителя; правове врегулювання процедур моніторингу та правові аспекти оприлюднення результатів, оскільки вони співвідносяться з міжнародними нормами Конвенції прав людини, врахування механізмів мотивації та засобів мотивування педагогів тощо.

Використані джерела

1. Закон України № 2145-VIII «Про освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
2. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.
3. Зязюн І. Педагогічна спрямованість – найголовніша характеристика майстерності А. С. Макаренка. *Імідж сучасного педагога*. 2008. № 1–2 (80–81). С. 5–7.
4. Некрасова С. М. Готовність педагога до професійного саморозвитку: сутність, структура, проблеми дослідження. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету*. Серія: Педагогіка. Вип. 5. Мелітополь, 2010. С. 7–13.

УДК 376.091:37.091.32

Анжела МИКОЛАЙЧУК,

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри педагогіки та психології,
методист ресурсного центру підтримки інклюзивної освіти ВІППО

Ненасильницьке спілкування як ресурс формування партнерської взаємодії в інклюзивному класі

Окреслено дискурс ненасильницького спілкування як ресурсу формування партнерської взаємодії в інклюзивному класі; розглянуто структуру вибудовування конструктивного діалогу між учасниками освітнього процесу; розкрито варіанти реагування на критику в конструктивний спосіб.

Ключові слова: ненасильницьке спілкування, партнерська взаємодія, інклюзія, освітній процес, педагоги, комунікація.

Anzhela Mykolaichuk. Nonviolent Communication as a Resource for Forming Partnership Interaction in an Inclusive Classroom.

The article outlines the discourse of nonviolent communication as a resource for forming partnership interaction in an inclusive classroom, examines the structure of building a constructive dialogue between participants in the educational process, and reveals the reactions to criticism in a constructive way.

Keywords: nonviolent communication, partnership interaction, inclusion, educational process, teachers, communication.

Постановка проблеми. Відповідно до професійного стандарту вчителя, затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України «Про затвердження професійного стандарту за професіями „Вчитель закладу загальної середньої освіти” (наказ № 1225 від 29 серпня 2024 р.) [2], педагоги зобов’язані володіти компетентностями, необхідними для забезпечення ефективної комунікації та соціалізації всіх учасників освітнього процесу, зокрема, психологічною, емоційно-етичною, інклюзивною, педагогічного партнерства та іншими.

Так актуалізується проблема ненасильницького спілкування (ННС), що реалізується відповідно до завдань, які постають перед сучасною освітою, – виховання всебічно розвиненої, творчої, самодостатньої особистості, яка прагне до самовдосконалення, має сформовані здібності до конструктивної взаємодії. Створення оптимальних умов для розвитку особи, підготовки здобувачів освіти до дорослого життя вимагає орієнтації на загальнолюдські цінності, гуманізацію освітнього процесу, а також обґрунтовує формування моральних доміант емпатійності, відповідальності, прийняття, поваги, толерантності, усвідомленості як базових показників людини, здатної до ненасильницького спілкування, зумовленого принципами педагогіки партнерства.

Виклад основного матеріалу. Основна мета ННС полягає у створенні якісних відносин на засадах взаєморозуміння та співпраці. В основу такого типу спілкування покладено два ключових постулати: стежити за тим, що ти говориш, і намагатися зрозуміти за фразами співрозмовника його почуття та потреби.

Аспекти феномену ненасильницького спілкування як проблеми розкрито в роботах зарубіжних (Дж. Борг, С. Гарт, В. Годсон, К. Плеснер, К. Роджерс, М. Розенберг) та вітчизняних науковців (Н. Бочаріна, С. Гарькавець, М. Дикун, С. Дубовик, Л. Журавльова, Т. Ковалевська, В. Кочубей, Г. Лещук, В. Маралів, А. Молчанова, С. Петрова, Т. Рудюк, С. Яланська та ін.).

Ми погоджуємося з думкою Г. Лещук, що «проблему ненасильницької комунікації слід розглядати в контексті більш глобальних наукових

досліджень, присвячених проявам насильства в різних сферах людської діяльності». Поділяємо також позицію дослідниці, що «насильницька комунікація негативно впливає на багато сфер життєдіяльності людини, породжуючи низку проблем і конфліктів» [1].

Зазначимо, метод ненасильницького спілкування, розроблений відомим американським психологом, медіатором та педагогом М. Розенбергом, визнаний світовою освітньою спільнотою як універсальний інструмент для формування конструктивної взаємодії з усіма учасниками освітнього процесу. Його ефективність підтверджена широким застосуванням не лише в освіті, а й у сферах бізнесу, дипломатії та миротворчості, а також успішним впровадженням у закладах освіти країн Заходу, таких як США, Швейцарія, Угорщина, Ізраїль та ін.

Як стверджує Є. Рамбала, тренер міжнародного центру з ННС: «Ненасильницьке спілкування базується на тому, що кожна людина здатна до співчуття і що за будь-якою негативною реакцією людини приховується потреба в розумінні. Перш за все, метод впливає на розвиток самосвідомості, і вже розуміючи свої реакції, почуття та потреби, ми вчимося розуміти потреби та почуття інших. Ненасильницьке спілкування – це глибинний процес розвитку особистості, відповідальності та емпатії до інших. Мета – створювати і підтримувати таку якість стосунків, при якій потреби кожного задоволені» [3].

Актуальність та необхідність дискурсу ненасильницького спілкування гостро постає в умовах війни, коли зовнішня агресія породжує в соціумі агресію внутрішню – колективна тривога часто призводить до неусвідомлених деструктивних проявів у поведінці дорослих, що відображаються на дітях, і навпаки.

На нашу думку, метод ненасильницького спілкування – унікальний інструмент, який дозволяє: пізнати, усвідомити свої почуття, потреби, розвинути емпатію, зрозуміти джерело особистих дій, почуттів, емоцій, почуття та потреби інших, визначити стратегії позитивної взаємодії, сприяє формуванню готовності особи до прийняття конструктивних рішень, відповідальності за них.

В основі методу – довіра, повага, щирість, вдячність, прийняття, підтримка, партнерство, гуманність, спостереження, комфортність у взаєминах, уміння відповідати за свої думки, слова, дії та прощати-слухати-розуміти. Ці компоненти відповідають принципам партнерської взаємодії сучасних реформаційних освітніх процесів.

Цей метод є базовою технологією, яка сприяє позитивній та ефективній взаємодії між учасниками освітнього процесу. Він є стрижневим у Концепції «Нова українська школа», що базується на принципах педагогіки партнерства, емпатії, спостереженні, прийнятті, відповідальності, контролі емоцій, думок, умінні врегульовувати стосунки конструктивно. Погоджуємося з думкою багатьох дослідників (Г. Лещук, С. Петова, Є. Рамбала та ін.), що ненасильницьке спілкування, виступає одним з найкращих методів розвитку емоційного інтелекту, що на сьогодні є світовим освітнім трендом.

Імпонує позиція Г. Лещук, згідно з якою «ненасильницька комунікація – це такий підхід до комунікації, що акцентує увагу на важливості взаємного розуміння та визнання потреб усіх учасників комунікативного процесу як фактора їхньої мотивації до діяльності – на протидії взаємній агресії, страху, провині, примусу, погрозам» [1].

На нашу думку, саме в такому контексті М. Розенберг назвав ненасильницьке спілкування «мовою життя», підкреслюючи її гуманістичний людиноцентричний характер, стверджуючи, що ненасильницьке спілкування – це ефективний інструмент запобігання конфліктам та налагодження ефективної взаємодії між людьми.

Концепція методу базується на принципах гуманістичної педагогіки та психології, які визнають особистість найвищою цінністю, унікальною цілісною системою, здатною до самоаналізу та самоактуалізації.

Ненасильницька комунікація, зазначає Г. Лещук, передбачає зміну звичної стратегії мислення та поведінки людини у конфліктних ситуаціях з реактивної (емоційна відповідь на подразник) на усвідомлену та співчутливу. Для цього пропонується постійно дбати про себе та свої потреби, а в діалозі з людьми уникати оцінювання та критики, натомість звертати увагу на факти, свої почуття, а також почуття і потреби партнера. Це особливо важливо у соціономічних професіях, де розуміння емоційного стану та потреб клієнта часто і є предметом професійних рефлексій [1]. Ми суголосні з думкою

Г. Лещук, оскільки в такому контексті підкреслюється важливість застосування методу ненасильницького спілкування у професійній діяльності педагога як інструментарію забезпечення партнерської взаємодії.

Є. Рамбала стверджує, що ненасильницьке спілкування (ННС) – це метод побудови стосунків між людьми, заснований на чесності, емпатії, доброзичливості, відкритості та шанобливості, який дозволяє врахувати почуття і потреби кожної людини й задовольнити їх [3].

Часто в освітньому процесі, зокрема, в інклюзивному класі, конфліктні ситуації є неминучими. За відсутності ефективного управління, вони призводять до деструктивних наслідків, таких як: зниження продуктивності, якості навчання, порушення комунікації та погіршення взаємин. Проте конфлікт також може бути джерелом інновацій та змін. Упровадження принципів ненасильницького спілкування може сприяти формуванню культури конструктивного вирішення конфліктів у педагогічному, учнівському, батьківському колективах – з усіма учасниками освітнього процесу, які є партнерами.

Застосування принципів ННС у процесі обговорення конфлікту сприяє формуванню атмосфери взаєморозуміння та глибокого усвідомлення позицій сторін, що, своєю чергою, створює передумови для конструктивного вирішення конфлікту. «Те, що ви скажете далі, змінить ваш світ», – акцентує автор методу М. Розенберг [4].

Метод ННС базується на комунікативних навичках, що формують здатність залишатися людьми навіть за складних ситуацій. ННС допомагає переосмислити наші висловлювання і те, як ми слухаємо інших. Замість звичних, необдуманих автоматичних реакцій наші слова стають свідомими відповідями, заснованими на ґрунтовному розумінні того, що ми спостерігаємо, відчуваємо і чого хочемо. Це сприяє тому, що ми щиро і відверто висловлюємося, водночас шанобливо поважаємо та співпереживаємо іншим.

Метод ненасильницького спілкування включає чотири основні компоненти:

1. *Спостереження без оцінювання.* Цей компонент передбачає вміння сприймати конкретні факти без навішування ярликів, оцінок чи суджень. Людина вчиться розрізняти свої відчуття та судження, зосереджуючись на подіях «тут і тепер». Це сприяє об'єктивному сприйняттю конкретних фактів. Типові формулювання для висловлення цього компонента: «Коли я (бачу, чую), що...», «Коли ти (бачиш, чуєш), що...».

2. *Відчуття, емоції, почуття.* Спостереження за навколишнім середовищем викликає відповідну емоційну реакцію, яка залежить від ситуації. Важливим аспектом є вміння розділяти почуття та думки, що дозволяє ефективно управляти емоціями. Типові формулювання: «Я почуваю себе...», «Ти почуваєш себе...».

3. *Потреби.* Людські потреби й цінності є фундаментом для підтримки та збагачення життя. Коли потреби задовольняються, це викликає позитивні відчуття, такі як радість або внутрішній спокій. У разі незадоволення потреб виникають негативні почуття, наприклад, розчарування чи образа. Уміння усвідомлювати власні потреби та розуміти потреби інших є ключовим у практиці ненасильницького спілкування та розвитку емпатії і самоемпатії. Типові формулювання: «...бо я потребую / ціную...», «...бо ти потребуєш / цінуєш...».

4. *Прохання.* Цей компонент включає вміння висловлювати прохання про конкретні дії, які можуть бути виконані в конкретний момент. Такий підхід сприяє пошуку спільних рішень для задоволення потреб усіх сторін. Типове формулювання: «Чи хотів / міг би ти?...» [4].

Особливу увагу автор методу приділяє реакції на критику, на неприємні висловлювання зі сторони інших людей. Він вважає, що у відповідь на негативну комунікацію ми можемо обрати один із чотирьох варіантів реагування:

1. Покладати провину на себе (самоагресія, самозвинувачення).
2. Покладати провину на інших (напад, образа, агресія до інших).
3. Звертати увагу на власні почуття та потреби (самоемпатія).
4. Спрямовувати увагу на почуття та потреби, які приховані за негативним висловлюванням іншої особи (емпатія) [4].

У межах ненасильницького спілкування емпатія передбачає сприйняття та розуміння спостережень, почуттів, потреб і прохань іншої людини, незалежно від форми їхнього вираження. Для досягнення цього ефекту іноді корисно повторити чи перефразувати

почуту інформацію, щоб підтвердити її правильне сприйняття. Важливо залишатися емпатійно залученим і надати співрозмовнику можливість повністю висловитися до того як переходити до вирішення проблеми чи реагування на прохання.

М. Розенберг зауважує, що емпатія до інших нерозривно пов'язана з емпатією до себе (самоемпатія). У ситуаціях, коли виникає відчуття незахищеності або нездатності виявляти емпатію, автор рекомендує: зупинитися, зробити глибокий вдих і зосередитися на власних потребах, проявляючи емпатію до себе; дати вихід своїм емоціям у безпечний спосіб, наприклад, за допомогою ненасильницького вигуку; взяти паузу для відновлення емоційного ресурсу. Такий підхід допомагає зберегти внутрішню рівновагу та сприяє створенню конструктивного простору для формування партнерської взаємодії [4].

Одна з основних ідей в ННС полягає у «Я-висловлюванні»: «чітко висловлююся, що я проживаю, без оціночних суджень, критики, звинувачення та сприймаю з розумінням, що ти проживаєш без звинувачення, оцінювання та критики» [4] (чотири кроки: спостереження, відчуття, потреби, прохання).

Філософський аспект методу включає: мислення, дії «від серця», із вдячністю та повагою до особистісного простору без критики, порівнянь; знаходити час для того, щоб подбати про себе і бути в ресурсі; не порівнювати себе (когось) з іншими, дякувати і приймати від серця; в кожній людині / дитині щиро бачити позитивне; вчитися активно слухати інших, вчитися відслідковувати, усвідомлювати та контролювати свої емоції, відчуття, потреби; вміти приймати свої помилки та інших.

Висновки. Метод ненасильницького спілкування визнано універсальним інструментом та ресурсом для формування партнерської взаємодії в освітньому процесі, що адаптується до індивідуальних потреб, можливостей, інтересів кожного учасника. Цей метод повністю узгоджується з ключовими принципами Нової української школи та є провідним світовим підходом до налагодження конструктивної міжособистісної взаємодії в освітньому інклюзивному середовищі.

Використані джерела

1. Лещук Г. В. Ненасильницька комунікація як механізм ефективної міжособистісної взаємодії в соціономічних професіях. *Науковий журнал Хортицької національної академії*. 2022. № 7. URL: <https://journal.khnnra.edu.ua/index.php/njKhNA/article/view/190>
2. Про затвердження професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти». URL: <https://mon.gov.ua/pr/pro-zatverdzhennia-profesiinoho-standartu-vchytel-zakladu-zahalnoi-serednoi-osvity>
3. Рамбала Є. Як захистити себе через співпрацю та встановлення ближчого контакту? *EdCamp Ukraine 2016*. URL: https://www.youtube.com/watch?v=uG0OTWimSSE&ab_channel=EdCampUkraine
4. Розенберг М. Мова життя. Ненасильницьке спілкування. Харків : Ранок, 2020.