

КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «КІРОВОГРАДСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СУХОМЛИНСЬКОГО»

ОБЛАСНИЙ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР
ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ СИСТЕМИ ОСВІТИ

Корекційно-розвиткові програми

*(з досвіду роботи працівників психологічної служби
системи освіти Кіровоградської області)*

Збірник матеріалів

*Друкується за рішенням вченої ради
комунального закладу «Кіровоградський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського»
(від 28 квітня 2020 року, протокол № 2)*

Кропивницький

2020

УДК 88.4

К 66

«Корекційно-розвиткові програми (з досвіду роботи працівників психологічної служби системи освіти Кіровоградської області). Збірник матеріалів» / укладач: Валентина ЧЕБОНЕНКО. – Кропивницький: КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського», 2020. – 72 с.

У збірнику розміщено корекційно-розвиткові програми з досвіду роботи працівників психологічної служби області, що спрямовані на корекцію труднощів у розвитку інтелектуальної, пізнавальної, емоційно-вольової, комунікативної сфер; формування умінь контролювання власних емоцій та поведінки; розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктних ситуацій та толерантного спілкування для зростання самодостатньої, гармонійної, активної особистості, здатної до творчого життєвого програмування та індивідуальної самореалізації.

Для практичних психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників закладів освіти різних категорій.

Рецензенти:

Горська Галина Олександрівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка;

Гельбак Анжела Миколаївна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки, психології і колекційної освіти КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського».

Відповідальна за випуск – Людмила КОРЕЦЬКА

© КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського», 2020

ЗМІСТ

Вступ	4
1. КВАША Т. І. Корекційно-розвиткова програма «Барвистий світ казок»	
Пояснювальна записка.....	6
Структура занять.....	15
Рекомендовані джерела.....	23
2. БАРАБУЛЯ О. О. Корекційно-розвиткова програма «Я – режисер свого життя»	
Пояснювальна записка.....	24
Навчально-тематичний план.....	32
Рекомендовані джерела.....	35
3. АРТЕМЕНКО Є. М. Корекційно-розвиткова програма «Толерантність – риса ХХІ століття»	
Теоретичні основи корекційно-розвиткової програми «Толерантність – риса ХХІ століття».....	37
Структура занять.....	42
Рекомендовані джерела.....	45
4. БОРОДАЙ В. І. Корекційно-розвиткова програма «Розвиток особистості»	
Пояснювальна записка.....	46
Навчально-тематичний план.....	48
Рекомендовані джерела.....	52
5. ВОЛОДАРСЬКА О. А. Корекційно-розвиткова програма «Гармонія барв»	
Теоретичні основи програми.....	53
Структура занять.....	56
Рекомендовані джерела.....	60
6. ЛАНЧУКОВСЬКА Л. А., РУДЕНКО О. О. Корекційно-розвиткова програма «Розумій! Вирішуй! Дій!»	
Пояснювальна записка.....	61
Структура тренінгових занять.....	68
Рекомендовані джерела.....	69
Висновки	70
Список використаних джерел	71

Вступ

Психологічна служба є частиною системи освіти, тому її основні завдання і функції виходять з місії системи освіти, задекларованих у статті 6 Закону України «Про освіту», принципів гуманістичного характеру освіти, пріоритету загальнолюдських духовних цінностей, життя та здоров'я людини, свободи розвитку особистості та адаптивності системи освіти до рівня і особливостей розвитку особистості. Відповідно, місія психологічної служби полягає у забезпеченні розвиваючого характеру освіти, тобто психолого-педагогічних умов для успішного вирішення завдань навчання та розвитку.

Разом з цим, психологічна служба системи освіти не має відповідного інструментарію для ефективної організації корекційно-розвиткової роботи. Найбільш вивченою залишається сфера діагностики психічного розвитку та психологічного стану дитини, а не корекції та профілактики граничних станів.

В останні роки велика увага приділяється груповим заняттям з дітьми, що розроблені з урахуванням останніх досягнень психологічної науки. Психологічна корекція дошкільнят і молодших школярів є складовою частиною психологічного консультування – певного комплексу впливів, що обумовлюють позитивні зміни в людині. Здійснюється вона за запитом батьків, педагогів та інших дорослих.

Сьогодні психологічна корекція широко використовується у системі психологічної допомоги дітям і підліткам. Але, незважаючи на широкий спектр застосування поняття психологічної корекції, існують розбіжності відносно її використання. Наприклад, деякі автори розглядають психологічну корекцію як спосіб профілактики нервово-психічних порушень у дітей (А. С. Співаковська, 1988). Інші розуміють її як метод психологічного впливу, спрямований на створення оптимальних можливостей і умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу дитини (Г. В. Бурменська, О. А. Караванова, А. Г. Лидерс, 1990), або як сукупність прийомів, які використовуються для виправлення психіки чи поведінки психічно здорової людини (Р. С. Немов, 1993 р.) [6, с. 29]. За визначенням Т. Яценко, психокорекційний процес має відродити пластичність, мобільність психічної організації суб'єкта, а тому зорієнтований на вивчення статичних якостей психіки, виявлення їхніх дисфункцій [1, с. 28]. Ірина Дубровіна психокорекцію вважає формою психолого-педагогічної діяльності, яка спрямована на виправлення таких тенденцій психічного розвитку, які не відповідають гіпотетичній оптимальній моделі нормального розвитку [2, с. 25].

Крім того, на сьогодні науковцями виділені прийоми та способи впливу, які застосовуються для проведення психокорекційної роботи [4, с. 44]; розроблені методи психотерапії, що впроваджуються у практику [5, с. 116]. А також здійснено класифікацію моделей психотерапії з різними науковими підходами до їх інтерпретації [3, с. 54]. Разом з тим, не існує єдиного підходу до обґрунтування застосування різних видів психокорекції та єдиного

методичного підходу з психокорекції практично здорових дітей в умовах дошкільних і загальноосвітніх навчальних закладів.

Тому зміст рукопису «Корекційно-розвиткові програми: збірник матеріалів (з досвіду роботи працівників психологічної служби системи освіти Кіровоградської області)» спрямований на сприяння розвитку дитини, не тільки на ослаблення або усунення негативного симптому або стану, а й на використання конструктивних можливостей для посилення і мобілізації особистісних властивостей дитини та її адаптивних здібностей.

Розміщені у збірнику корекційно-розвиткові програми включають роботу за декількома напрямками: психологічному, педагогічному, медичному та базуються на основних принципах психокорекції: комплексності корекційних впливів; єдності діагностики, профілактики та корекції; диференційованого та індивідуального підходу; особистісно-діяльнісного підходу; ієрархічному принципі психологічної корекції.

За програмами Кваші Т. І. «Барвистий світ казок», Барабулі О. О. «Я – режисер свого життя», Артеменко Є. М. «Толерантність – риса ХХІ століття», Бородай В. І. «Розвиток особистості», Володарської О. А. «Гармонія барв», Ланчуковської Л. А. та Руденко О. О. «Розумій! Вирішуй! Дій!» корекційно-розвиткова робота реалізується в груповій формі.

У програмах вказані мета, завдання, особливості та переваги кожної з форм психологічної корекції; обґрунтовано застосування різних технологій корекційно-розвивальної роботи та описана специфіка застосування всіх її методів: ігротерапії, казкотерапії, пісочної терапії тощо. Окрім психологічного впливу на дітей та підлітків через арт-терапію, ці програми включають педагогічний та медичний напрямки психокорекції, що нормалізують спеціальне мікросередовище людини, регулюють психофізичне, емоційне навантаження у відповідності з віковими та індивідуальними можливостями.

Отже, проведення корекційно-розвиткової роботи в умовах освітнього процесу вимагає від спеціаліста, який її проводить, певної підготовки: знання теоретичних основ; знання загальних закономірностей психічного розвитку дітей в онтогенезі; періодизації психічного розвитку; знання проблеми співвідношення навчання і розвитку; уявлення про основні теорії, моделі і типи особистості; знання про соціально-психологічні особливості групи; знання умов, що забезпечують особистісний ріст і творчий розвиток, а також психофізіологічне методичне обґрунтування застосування методів психокорекції. Тому такі програми стануть у нагоді практичним психологам та соціальним педагогам закладів освіти для підвищення свого професійного рівня та педагогічної майстерності.

1. Корекційно-розвиткова програма «Барвистий світ казок»

КВАША Т. І., практичний психолог
спеціального дошкільного навчального закладу
(ясла-садок) № 46 «Краплинка»

Пояснювальна записка

*Духовне життя дитини повноцінне лише тоді,
коли вона живе у світі гри, казки, музики, фантазії,
творчості. Без цього вона – засушена квітка.*

Василь Сухомлинський

Новий закон України про освіту передбачає навчання і виховання дітей з особливостями психофізичного розвитку, що зумовлюють їхню потребу у спеціальних освітніх послугах у різних організаційних формах, серед яких особливого значення набуває інклюзивне навчання. Проблема соціального виховання дітей з порушеннями зору має свою вагому історію у практичній діяльності людства і вже досить давно стала предметом наукових пошуків та міркувань представників різних професій – філософів, лікарів, педагогів, психологів. Зараз ця проблема що набула сучасної назви *інклюзивне навчання*, стає особливо гострою у зв'язку з прийняттям низки міжнародних та державних норм, що наголошують на необхідності у демократичному суспільстві надання всім дітям, включаючи осіб з інвалідністю, права на якісну освіту та забезпечення умов навчання. Справжня якісна освіта має забезпечувати формування системи якості знань дітей, вмінь та навичок правильного застосування цих знань у різних видах діяльності та поведінки, виховання соціально важливих рис характеру (перш за все, моральних), розвиток здібностей. А діти з обмеженими можливостями здоров'я потребують особливої допомоги для того, щоб досягти найкращих результатів у процесі розвитку та соціалізації. Отже, якісна освіта для дітей з вадами психофізичного розвитку має бути корекційно спрямованою, тобто такою, щоб виправляти недоліки їхнього розвитку і соціалізації, і водночас зберігати здоров'я.

Актуальність. Система реформування освіти в Україні ставить своїм завданням формування високоінтелектуальної, внутрішньо вільної і свідомої особистості, здатної розв'язувати соціальні та економічні проблеми суверенної держави. Її реалізація можлива за умови організації особистісного орієнтованого навчання, кінцевою метою якого є максимальне розкриття індивідуальних можливостей та самоактуалізація особистості кожного, створювання умов для якомога повнішої реалізації інтелектуального й духовного потенціалу дитини, своєчасного виявлення контингенту дітей, які потребують допомоги, відповідної до характеру утруднень, що вони зазнають у розвитку, навчанні та вихованні. Актуальність питання обумовлена кризою ціннісних систем у сучасному суспільстві, розмиванням норм моралі,

значущості інститутів родини, що ускладнює шляхи особистісного самовизначення дитини-дошкільника.

Саме тому практичний психолог повинен спрямовувати свою професійну діяльність до пошуку різноманітних форм та методів роботи з дошкільниками, які мають порушення зору. Одним із головних завдань є надання ефективної допомоги дитині як у загальному розвитку, так і в емоційному, оскільки в дошкільний період дитина найбільш відкрита переживанню духовних цінностей.

Ми повинні усвідомлювати те, що дитина з порушенням зору – з особливими потребами, і зорієнтовувати свою діяльність на те, щоб вона росла розумною і вихованою, впевненою у власних силах та можливостях, добре навчалася у школі й виросла освіченою та успішною людиною. Усе це буде можливим тоді, коли у дитини нормально розвиватиметься насамперед зір, адже саме за його допомогою людина отримує 90% інформації про навколишній світ. Усю красу довкілля ми сприймаємо і пізнаємо завдяки зору та розвиненому вмінню бачити. Водночас, зір – одна з найбільших систем людського організму. Саме прагнення побачити, роздивитися предмет, яким зацікавлюється дитина, стимулює у неї рухову діяльність, мовлення, мислення.

Працюючи зі слабозорими вихованцями, практичний психолог/педагог чітко розуміє, що зір є важливим фактором індивідуального психічного і фізичного розвитку, недарма очі образно називають частиною мозку, винесеного на периферію. І саме тому від того, як розвиваються очі й мозок, залежить гармонійне формування дитини, її здоров'я, психоемоційний стан і все наступне життя. Кожного дня дитина через зір отримує певну інформацію про навколишній світ, що відразу активує її рухову діяльність: вона хоче побігти, взяти, погладити, відразу дістати іграшку, покрутити її в руках, скуштувати цукерку тощо. Звісно, у цій діяльності дитини беруть участь і інші аналізатори – слух, дотик, нюх, смак, мовлення, однак сприйняття зором залишається провідним психічним процесом. Воно стає поштовхом для отримання дитиною життєвого і практичного досвіду – як позитивного, так і негативного, поступово набуваючи досвіду в усіх сферах своєї життєдіяльності, таких, як орієнтування у просторі, гра, спілкування, самообслуговування тощо. Безумовно, зір допомагає дитині стати незалежною, активною та впевненою у собі. Емоції та почуття забарвлюють наше життя світлими й темними кольорами, дають нам змогу радіти, дарувати радість іншим, любити і ненавидіти, страждати та співпереживати. Емоційний світ дитини починає формуватися вже з перших днів її життя (від першого плачу й посмішки) і продовжує формуватися разом зі становленням особистості, набуваючи широкої гами проявів позитивних та негативних емоційних переживань. Зосереджуючись на телевізійних передачах, комп'ютерних іграх, діти стають менш чутливими до тих, хто їх оточує. Від емоцій, які найчастіше переживає і проявляє дитина, залежить успіх її взаємодії з людьми, успіх прийняття її оточуючими, а отже, й успіх соціального розвитку, соціалізації. Отож, актуальне та важливе завдання виховання – розвиток емоційної сфери

дошкільнят. Ознайомлення дітей з людськими емоціями є одним із найважливіших завдань. Дошкільнята, збагачуючись знаннями про емоції, починають глибше розуміти себе та інших, у них частіше спостерігаються емпатійні прояви у ставленні до людей.

Протягом періоду роботи з дітьми, що мають порушення зору, виявляється, що головними труднощами, з якими вони зіштовхуються є: відсутність або труднощі просторового орієнтування, відсутність або різке обмеження конкретних уявлень про довкілля, неповноцінність, порушення моторики, особливо ходи, міміки. Часто наявність порушень зору дитини та її усвідомлення стають причиною виникнення специфічних особливостей пізнавальних процесів (мовлення, пам'яті, мислення, уяви, уваги), зокрема таких як: підвищення втомлюваності, порушення саморегуляції, особливості формування характеру, посилення відчуття тривожності, невпевненості у своїх силах і можливостях, що зумовлює стресовий стан, ускладнює адаптацію та соціалізацію дитини, і зрештою приводить до суспільної ізоляції. Саме тому робота з такими дітьми спонукає впроваджувати різноманітні форми психологічної допомоги, в залежності від індивідуальних особливостей та потреб кожного окремого малюка. Сьогодні можливості казкотерапії, здатної за допомогою метафори забезпечити каузальну спрямованість психокорекції і усунути реальну причину дезадаптації, використовуються недостатньо.

Але саме метод казкотерапії дозволяє формувати соціально активну особистість, розвивати у малюків потребу в контактах з іншими дітьми й дорослими, формувати в них уміння регулювати власну поведінку та дії, притаманні їй моральні почуття, співпереживання, здатність радіти за іншого, готовність прийти на допомогу. В тому, щоб дошкільник зацікавився навколишнім світом, виявляв допитливість, порівнював, узагальнював, аналізував, знаходив різні варіанти вирішення проблемних ситуацій, пов'язував набуті знання з реальним життям вагому роль відіграє казка. Адже казка – це інформація для правої півкулі, а вона відповідає за образне мислення. Все, що дитина сприймає в казках, записується на рівні підсвідомості, яка є найбільшим ресурсом для сприймання, і, дорослішаючи, людина вже розуміє, як можна вийти із складних життєвих обставин.

Мета програми:

- психологічний супровід дитини з ООП;
- надання своєчасної психологічної допомоги дітям з порушенням зору;
- особистісно орієнтований підхід до дітей, які мають порушення зору;
- розвиток кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження;
- орієнтування на потенційні можливості дітей, одночасне подолання і виправлення (коригування) вторинних відхилень, зумовлених тим чи іншим порушенням зору;
- корекція труднощів у розвитку інтелектуальної, пізнавальної, емоційно-вольової, комунікативної, особової сфер через ігрову діяльність дитини та за допомогою методів казко- та арт-терапії;

- навчання дітей із розумінням ставитися до емоційного світу людини;
- формування поняття емоцій та їх впливу на настрій людини;
- формування уявлення про настрій та як він впливає на здоров'я і спілкування з однолітками;
- навчання спостерігати за щоденними виявами свого настрою;
- навчання контролювати свої емоції, вміти керувати своїм тілом та рухами;
- розвиток комунікативної компетентності, моральних якостей: доброзичливості, співчуття, взаємодопомоги, поваги;
- набуття навичок саморозслаблення, подолання бар'єрів у спілкуванні;
- виховання дружніх стосунків між дівчатками та хлопчиками.

Завдання програми:

- Здійснювати диференційований підхід до дітей з порушенням зору та психологічний супровід дітей з ООП.
- Надавати своєчасну психолого-педагогічну корекційну допомогу дітям з порушенням зору в розвитку особистісних рис та психічних процесів. Стежити за динамікою розвитку дитини в корекційному процесі.
- У роботі зі слабозорими дітьми широко використовувати засоби наочності (яскраві, різнокольорові, великі за розміром), які дозволяють сприймати візуально і на слух. Розвивати у дітей вміння використовувати компенсаторні форми спілкування: зір, слух, нюх, тактильність.
- Сприяти розвитку навичок самовираження в різних видах діяльності; сприяти отриманню початкового досвіду рефлексії (самоаналізу). Формувати вміння вирішувати проблемні питання, висловлювати власну думку, відстоювати свої судження.
- Забезпечити збереження психічного здоров'я дошкільників, сприяти створенню позитивного емоційного настрою. Навчати дітей розуміти самих себе та інших. Формувати у дітей навички самоконтролю власного емоційного стану, сприяти свободі самовираження через вільну зображувальну діяльність. Активізувати роботу творчих здібностей дітей засобами зображувальної діяльності.
- З метою попередження або мінімізації вторинних відхилень, негативних наслідків, подолання стресу, психотравми використовувати в роботі з дошкільниками наступні методи: казкотерапію, малювання різнокольоровою манкою та піском, ліплення (елементи арт-терапії), сендплей, гру, програвання емоцій через виведення їх на рівень усвідомлення, формування відчуття у дитини і дорослого, що вона не одна, і навколо є безліч ресурсів, якими можна скористатися; релаксаційні вправи.
- Впроваджувати в роботу педагогічні інновації та продовжувати вдосконалювати різні форми, методи і прийоми організації ігрової діяльності, забезпечуючи творчий розвиток дітей дошкільного віку.

Програма проходила апробацію на базі спеціального дошкільного навчального закладу (ясла-садок) № 46 «Краплинка» з 1 грудня 2014 року по 1 грудня 2016 року.

Цільова аудиторія: програма розрахована на дітей 4-6 років – середнього та старшого дошкільного віку, які мають порушення зору; які мають порушення емоційно-вольової сфери та поведінкові проблеми (агресивність, тривожність, страхи, примхливість, сором'язливість і невпевненість у собі).

Тривалість заняття: 25-30 хвилин; останнє (закріплююче) заняття – 40 хвилин.

Етапи програми:

I етап заняття – вступна частина: вправи на активацію та створення атмосфери довіри й доброзичливості, налаштування дітей на подальшу взаємодію;

II етап – основна частина: розвиток уміння адекватно виражати свій емоційний стан; ігрова корекція агресії, тривожності тощо; закріплення вміння відтворювати й передавати різні емоційні стани, виховання позитивних рис характеру; розвиток уміння за допомогою зображувальних засобів виражати свої почуття; розвиток творчих здібностей;

III етап – заключна/закріплююча частина (релаксація та рефлексія) – зняття психоемоційного напруження; отримання початкового досвіду рефлексії (самоаналізу).

Організація занять: специфіка організації даної програми з використанням казкотерапії для дітей дошкільного віку, що мають порушення зору, полягає у дозованості інформації під час знайомства з казкою. Діти залишаються на занятті босоніж для того, щоб відчувати своє тіло і вчитися керувати своїми рухами. Це сприяння оволодінню дітьми навичок саморегуляції, зняття напруження. Дидактичний матеріал різнокольоровий, має збільшений розмір. Його кількість обирається індивідуально для кожної дитини. Під час вправ та ігор використовуються музичні твори таких сучасних композиторів: Н. Май, С. Дерда-Бугай, Л. Комлікова, А. Лисенка; та класиків: А. Вівальді, «Пори року» (позбавляє страху, наповнює впевненістю, покращує пам'ять), Р. Вагнера, «Хор пілігримів» (знімає агресію, дратівливість), сонати Л. ван Бетховена (позбавляють смутку, пригніченості, відновлюють душевну рівновагу), симфонії П. І. Чайковського (допомагають при неврозах і дратівливості), Й. Брамс, повільні твори Й. С. Баха, прелюдії Ф. Ліста (допомагають подолати сором'язливість), твори Моцарта (сприяють розвитку розумових здібностей) тощо.

Програма включає 10 занять; кількість занять на 1 тиждень – 1; тривалість – 25-30 хвилин, останнє (закріплююче) заняття – 40 хвилин; кількість дітей у групі – 10-12.

Структура: привітання та релаксаційна вправа, що виконується на індивідуальних «казкових» килимках («сонечко», «повітряна кулька», «квіточки», «хмаринка» тощо), надають дитині можливість відчути власний простір, своє «Я», та водночас відчути себе частиною колективу;

- використання корекційної вправи для очей (гімнастики для очей) дає можливість запобігти перевтомі зорового апарату, ґрунтується на рівномірному чергуванні тренувань очних м'язів з повноцінним відпочинком зорового апарату; допомагає покращити зір; це одна зі здоров'язбережувальних технологій, поряд з дихальною гімнастикою, самомасажем, динамічними паузами тощо;

- використання психогімнастики (фізкультхвилинки) надає дитині можливість керувати своїми рухами, правильно виражати емоції, обов'язкове чергування напруження і розслаблення сприяє розвитку впевненості, сміливості та позбавляє страхів – малюк не просто виконує різні ритмічні махи руками, а уявляє себе мишкою (ведмедиком, зайчиком чи іншим казковим героєм), що грається;

- прослуховування та перегляд казки (текст розбитий на слайди, які збільшені і різнокольорові), подальше її обговорення. Казка допомагає зменшити тривожність, агресивність, (а надалі і позбутися їх), зрозуміти внутрішні переживання, сприяє соціалізації дітей та подальшій інклюзії в загальноосвітній простір;

- гра з кольоровими м'ячиками та обручами сприяє кольороорозрізненню, руховій активності, вмінню орієнтуватися в просторі та приносить дітям хороший настрій, радість та позитивні емоції;

- пальчикова гра або використання елементів методики су-джок (м'ячики су-джок, шишки, каштани тощо) покращує координацію рухів, формує відчуття темпу і ритму, розвиває дрібну моторику, психічні процеси та мовлення;

- використання «Ляльки як персони» виховує у дітей повагу та толерантність у ставленні до людей, які відрізняються кольором шкіри, фізичним станом, тощо. Вона вчить малечу цінувати себе як особистість, розвиває позитивну самооцінку та допомагає відчувати себе повноцінним і рівноправним членом дитячого колективу, зокрема – дітям з особливими освітніми потребами;

- малювання різнокольоровою манкою розвиває тактильно-кінетичну чутливість, позбавляє м'язового напруження, допомагає малюкові почуватися захищеним, стабілізує емоційний стан, поглинаючи негативну енергію, долає комплекс «поганого художника». Використання манкотерапії дає великий корекційно-виховний і освітній ефект.

- малювання на LED-дошці. Для маленьких дітей будь-яке заняття творчістю – це завжди весело, приємно та корисно для розвитку як дрібної моторики, так і вищих психічних функцій. Пальчикове малювання на дошці допомагає вирішити багато психологічних проблем дошкільника: знизити рівень тривожності, агресивності, імпульсивності, гармонізувати психічний стан, зняти психосоматичну напругу, підняти рівень самооцінки, подолати дитячі страхи та труднощі у спілкуванні з однолітками, допомагає у вирішенні конфліктів, вчить домовлятися. У процесі арт-терапії відбувається

зцілення психіки, і паралельно дитина знайомиться з навколишнім світом, формує позитивне ставлення до нього;

- використання кольорових кружечків із фетру (природного матеріалу, психологічно «теплого») дає можливість зрозуміти дитину, допомагає їй сконцентрувати свою увагу на нових відчуттях і почуттях, сприяє розслабленню, дає змогу позбутися негативних емоцій, піднімає настрій і розвиває творчий потенціал;

- особлива увага надається використанню музики: одна є динамічною – стимулює емоції, а інша, навпаки – спокійною, що сприяє зняттю емоційного та м'язового напруження;

- вправа «Інтерв'ю» сприяє отриманню початкового досвіду рефлексії (самоаналізу); надає можливість дошкільникам вільно виражати свої думки та бажання.

Проблема, на вирішення якої направлена програма: сучасне суспільство, нажаль, забуло про значення самої казки в житті дитини. Сучасні батьки, які вже виросли в епоху технічного прогресу та комп'ютерних технологій, рідко читають та розповідають дітям казки, адже і самі відірвані від цього життєдайного джерела народної мудрості. У казці все живе, одухотворене, всі живі істоти (а іноді й неживі) розмовляють, а це формує у світогляді дитини позитивне сприйняття тварин і рослин, співчуття до них, як до живих істот, адже дитина ідентифікуючи себе з улюбленими персонажами буде любити kota і уявляти його в чоботях, мишку у рукавичці, зайчика у хатці, подумки розмовляти з деревом. Тому замість сучасних жорстоких мультфільмів про всіляких монстрів, чудернацьких потвор, які все нищать і насолоджуються руйнуванням, вампірів, треба повертатися до казки. І тоді замість негативного програмування на гнів, агресію і руйнацію дитина отримає заряд позитиву, що в свою чергу також позитивно впливатиме на її саморегуляцію, а одночасне формування гуманності опосередковано сприятиме розвитку самоконтролю. Так, уявляючи казкові події, дитина вчиться переборювати свої внутрішні страхи, зустрічається зі страхом, дивитися йому в обличчя і перемагає його разом з позитивними казковими героями.

В листопаді 2015 року практичним психологом проводилося опитування батьків вихованців старших груп на тему «Мовленнєва бухгалтерія» з метою визначення ставлення батьків до української мови та використання її у повсякденному житті під час спілкування з дітьми. В опитуванні взяли участь 26 дорослих; після обробки опитувальників з'ясувалося, що тільки 65% (17 дорослих) читають дітям казки кожного дня, 50% (13) співають колискові, 40% (10) віддають перевагу книжкам, що написані українською мовою, 46% (12) використовують українську мову у повсякденному житті, а 23% (6) взагалі не вважають українську мову рідною. В лютому 2017 року проводилося опитування батьків вихованців середніх груп за допомогою «Анкети для визначення ступеню участі батьків у вихованому процесі» Л. Письмак з метою визначення рівня взаємодії батьків і дітей у родині та важливості взаємодії батьків з дитиною. В анкетуванні брали участь 25 дорослих. Після обробки

були наступні результати: 90% (23 дорослих) слухають, що говорить дитина, 80% (20) мають зоровий контакт з дитиною, 79% (19) читають дітям казочки та дитячі книжки, 16% (4) рідко читають дитячу літературу своїм дітям, 5% (1) взагалі не читають дітям книжечки, 89 % (22) грають зі своїми дітьми, 12% (3) не грають зі своїми дітьми вдома в ігри. Батькам та педагогам було рекомендовано продовжувати й надалі підвищувати престиж рідної мови через проведення занять, розваг, заходів, родинних свят, драматизації казок, зустрічей з сучасними дитячими письменниками та поетами тощо.

Новизна проблеми. Створюючи психофізіологічний комфорт дітям під час занять, який передбачає «ситуацію впевненості» в своїх силах, можна та потрібно використовувати нові можливості, включаючи дієві методи в систему корекційно-розвивального процесу. Адже альтернативні методи та прийоми допомагають зробити заняття цікавішим та різноманітнішим. Таким чином, терапевтичні можливості казкотерапії сприяють створенню умов для всебічного розвитку дітей та корекції їх зору.

Протягом свого розвитку людство стикалося із чисельними проблемами та загадками, найбільшою з яких є, певно, загадка природи самої людини. Сьогодні ця проблема постає гостро як ніколи, оскільки більшість актуальних негараздів людства – війни, важкий та напружений час в країні – є наслідком поведінки людей. Отже, одним із найважливіших проблемних завдань педагогів та психологів сучасності, на мою думку, є пошук нових ефективних технологій у галузі діагностики, корекції та виховання особистості. Однією з таких технологій є метод казкотерапії – терапії особливим казковим середовищем, в якому можуть виявлятися потенційні можливості особистості. Казка спонукає малечу зрозуміти, що в житті завжди можна зіткнутися з труднощами (дитину не можна ізолювати від проблем), та вчить тому, що їх можна подолати. *Програма побудована з використанням прийомів інноваційних технологій.* Інновації, тобто нововведення, зміни або введення чогось нового, самі по собі не виникають, вони є результатами пошуків, передового педагогічного досвіду цілого колективу: практичний психолог закладу тісно співпрацює з вихователями, методистами, тифлопедагогами, логопедом.

Дошкільники з порушенням зору мають багато труднощів, проте завдяки компенсаторним функціям у них є і великі потенційні можливості. Активізувати їх допомагає метод арт-терапії, основою якого є ця програма. Зокрема: використання казкотерапії (перегляд казки у вигляді презентації, що створена безпосередньо самим психологом: картинки підбираються з інформаційних джерел інтернету відповідно до тексту – «Краще один раз побачити, ніж сто разів почути»), кольорового піску і манки, гудзиків, глини, пластилінової маси, ляльки-персони, методу «Су-джок», малювання на LED-дошці, кольорових кружечків та паличок з фетру, музичних творів, конструктора Lego тощо. Мистецтво – невидимий місток, що поєднує два протилежні світи: фантазії та реальності. Часто таємні бажання, підсвідомі почуття та емоції легше викласти у творчості, ніж виразити в словесній формі. Арт-терапія – один із найм'якіших і в той же час глибоких методів в арсеналі

психолога. Малюючи, займаючись ліпленням, програючи казку, дитина ніби отримує закодоване послання від самої себе. Форма, колір та інші характеристики продуктів творчості можуть не лише розкрити істинні, глибинні бажання, страхи, відношення до чогось або когось, настрої у визначений момент, але і вплинути на свій психологічно емоційний та фізичний стан. Адже відомо, що кожна форма, колір та звук випромінюють певну енергію, яку можна і потрібно використовувати для покращення життя та зміцнення здоров'я. Кращого інструменту, ніж казка, малюнок, розповідь, гра, людство ще не вигадало. Програма «Барвистий світ казок» допомагає формувати особистість дошкільника, його світогляд, розвиває практичний інтелект, допомагає у набутті позитивного гармонійного та неконфліктного досвіду взаємодії «дитина – дитина», «дитина – дорослий», розвиває творчі (креативні) дії, нестандартні рішення, що сприяють успішному результату; через вправи та ігри дитина презентує себе, вчиться розуміти свої почуття. Світ дитини – це світ дії і діяльності, а за допомогою арт-терапії з'являється можливість увійти в цей світ та пізнати його.

Профілактична та корекційна роль програми. Використовуючи цю програму, практичний психолог допоможе дитині побороти власні страхи, тривожність, виправити такі негативні риси характеру, як заздрість, жадібність, упертість, хвалькуватість, допомогти дітям засвоювати загальноприйняті морально-етичні норми і усвідомити соціально прийнятні способи виявлення власних емоцій, адже, занурюючись у казковий світ, дитина потрапляє у глибини своєї душі, учиться оволодівати цим підсвідомим простором. Повернувшись із казкової подорожі до реального світу, вона відчувається впевненіше, починає усвідомлювати власну спроможність упоратися з очікуваними труднощами. Знаючи про особливість дитячої психіки, за допомогою спеціально створеної казки легко подолати певні проблеми її розвитку та соціалізації. Казкотерапія є ефективним інструментом, що допомагає скоригувати поведінку дитини, пояснити їй основні закони світу, прищепити суспільні цінності та розкрити творчий та особистісний потенціал.

Очікувані результати. У процесі слухання, роздумів над текстами казок, оповідань у вихованців спеціального дошкільного навчального закладу (ясла-садок) № 46 «Краплинка» активізується та збагачується словник, формуються морально-ціннісні, світоглядні уявлення, поняття, діти навчаються висловлювати свою думку. Досвід свідчить, що діти стають більш соціальними, більш емоційними, у них виразніше виявляється здатність і бажання реалізувати почерпнуті в казці, та, можливо, подібні ситуації в їх реальному повсякденні, в оточенні однолітків та дорослих. І тому казкові намистинки – це перша сходинка до виховання успішної та освіченої людини в майбутньому.

Таким чином, використовуючи українські народні, авторські казки у роботі з дітьми з порушенням зору, можна сказати, що вони є ефективним інструментом, який допоможе скоригувати поведінку дитини, пояснити їй основні закони світу, прищепити істинні цінності та розкрити творчий потенціал. Програма позитивно впливає на формування духовно-морального

світогляду дітей, які мають порушення зору, а також позначається на рівні їх знань, а відтак і допомагає сформувати позитивне, оптимістичне світобачення, викликає бажання творити добро. Чарівність проявляється через мистецтво «позитивного мислення».

Як правило, ми бажаємо рідним, друзям того, чого хочемо собі: щастя, успіху, здоров'я, радощів. І сором'язливо не зауважуємо одну дуже важливу якість людської натури, від якої, по суті, залежить щастя, успіх, оптимізм і навіть здоров'я, принаймні душевне. Я маю на увазі віру людини в себе. Не самовпевненість, не почуття власної зверхності, не переможний егоїзм. Я маю на увазі віру у свої можливості. І саме цього я хочу побажати всім вам.

Структура заняття

№ з/п	Види роботи	Орієнтована тривалість	Необхідний матеріал
ЗАНЯТТЯ № 1			
1.	Привітання	2 хв.	індивідуальні килимочки, іграшка Казкова Фея
2.	Гра «Чарівний капелюх»	3 хв.	«казковий» капелюх
3.	Корекційна вправа для очей «Жовтий котиться клубок»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
4.	Слухання та перегляд казки «Колобок»	7 хв.	текст української народної казки «Колобок»; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
5.	Фізкультхвилинка «Колобочки»	3 хв.	шапочки-атрибути для рухливої гри з зображенням колобка; «сонячні» сліди з жовтого хутра; музичний запис активної рухливої веселої музики
6.	Пальчикова гра з елементами су-джок «Колобок»	2 хв.	м'ячики су-джок (шишки, каштани)
7.	Корекційна вправа для очей «Прокоти Колобка по стежині»	1 хв.	картинки з намальованою стежинкою для Колобка; кульки жовтого кольору з повітряного пластиліну
8.	Вправа «Виклади	10 хв.	конструктор Lego; листочки А4 з

	портрет героїв казки за допомогою конструктора Lego»		намальованими колами; дзеркала; іграшка Колобок
9.	Релаксаційна вправа «Звук»	3 хв.	аудіозапис для релаксації; індивідуальні килимки
10.	Прощання	3 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 2			
1.	Привітання	2 хв.	індивідуальні килимочки-«листочки»
2.	Загадування загадки	1 хв.	іграшка Жучка-сонечка; аудіозапис звука комахи
3.	Корекційна вправа для очей «В небі сонце грає»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
4.	Слухання та перегляд казки «Сонце і Сонечко»	7 хв.	текст казки В.О. Сухомлинського «Сонце і Сонечко»; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
5.	Фізкультхвилинка «Жучок-Сонечко»	3 хв.	музичний запис активної рухливої веселої музики ; атрибути на ручки для рухливої гри з зображенням жучка-сонечка
6.	Дидактична гра «Сонечко і його промінці»	4 хв.	жовтий круг та «промінці» жовтого кольору різної довжини та ширини з тканини, наповнені поролоном
7.	Розглядання картинки «Сонце і Сонечко» та показ етапів роботи	3 хв.	ілюстрація до казки «Сонце і Сонечко»; пофарбована манка (червоного кольору); шнурочки; фетрові кружечки; серветки вологі та сухі
6.	Пальчикова гра з елементами су-джок «Білочка»	2 хв.	шишки (м'ячики су-джок, каштани)
7.	Самостійна робота дітей над ілюстраціями	10 хв.	ілюстрація до казки «Сонце і Сонечко»; пофарбована манка (червоного кольору); шнурочки; фетрові кружечки; серветки вологі та сухі.
8.	Релаксаційна вправа	3 хв.	індивідуальні килимочки-

	«Осінні листочки»		«листочки»; аудіозапис для релаксації
9.	Гра-медитація «Я – сонечко»	2 хв.	аудіозапис для релаксації; індивідуальні килимки-«листочки»
10.	Прощання	1 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 3			
1.	Привітання	2 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка»
2.	Загадування загадки та пальчикова гра «Зайчик»	2 хв.	іграшкове Зайченя
3.	Рухлива гра «Весела зарядка»	3 хв.	шапочки-атрибути для рухливої гри з зображенням зайчика; аудіозапис активної рухливої веселої музики
4.	Гімнастика для очей «Сонячний зайчик круглий як м'ячик»	3 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
5.	Слухання та перегляд казки «Капустяний листочок»	7 хв.	текст за казкою Бехлерової О. «Капустяний лист»; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
6.	Вправа «Квітка доброти»	4 хв.	різнокольорові обручі та кружечки з тканини таких же кольорів (кольори веселки); аудіо (музика)
7.	Пальчикова гра «Капустина»	2 хв.	велика іграшкова капуста, що пошита із тканини
8.	Аплікація «Подаруймо зайчику капусту»	7 хв.	клей, пензлики, серветки, паперова капуста для аплікації; лист ватману, на якому намальовані зайчики
9.	Пластичний етюд «Подорож на хмаринці»	3 хв.	індивідуальні килимки-«хмаринки»; музика
10.	Прощання	3 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 4			
1.	Привітання	1 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка», іграшкове Каченятко
2.	Гімнастика для очей «Сплять маленькі совенята»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
3.	Слухання та перегляд	5 хв.	текст казки; мультимедійна дошка;

	казки про каченятко Умчика		комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
4.	Вправа «Зобрази емоцію»	2 хв.	дзеркала
5.	Вправа «Кольоровий пісок»	2 хв.	стаканчики, різнокольоровий пісок
6.	Вправа «Закінчи речення»	2 хв.	
7.	Вправа «Що ми беремо в школу?»	2 хв.	шкільне приладдя (канцтовари тощо), іграшки дитячі, муляжний портфель
8.	Рухлива гра «Позбуваюся страху»	2 хв.	маленькі подушки різного кольору; музичний супровід
9.	Вправа «Четвертий зайвий»	2 хв.	індивідуальні килимочки, мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація у вигляді слайдів
10.	Вправа «Ким я хочу бути»	2 хв.	
11.	Пальчикова гра «Пальчик-братики»	1 хв.	
12.	Малювання пальчиками «Я у школі майбутнього»	7 хв.	LED-дошка зі скла для малювання, фарби пальчикові, вологі серветки, сухі серветки, музичний аудіозапис
13.	Релаксаційна вправа «Подорож на хмаринці»	3 хв.	індивідуальні килимки-«хмаринки», аудіозапис
14.	Заклучна вправа з кольоровим піском «Усі ми різні»	1 хв.	стаканчики, різнокольоровий пісок
15.	Прощання	1 хв.	іграшкове Каченятко
ЗАНЯТТЯ № 5			
1.	Привітання	2 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка»
2.	Корекційна вправа для очей «Біла хмара»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
3.	Читання листа та перегляд історії Краплинки	7 хв.	текст казки В.О. Сухомлинського «Де береться краплинка?»; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки

4.	Гра «Ласкаві слова для краплинки»	2 хв.	м'яка іграшка Краплинка
5.	Рухлива гра «Збери краплинки»	2 хв.	маленькі краплинки з тканини з наповнювачем, мішечок; активна рухлива весела музика
6.	Рухлива гра «Пострибаємо через калюжі»	2 хв.	килимочки-«калюжки»; активна рухлива весела музика
7.	Пальчикова гра «Дружні пальчики»	2 хв.	
8.	Вправа «Домалюй»	9 хв.	кольорові олівці чи фарби; листки паперу, на яких намальований круг; музика
9.	Етюд «Квітковий бал»	3 хв.	різнокольорові стрічки; аудіо
10.	Інтерв'ю «Ми – артисти»	3 хв.	мікрофон
11.	Прощання. Вправа «Всім до побачення»	1 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 6			
1.	Привітання. Загадування загадки	2 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка», іграшка на руку Мишенятко
2.	Корекційна вправа для очей «Мишенята»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
3.	Слухання та перегляд казки «Мишенятко-рятівник»	7 хв.	текст авторської казки «Мишенятко-рятівник»; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
4.	Фізкультхвилинка «З мишкою давно вже я дружу»	3 хв.	аудіозапис активної рухливої веселої музики; атрибути на ручки для рухливої гри з зображенням мишенятко
5.	Вправа «Чарівні окуляри – подарунок для звірятко» та показ етапів роботи	3 хв.	повітряний пластилін або маса для ліплення різних кольорів; серветки сухі та вологі
6.	Пальчикова гра «Дбайливе мишенятко»	2 хв.	

7.	Вправа «Чарівні окуляри – подарунок для звіряток»	9 хв.	повітряний пластилін або маса для ліплення різних кольорів; серветки сухі та вологі; музичний супровід
6.	Вправа «Кольорові кульки»	3 хв.	пластмасові кульки різного кольору; кольорові обручі; шляпа Чарівника; аудіозапис рухливої веселої музики
7.	Пластичний етюд «Сонечко»	3 хв.	аудіозапис для релаксації; індивідуальні килимки-«сонечка»
8.	Прощання	1 хв.	іграшкове Мишенятко
ЗАНЯТТЯ № 7			
1.	Привітання та загадування загадки	2 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка»; іграшковий ведмедик
2.	Корекційна вправа для очей «Ведмедик вайлуватий»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
3.	Слухання та перегляд казки «Рукавичка»	8 хв.	віршований текст казки «Рукавичка» Дудчак Г. С.; мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
4.	Фізкультхвилинка «Ведмедик гарненький»	3 хв.	активна рухлива весела музика; шапочки-атрибути для рухливої гри із зображенням ведмедика
5.	Дидактична гра «Яка рукавичка?»	4 хв.	рукавички різнокольорові
6.	Пальчикова гра «Рукавички»	2 хв.	
6.	Малювання «Прикрасимо рукавичку»	9 хв.	пальчикова фарба; зразок для малювання, готові форми рукавичок паперових, вологі та сухі серветки, картонні різнокольорові (синього та зеленого кольору) підкладки для малювання
7.	Релаксаційна вправа «Відпочиваємо на казкових «хмаринках»	3 хв.	індивідуальні килимочки; аудіозапис спокійної релаксаційної музики
8.	Прощання	2 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 8			
1.	Привітання	2 хв.	індивідуальні килимочки-«сонечка»

2.	Загадування загадки	1 хв.	
3.	Гімнастика для очей «Казка про непосидючі оченята»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
4.	Слухання та перегляд казки «Про пальчики»	6 хв.	мультимедійна дошка; комп'ютер; текст та презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
5.	Динамічна хвилинка «Равлик»	3 хв.	аудіозапис активної веселої ритмічної музики
6.	Пальчикова гра «Веселкові олівці»	2 хв.	мультимедійна дошка; комп'ютер; презентація гри у вигляді слайдів
7.	Творча вправа «Створи предмет чи композицію»	10 хв.	фетрові кружечки та «пальчики» різного кольору; аудіозапис музики
8.	Вправа «Чарівні мішечки»	3 хв.	Мішечки прозорі та з тканини, в яких лежать камінці, гудзики, прищепки, вата, пісок, горішки, дерев'яні кружечки, шишка тощо
9.	Гра-релаксація «Пташка»	3 хв.	індивідуальні килимочки-«хмаринки»; аудіозапис для релаксації
10.	Прощання	2 хв.	

ЗАНЯТТЯ № 9

1.	Привітання та загадування загадки	2 хв.	індивідуальні килимочки-«квіточки»
2.	Корекційна вправа (гімнастика) для очей «Метелик»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
3.	Слухання та перегляд казки «Казка про білого метелика»	7 хв.	мультимедійна дошка; комп'ютер; текст та презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
4.	Фізкультхвилинка «Чарівні квіти»	4 хв.	шапочки-атрибути для рухливої гри із зображенням квітів; музика
5.	Пальчикова гра з використанням м'ячиків су-джок «Метелик»	2 хв.	м'ячики су-джок
6.	Вправа «Подаруй метелику його портрет»	10 хв.	пластмасові гудзики різного кольору; кольорова манка; зображення метелика білого кольору з чорним контуром
7.	Релаксаційна вправа	3 хв.	індивідуальні килимочки-

	«Метелик»		«хмаринки»; аудіо для релаксації
8.	Прощання	2 хв.	
ЗАНЯТТЯ № 10			
1.	Привітання	2 хв.	Індивідуальні килимочки-«листочки»
2.	Зачитування листа та вітання з повітряною кулькою	2 хв.	лист, повітряна кулька
3.	Корекційна вправа (гімнастика) для очей «Закрутились каруселі»	2 хв.	корекційна стрічка зеленого кольору, лазерний ліхтарик
4.	Перегляд та прослуховування казки «Дівчинка-Розмальовка»	7 хв.	мультимедійна дошка; комп'ютер; текст та презентація казки у вигляді слайдів; індивідуальні килимочки
5.	Вправа «Фетрові кружечки зафарбовують настрій». Вправа «Здивування»	3 хв.	зображення котика з відповідною емоцією, фетрові кружечки різних кольорів; різнокольорові камінці в тарілочках; шаблони-розфарбовки; частинка пазла-малюнку «Палітра»
6.	Вправа «Страх» Дидактична гра «Знайди силуети»	3 хв.	зображення котика з відповідною емоцією, фетрові кружечки різних кольорів; малюнки з силуетами предмета та його кольорове зображення; частинка пазла-малюнку «Палітра»
7.	Вправа «Сум». Вправа «Перетвори хмаринку-плаксинку на хмаринку-веселинку»	3 хв.	зображення котика з відповідною емоцією, фетрові кружечки різних кольорів; пальчикові фарби, LED-дошка, серветки вологі і сухі; іграшкова хмаринка; частинка пазла-малюнку «Палітра»
8.	Вправа «Злість». Вправа «Дружба творить дива»	2 хв.	зображення котика з відповідною емоцією, фетрові кружечки різних кольорів; різнокольорові «вагончики»-клаптики з гудзиками та стрічками; частинка пазла-малюнку «Палітра»
9.	Вправа «Радість»	1 хв.	зображення котика з відповідною емоцією, фетрові кружечки різних кольорів; частинка пазла-малюнку «Палітра»

10.	Гімнастика для пальчиків су-джок «М'ячики»	2 хв.	м'ячики су-джок
11.	Вправа «Подарунок-сердечко»	7 хв.	різнокольорова манка, сердечка з пінопласту; серветки вологі і сухі; частинка пазла-малюнку «Палітра»
12.	Вправа «Палітра»	2 хв.	частинка пазла-малюнку «Палітра»; лялька-персона «Дівчинка-Розмальовка»
13.	Релаксаційна вправа «Кольорові ліхтарики»	3 хв.	аудіо для релаксації; індивідуальні килимки-«кульки»; різнокольорові ліхтарики
14.	Прощання	2 хв.	лялька-персона «Дівчинка-Розмальовка»

*Конспекти занять за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/111vzPbcwYFGc30u7gvpvUtjiAmjpdYj4/view?usp=sharing>

*Додатки за посиланнями:

<https://drive.google.com/file/d/1nQ1pAxjflWoe6vCrNF7in3Ew1rzPiAyo/view?usp=sharing>

<https://drive.google.com/file/d/1LqIJUrquUEf4r-Nrrrpr85Sbn3ohS32zc/view?usp=sharing>

Рекомендовані джерела

1. Боровик І. Г., Тренують пальчики малята, щоб гарно розмовляти./ І. Г. Боровик – Харків.: Вид-во «Ранок», 2011. – 62 с.
2. Все для дітей (Дітиінфо) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dityinfo.com/zdorovya/berezhi-zir-zmolodu-dityacha-gimnastika-dlya-ochei.html>
3. Весела зарядка. Журнал Зростаємо разом. – К., 2012. – 50 с.
5. Газета Початкова освіта № 30-31. – К., 2011.
6. Газета Психолог дошкілля. – К., 2014 – 2016.
7. Довідник цікавих фактів (DOVIDKA) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://dovidka.biz.ua/zagadki-pro-vedmedya/>
8. Ігрові заняття з розвитку мовлення. 1 – 2 молодші групи. Сухар В. Л. Харків, – 2007.
9. Квітка сонця: притчі, казки, оповідання. В. О. Сухомлинський. – Харків, 2014. – 240 с.
- 10 Лопатіна О. О., Скребцова М. В. Веселкові казки./ О. О. Лопатіна, М. В. Скребцова. – Харків, – 2013.
11. Марінушкіна О. Є. Замазай Ю. О. Корекційні програми на допомогу практичному психологу ДНЗ./ О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазай. – Харків.: Вид-во «Основа», 2008 – 204 с.

12. На урок (освітній проєкт) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://naurok.com.ua/rukavichka-virshovana-kazka---p-esa-dlya-dityachogo-teatru-73061.html>
13. Освітній портал (Супер Урок UA) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://super.urok-ua.com/avtorskiy-virsh-lisova-podorozh-vikonannya-zorovoyi-gimnastiki-za-dopomogoyu-orientiriv/>
14. Педрада (портал освітян України) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.pedrada.com.ua/article/2295-zorova-gmnastika-dlya-dtey>
15. Синьова Є. В. Інклюзивне навчання дітей з порушенням зору. Монографія проф. Синьової Є. В./ Є. В. Синьова. – Київ.: Вид. дім «Кафедра», 2017. – 319с.
16. Сонечко. Леся Медик-Яремчук. – Львів, 2015, - 24 с.
17. Хайвей (портал гражданской журналистики) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://h.ua/story/237440/#ixzz4cpLTB5z6>

2. Корекційно-розвиткова програма «Я – режисер свого життя»

БАРАБУЛЯ О. О., соціальний педагог
регіонального центру професійної
освіти імені О. С. Єгорова

Пояснювальна записка

Суттєві зміни в економічній сфері та соціальній політиці, криза сучасної родини, низький соціальний статус, безробіття, нав'язування ідеології споживання, відмова суспільства від одних моральних цінностей та перехід до нових орієнтирів – все це є чи не найголовнішими чинниками, що сприяють процесу віктимізації неповнолітніх. На сьогоднішній день надзвичайно гостро постає проблема агресивних проявів у міжособистісних стосунках учнівської молоді. Саме освітні установи є одним із найважливіших інститутів соціалізації особистості, формування її моральних та психологічних властивостей.

Особливого розповсюдження набувають прояви систематичної, довготривалої агресії одних учнів відносно інших, коли в ситуацію прояву агресії поступово залучаються всі учні певного колективу.

Останніми роками визнано поширення в освітній практиці такого явища, як насильство в освітньому середовищі. Це соціальна проблема всього світу протягом останніх ста років, однак, не зважаючи на розповсюдженість феномена шкільного насильства та широке публічне висвітлення цієї проблеми, варто зауважити, що вона залишається недостатньо вивченою в сучасній психологічній науці. Донедавна проблема насильства в учнівському середовищі українськими науковцями практично не досліджувалася.

Уперше термін «булінг» з'явився на початку 70-х рр. ХХ ст. у Скандинавії, де група дослідників вивчала явище насильства між дітьми в школі. Досі немає чіткого наукового визначення цього слова.

Термін «булінг» походить від англійського слова «bully», яке означає «хуліган, забіяка, людина, яка використовує свою силу і владу, щоб налякати, або заподіяти шкоду слабшим людям». Слово «буллінг» (bullying) означає агресивну поведінку однієї людини відносно іншої з метою заподіяти їй моральну або фізичну шкоду, принизити її і в такий спосіб утвердити свою владу.

Незвичний для нашого сприйняття термін тісно пов'язаний із такими поняттями, як насильство (застосування силових методів або психологічного тиску за допомогою погроз, свідомо спрямованих на слабких або тих, хто не може чинити опір; панування, влада людини над людиною), агресія (дії, спрямовані на порушення фізичної і психічної цілісності людини або групи людей).

Агресія органічно пов'язана з насильством і є його природним підґрунтям. Поняття «агресія» ширше за поняття «насильство», воно включає в себе поняття «насильство», «третирування» (виявляти зневагу до когось, поводитися безцеремонно, не зважати на чийсь думку), цькування (переслідувати кого-небудь різними нападками, наклепами і т. ін., знущатися з когось). Усі ці поняття відображають різні аспекти такого явища, як булінг.

Поняття «булінг» трактують від вузького (відеозйомка бійки) до масштабного (насильство взагалі).

Булінг – соціально-педагогічна, психологічна проблема сучасності. Це соціальне явище, властиве переважно організованим колективам, отож з огляду на зазначене, виділяють основні місця булінгу: булінг у школі; булінг на робочому місці (мобінг); булінг в армії («дідівщина»); кібербулінг (насилля в інформаційному просторі) тощо.

Саме поняття «булінг» деякі автори розуміють по-різному і дають різну кваліфікацію його видів.

Булінг визначають як:

1) соціальну взаємодію через яку одна людина (іноді декілька) зазнають нападів іншої людини (іноді декількох, але, зазвичай, не більше чотирьох) майже щодня впродовж тривалого періоду (декількох місяців), що викликає в жертви стан безпомічності й виключення з групи;

2) сукупність соціальних, психологічних і педагогічних проблем, які охоплюють процес тривалого фізичного чи психологічного насилля з боку індивіда або групи стосовно індивіда, що не може захистити себе в певній ситуації;

3) поведінку, що може бути визначена як неодноразовий напад (фізичний, психологічний, соціальний або вербальний) тими, чия влада формально або ситуативно вища за тих, хто не має можливості захиститися, з наміром заподіяти страждання для досягнення власного задоволення.

Відомий дослідник булінгу Д. Ольвеус визначає три важливих компоненти:

- 1) булінг – агресивна поведінка, що охоплює небажані, негативні дії;
- 2) булінг охоплює патерн поведінки (патерн (від англ. patron) прийняті в певній культурі зразки та стереотипи поведінки), що постійно повторюється;
- 3) булінг характеризується нерівністю влади або сили.

Аналіз наукових робіт дає можливість визначити основні риси булінгу:

- систематичність;
- нерівність фізичних, психологічних і соціальних можливостей, які лежать в основі стосунків між жертвою й агресором, тобто агресор займає вище становище, ніж його жертва;
- взаємостосунки переслідувача й жертви;
- емоційне приниження, образа почуттів людини, що призводить до виключення її з групи.

Отже, підґрунтям булінгу є статус, влада, конкуренція, лідерство. Це соціальна поведінка, що проявляється у відносно стійких групах і здатна залучати інших.

Актуальність вивчення цього явища у наш час обумовлюється тим, що по-перше, збільшується кількість фіксованих випадків зазначеного явища.

Проблема булінгу є не лише педагогічною, але й соціальною, оскільки призводить до збільшення проявів насильства, жорстокості, адикцій та девіантної поведінки серед молоді. По-друге, ситуація булінгу призводить до низки педагогічних (шкільна дезадаптація, академічна неуспішність), психологічних (психологічні розлади, закріплення в свідомості негативних уявлень про себе, зниження самооцінки, порушення соціалізації, соціальна дезадаптація), медичних (травматизація) наслідків.

По-третє, проблема досліджувалася переважно західними науковцями. В Україні не проводяться систематичні загальнонаціональні дослідження цього явища (лише поодинокі), і тому не достатньо запропонованих методів профілактики та корекції цього явища.

По-четверте, на сьогоднішній день не існує єдиного розгорнутого визначення даного явища, використовуються різні терміни, переважно західні, немає україномовного визначення та немає однастайності у розумінні сутності булінгу як соціально-психологічного феномену.

Булінг охоплює нерівність сили та влади, що приводить жертву у стан, в якому вона не здатна ефективно захищатися від негативних дій. Це і є відмінною рисою булінгу від простого конфлікту. В конфлікті учасники рівні, а в булінгу жертва завжди виявляється слабшою, їй важче себе захистити, проти неї може виступати група. Ще одна характерна риса боулінгу – він передбачає свідому поведінку, спрямовану на те, щоб завдати шкоди та страждання іншій людині.

Серед причин булінгу в колективі вчені виділяють наступні:

- боротьба за лідерство;

- зіткнення різних субкультур, цінностей, поглядів і невміння толерантно ставитися до них;
- агресивність і віктимність;
- наявність у дитини психічних і фізичних вад;
- заздрість; відсутність предметного дозвілля тощо.

Шкільний булінг можна розділити на дві основні форми:

1. Фізичний шкільний булінг – умисні удари, стусани, побої, нанесення інших тілесних ушкоджень тощо; сексуальний булінг, хеппісліпінг.

2. Психологічний шкільний булінг – насильство, пов'язане з дією на психіку, що завдає психологічну травму через словесні образи або погрози, переслідування, залякування, якими навмисно заподіюється емоційна невпевненість. До цієї форми належать вербальний булінг (знаряддям слугує голос (образливе ім'я, з яким постійно звертаються до жертви, обзивання, поширення образливих чуток і т. д.)); образливі жести або дії; залякування (використання агресивної мови тіла й інтонацій голосу для того, щоб змусити жертву здійснювати або не здійснювати що-небудь); ізоляція (жертву навмисне ізолюють, виганяють або ігнорують); активне неприйняття (виникає у відповідь на ініціативу, що походить від жертви, кривдники дають зрозуміти, що вона ніхто, що її думка нічого не означає, роблять її «цапом відбувайлом»); пасивне неприйняття (виникає лише в певних ситуаціях, коли треба вибрати когось у команду); ігнорування (не звертають уваги, не спілкуються, не помічають, забувають, не проявляють відкритої агресії, але й не цікавляться); вимагання (грошей, їжі, інших речей); пошкодження та інші дії з майном (крадіжка, грабїж, ховання особистих речей жертви); кібербулінг (приниження за допомогою мобільних телефонів, інтернету, інших електронних пристроїв (пересилання неоднозначних зображень і фотографій, обзивання, поширення чуток тощо)). Вважається, що жертвами булінгу стають діти чутливі, замкнуті, сором'язливі, тривожні, невпевнені в собі, нещасні, з низькою самоповагою, схильні до депресії, діти, які не мають жодного близького друга й успішніше спілкуються з дорослими, ніж з однолітками (Дан Ольвеус). Однак провокувати знущання над собою можуть і сильні, обдаровані особистості. Перебуваючи у звичайній школі, обдарований учень запускає визначені механізми розвитку булінгу, викликає заздрість і роздратування однолітків високим рівнем знань, допитливістю, акумуляцією уваги вчителя. Унаслідок цього відбувається ізоляція обдарованого учня від групи. Погане ставлення до нього поступово стає причиною відповідної поведінки: неприйнята в групі дитина починає порушувати правила, діє імпульсивно й необдуманно.

Основні механізми розвитку булінгу: страх; заздрість та конкуренція; неприйняття інакшості; бажання підпорядковувати когось власній волі; бажання витіснити когось із групи (колективу); бажання принизити іншого.

Як соціально-психологічне явище, булінг впливає на всіх учасників групи, де він виникає. Зокрема Д. Ольвеус описав таку рольову структуру булінгу:

- 1) учень, який є жертвою булінгу;

2) учні, які здійснюють насилля, ініціюють і відіграють лідерські ролі в процесі булінгу – «булери», або переслідувачі, агресори;

3) послідовники – учні, які позитивно ставляться до знущань над іншими й беруть активну участь у цьому, але зазвичай не є ініціаторами та не відіграють головної ролі;

4) пасивні «булери» – учні, які відкрито підтримують булінг, наприклад через сміх чи привертання уваги до ситуації, проте не втручаються в неї;

5) потенційні «булери» – учні, яким подобаються знущання, але вони не виявляють цього ззовні;

6) «спостерігачі» (байдужі свідки) – учні, які не беруть участі в булінгу, і можуть вважати, що це не їхня справа, тобто виявляють байдуже ставлення до ситуації;

7) «потенційні захисники» – ці учні негативно ставляться до насилля і вважають, що повинні допомогти жертві, проте нічого не роблять;

8) «захисники» – учні, які виявляють негативне ставлення до явища, вони захищають жертву або намагаються їй допомогти.

Булінг – переважно латентний для інших осіб процес, але учні, які зазнали цькування, отримують психологічну травму різного ступеня тяжкості, що призводить до важких наслідків, аж до самогубства. Тому найнебезпечніші в цьому явищі наслідки. Причому наслідки і для жертв булінгу, і для булерів, і для спостерігачів, а саме:

1. Учні, які стають переслідувачами, більше, ніж їхні однолітки, схильні до участі в бійках, до крадіжок, уживання алкоголю і тютюнопаління.

2. Учні, які лише спостерігають знущання, також, як і самі жертви, можуть почуватися в небезпеці. У них може спостерігатися страх, нездатність діяти, почуття провини за бездіяння, а також може виникати бажання приєднатися до процесу, особливо якщо в них немає стійкого ставлення до ситуації.

3. В учнів, які стають об'єктами булінгу, відзначають такі симптоми (за Х. Лейманном):

- перша група пов'язана із впливом стресу на когнітивні процеси, що спричиняють фізичні гіперреакції (порушення пам'яті, порушення концентрації уваги, депресія, апатія, швидке роздратування, загальна втома, агресивність, почуття незахищеності, фрустрація);

- друга група вказує на психосоматичні симптоми (нічні жахи, біль у шлунку, діарея, блювання, відчуття слабкості, втрата апетиту, стискання у горлі, схильність до плачу, почуття самотності);

- третя група поєднує симптоми, що виникають під впливом виділення стресових гормонів і діяльності автономної нервової системи (біль у грудях, пітливість, сухість у роті, серцебиття, часте дихання),

- четверта група відображає симптоми, пов'язані з м'язовим напруженням (біль у спині, біль у задній частині шиї, біль у м'язах);

- п'ята група пов'язана з проблемами сну (труднощі під час засинання, переривчастий сон, раннє пробудження);

- шоста група симптомів: слабкість у ногах, загальна слабкість; – сьома група: втрата свідомості, тремор (тремтіння тіла або окремих частин).

Отже, булінг – явище, що може виникнути в більш-менш організованих, сталих дитячих колективах, стосується і впливає на всіх його учасників, призводячи до порушення навчально-виховного процесу, викликає тривалі наслідки для особистості, інколи віддалені в часі.

Багатьма зарубіжними психологами: А. Бандурою, Р. Бероном, А. Брауном, К. Бютнером, М. Кляйн, А. Мічерліхом, Д. Річардсоном, К. Фегестром, З. Фрейдом, К. Хорні та ін. також досліджувалися особливості виникнення феномена жорстокої поведінки людини.

Проблема насильства в освітньому середовищі стала предметом наукового аналізу в працях М. Алексєнко, К. Дамбах, Д. Дікової-Фаворської, Є. Дубровської, Н. Зимівець, Е. Кіричевської, Я. Колодзейчик, К. Коруби, О. Маланцевої, Ю. Малієнко, Д. Ольвеуса, Е. Чемеровської-Коруби, І. Харламової, Т. Цюман, М. Ясеновської та ін.

Про проблему насилля в освітньому середовищі (булінг) довгий час було не прийнято говорити.

На сьогоднішній день проблему булінгу почали розв'язувати на державному рівні.

19 січня 2019 року набув чинності Закон України від 18.12.2019 року № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)». Так, Закон України «Про освіту» доповнено пунктом, яким передбачено, що булінг (цькування) є діянням (дією або бездіяльністю) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Суть булінгу вбачають все-таки не в самій агресії або злості кривдника, а в презирстві, зневазі – сильному почутті відрази до покірливого, того, хто ніби не заслуговує на повагу. Це дозволяє кривдникам шкодити без почуття провини, співчуття чи емпатії. Кривдник надає собі привілеї домінантності, контролю, права виключення та ізоляції жертв.

На сьогодні булінг – одна з найбільш поширених проблем освітніх організацій, яка істотно збільшує ризик суїциду серед підлітків; призводить до ескалації агресії і насильства в колективі, зниження успішності, емоційних і невротичних проблем.

Зважаючи на актуальність цієї проблеми та часті прояви булінгу в освітніх закладах, я розробила корекційно-розвиткову програму «Я – режисер свого життя».

Програма спрямована на розвиток соціально-психологічної атмосфери в учнівському колективі, усвідомлення своєї життєвої позиції, набуття навичок самоконтролю та конструктивного вияву негативних імпульсів у поведінці.

Тому вона дасть змогу учням протистояти проявам булінгу шляхом побудови здорового спілкування з оточуючими і створення особистої мирної поведінки в конфлікті, зняти емоційну розгубленість, напружений психологічний стан, уникнути соціальної ізоляції.

Метою корекційно-розвиткової програми є формування в учнів здатності протистояти булінгу шляхом побудови здорового спілкування з оточуючими й створення особистої мирної поведінки в конфлікті, формування умінь контролювання власних емоцій та поведінки, розвиток навичок конструктивного вирішення конфліктних ситуацій та толерантного спілкування.

Завданнями програми є:

- не лише надати учасникам освітнього процесу знання щодо поняття булінгу та його видами і проявами, а й розвиток і формування в учнів конструктивним формам спілкування та поведінкових реакцій;
- розвиток умінь вирішувати конфліктні ситуації та ситуації булінгу;
- розвиток навичок ефективної взаємодії між людьми, формування вмій визначення групи ризику (жертв та булерів);
- формування принципів організації системного протистояння булінгу у колективі;
- зняття деструктивних елементів у поведінці, творче вирішення конфліктних ситуацій;
- розвиток адекватного рівня самооцінки й самоконтролю;
- формування навичок саморегуляції, внутрішніх афективних процесів та емоційної адекватності.

В реалізації програми застосовуються такі методи:

- знайомства/«криголами», руханки, вправи для зняття напруження;
- рольові ігри/інсценування – методи навчання та набуття досвіду, які дають змогу учасникам тренінгу відразу ж використовувати знання на практиці, дозволяють апробувати різні моделі поведінки «під маскою»;
- інтерактивні мінілекції (5–15 хв.), які дозволяють повідомити нову інформацію, що дозволить присутнім глибше зрозуміти ситуацію чи проблему, зробити належні висновки. Під час міні-лекції використовуються активні методи навчання: демонстрація слайдів або відеофрагментів, «мозковий штурм», запитання-відповіді, «обговорення в колі», короткий обмін думками, дебати, «акваріуми», «тріади». Міні-лекція завершується колективним обговоренням чи вправою, яка дає змогу практично застосувати набуті знання;
- аналіз історій – цей метод полягає у використанні реальних і вигаданих історій, міфів, легенд, притч, казок та віршів, ефективних для досягнення бажаних змін на рівні ставлень, переконань, усвідомлення і переоцінки цінностей;
- практичні методи: тематичні, практичні, медитативні, тілесні вправи;

- арт-терапевтичні методи, які надають можливість вираження думок, почуттів, емоцій;
- зворотний зв'язок, рефлексія;
- підведення підсумків заняття.

Етапи програми:

I етап – орієнтувальний (1 заняття), спрямований на встановлення довірливих взаєностосунків соціального педагога з учнями, створення сприятливого психологічного простору, засвоєння правил роботи групи, налагодження зворотного зв'язку «учасник-група» та «група-учасник», створення ситуації рефлексії.

II етап – реконструктивний (8 занять), спрямований на зниження високого рівня агресивності та конфліктності, підвищення рівня поінформованості щодо проблеми, актуалізація проблеми та конкретних завдань щодо її вирішення, вироблення умінь та навичок протидії булінгу.

III етап – закріплюючий (1 заняття). Закріплення умінь та навичок, отриманих знань.

Показання до участі, критерії комплектування групи, відбору учасників: учасниками програми є учні віком від 14-17 років з високими показниками агресивності, конфліктності, а також учні, які за результатом дослідження є «ізольованими» або «неприйнятими» в учнівському колективі.

Організація занять: загальний обсяг програми становить 27 годин, 10 занять. Рекомендована періодичність проведення занять – 2 рази на тиждень, тривалість занять 1,5-3 години, кількість учасників 12-16 осіб.

Форма занять: групова, індивідуальна, робота в малих групах, парах.

Перелік матеріалів та обладнання для реалізації програми:

- фліпчарт;
- ватмани;
- аркуші паперу А4, А3;
- кольорові олівці;
- фломастери, маркери;
- різнокольорові аркуші липкого паперу;
- скотч;
- пластилін;
- цукерки трьох кольорів за кількістю учасників;

Моніторингова оцінка програми:

- анкета «Соціометрія»
- методика первинної діагностики та виявлення дітей "групи ризику" (М. І. Рожков, М. А. Ковальчук)
- методика «Діагностика рівня емпатії» (І. М. Юсупов)
- методика «Тест агресивності» (Опитувальник Л. Г. Почебут)
- методика «Діагностика соціально-психологічної адаптації» (К. Роджерс, Р. Даймонд).

Очікувані результати: толерантне учнівське середовище, оволодіння знаннями про явище булінгу, збагачення знань та навичок учнів щодо конфліктів, конструктивного їх вирішення, наявність в учнів сформованих навичок саморегуляції, розвиток емпатії, формування в учнів навичок в подоланні негативних емоцій, сприятливий психологічний клімат в учнівському колективі.

За результатами опанування програми в учасників мають бути сформовані психологічна й соціальна компетентності.

Навчально-тематичний план

Заняття	Зміст заняття	Тривалість, год.
<p>Заняття № 1 Мета: ознайомити учасників із методичними та організаційними особливостями тренінгової роботи, її змістом (повідомити чіткий зміст програми, її мету, та терміни проведення, виявити попередній досвід та рівень знань учасників з тематики тренінгу, ознайомити з правилами роботи в групі, визначити очікування учасників від програми).</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Привітання та презентація програми 3. Вправа для знайомства: «Хто Я» 4. Прийняття правил 5. Вправа-очікування «Море сподівань» 6. Вправа «Який/яка я?» 7. Мозковий штурм «Булінг: гра, конфлікт чи насилля?» 8. Перегляд відеоролика «Булінг в навчальному середовищі» 9. Рухака «Чу-кул-кум-бек» 10. Притча про жорстокість 11. Підведення підсумків заняття 12. Рефлексія заняття 13. Вправа «Емоція по колу» 	1,5
<p>Заняття №2 Мета: ознайомити учасників з видами булінгу та його проявами; формувати навички і вміння спілкування з групою однолітків; навчити усвідомлювати і приймати відмінності інших.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа-привітання «Привітайся посмішкою» 3. Вправа «Таємний друг» 4. Вправа «Казка про скріпку» 5. Перегляд відео «Опудало» 6. Гра «Камінь, ножиці, папір» (учні грають в гру з трьома знаками) 7. Руханка «Ми йдемо шукати друга» 8. Інформаційне обговорення «Види та прояви булінгу» 9. Притча про камені 10. Підсумки дня. Вправа «Я 	3

	сьогодні дізнався...»	
Заняття №3 Мета: поглибити знання учасників з проблеми булінгу; формувати нетерпимість до проявів агресії; навчити розв'язувати конфліктні ситуації без застосування психологічного та фізичного насилля; практикувати навички надання і отримання допомоги.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа-привітання «Запрошення до чаю» 3. Перегляд відео «Все, що тебе не вбиває» 4. Вправа «Цукерки» 5. Вправа «Цвяшки» 6. Метафорична релаксація «Подорож у дитинство» 7. Вправа «Створення соціальної реклами» 8. Руханка «Австралійський дощ» 9. Підсумки дня. Вправа «Я сьогодні дізнався...» 10. Вправа «Усмішка по колу»	3
Заняття №4 Мета: напрацювати навички адекватного прояву емоцій та саморегуляції; вміти ставати на позицію іншої людини; ознайомити учасників з поняттям конфлікт, конфліктна поведінка.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Коктейль-мікс» 3. Вправа «Чому так стається» 4. Притча «Все в твоїх руках» 5. Перегляд мультфільму «Конфлікт на мосту» 6. Вправа «Намалюй конфлікт» 7. Руханка «Світлофор» 8. Вправа «Ти будеш мною, а я – тобою» 9. Вправа «Усі ми – різні» 10. Підсумки дня. Вправа «Я сьогодні дізнався...» 11. Вправа «Прощання»	3
Заняття №5 Мета: ознайомити з причинами виникнення та способами вирішення конфліктних ситуацій; розвивати навички безконфліктного спілкування; встановити відмінності між конфліктом та булінгом.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Прядіння пряжі» 3. Перегляд мультфільму «Сірники» 4. Вправа «Розіжми кулак» 5. Притча «Сліпі мудреці і слон» 6. Руханка «Атоми і молекули» 7. Вправа «Дві сестри». Схема «Айсберг» 8. Метафорична релаксація: «Занедбаний сад» 9. Вправа «Дотягнись до зірок» 10. Підсумки дня. Вправа «Я сьогодні дізнався...» 11. Вправа-прощання	3

	«Компліменти»	
Заняття №6 Мета: розвивати вміння пошуку шляхів виходу зі складної ситуації; формувати навички відповідальної та безпечної поведінки; навчити орієнтуватись, усвідомлювати та поважати почуття інших людей; навчити розрізняти дружнє піддражнювання і булінг.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Особистий момент» 3. Вправа «Скринька безпеки» 4. Руханка «Прогноз погоди» 5. Вправа «Налаштування радіо» 6. Вправа «Імпульс» 7. Вправа «Біла ворона» 8. Руханка «Мікс-салат» 9. Вправа «Два кошики» 10. Підведення підсумків. Вправа «Я сьогодні дізнався...» 11. Вправа «Коло»	3
Заняття №7 Мета: вміти розпізнавати та опановувати свої емоції; навчити звільнитися від образ, передбачаючи можливість продовження стосунків; розвивати комунікативні і моральні навички.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Чарівні горішки» 3. Вправа «Бінго» 4. Міні-лекція «Глечик емоцій» 5. Руханка «Тух-тібі-дух» 6. Вправа «Каструлька злості» 7. Вправа «Намалюй образу» 8. Притча про юнака з кепським характером 9. Вправа на завершення «Крок-раз!» 10. Підведення підсумків. Вправа «Смайл»	3
Заняття №8 Мета: розвивати в учасників здатність до емпатії, емпатійного сприйняття оточення; розвивати співчутливе ставлення до жертв насилля.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Рукоштовання» 3. Вправа «Дзига» 4. Вправа «Щирість» 5. Вправа «Тягар емоцій» 6. Руханка «Як живеш?» 7. Перегляд мультфільму «Про людські почуття» 8. Вправа «Уяви себе на місці...» 9. Вправа-рефлексія «Повітряна кулька» 10. Вправа «Павутилка» 11. Підведення підсумків. 12. Вправа «Смайл»	3
Заняття №9 Мета: надати учасникам програми інформацію про закони, що захищають жертву, а	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Перетворення» 3. Вправа «Я зможу допомогти» 4. Міні-лекція «Нормативно-правові	3

також про відповідальність кривдників перед законом; навчити припиняти булінг, розробляти стратегії поведінки під час булінгу.	акти з протидії булінгу. Відповідальність за булінг» 5. Руханка «Я їду! Я теж! Я зайцем...» 6. Інформаційне повідомлення «Трикутник Карпмана» 7. Вправа «Трикутник долі» 8. Вправа «Дорожня карта» 9. Вправа «Малюнок з каракулів» 10. Притча про двох вовків 11. Вправа «Ключики»	
Заняття №10 Мета: обговорення результатів програми; підбиття підсумків щодо формування негативного ставлення до булінгу; рефлексія та завершення роботи.	1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Привітання» 3. Вправа «Чарівна крамниця» 4. Вправа «Що я зрозумів та отримав?» 5. Вправа «Рука допомоги» 6. Притча «Скільки важить сніжинка?» 7. Руханка «Карлики і велетні» 8. Вправа «Гаряча картоплина» 9. Перегляд мультфільму «Баранчик та Кролень» 10. Вправа «Банка осаду» 11. Вправа «Соняшник» 12. Валіза підсумків «Піратська скриня»	1,5

*Конспекти занять за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/1Jl0aQn6VIEDB2ELmMX6qTNBBmUe7dFmI/view?usp=sharing>

Рекомендовані джерела

1. Андрєєнкова В. Л., Левченко К. Б., Лунченко Н. В., Матвійчук М. М. – Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації» / В. Л. Андрєєнкова, К. Б. Левченко, Н. В. Лунченко, М. М. Матвійчук. – К.: – 2018. – 143 с.

2. Бочкор Н. П., Дубровська Є. В., Залєвська О. В. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В. Залєвська та ін. – Київ.: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014.

3. Буллинг: детская жестокость [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.tagilib.ru/readers/ot_20_and_starshe/meropr/bulling.php

4. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. та інші. Вчимося жити разом. Посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основи здоров'я» (початкова школа): – К.: Видавництво «Алатон», 2016. – 232 с.

5. Запобігання та протидія насильству. Методичні рекомендації. – Київ. 2018.
6. Знай та захищай свої права. Робочий зошит. – К., 2006.
7. Коли вашу дитину цькують. Посібник для батьків : [Електронний ресурс] / Спеціальний проєкт з протидії булінгу в школі «Стоп шкільний терор» («Безпечна школа»). – Київ : Український інститут дослідження екстремізму та Інформаційне агентство «Главком».
8. Колодійчук Т. П., Дрина І. Г. Я серед людей. Соціально-комунікативні тренінги / упоряд. Шаповал А. Т. – К.: Редакції загальнопедагогічних газет, 2014. – 128 с.
9. Конституція України
10. Кодекс України про адміністративні правопорушення
11. Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації». – К. – 2018. – 140 с.
12. Король Причини та наслідки явища булінгу / Відновне правосуддя в Україні. – 2009. – № 1-2 (13).
13. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) [Электронный ресурс] / Д. А. Лэйн / ZipSites.ru : бесплат. електрон. интернет-б-ка. – Режим доступу: <http://www.zipsites.ru>
14. Лемак М. В., Петрище Ю. В. Психологу для роботи: діагностичні методики. – [збірник психодіагностичних методик] – Ужгород, 2011.
15. Не смійся з мене. Посібник для вчителя. Проєкт «Повага дією» (Ярроу П., Лора Паркер Роерден)
16. Ожйова О. М. Шкільне насильство: сутність, види, профілактика: автореф. дис. канд. соціол. наук: спец. 22.00.04 / О. М. Ожйова ; Харк. нац. університет внутр. справ. – Х., 2012. – С. 10–20.
17. Ромоновська Д. Д., Кирилецька Л. В., Психологічний супровід навчально-виховного процесу. Навчально-методичний посібник / Д. Д. Романовська, Л.В. Кирилецька Психологія: [електронний посібник]. – Чернівці: ППОЧО, 2015.
18. Стоп шкільний терор. Особливості цькування у дитячому віці. Профілактика та протистояння булінгу. – Київ : Український інститут дослідження екстремізму, 2017. – 84 с.
19. Українська психологічна термінологія : словник-довідник / за ред. М.-Л. А. Чепи. – К. : ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2010.
20. Федосенко Е. В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. Монография/ Е. В. Федосенко – СПб.: Речь, 2008.
21. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції. – К. : Либідь, 1996. – 262 с.

3. Корекційно-розвиткова програма «Толерантність – риса ХХІ століття»

АРТЕМЕНКО Є. М.,
практичний психолог
регіонального центру професійної
освіти ім. О. С. Єгорова

Теоретичні основи корекційно-розвиткової програми «Толерантність – риса ХХІ століття»

Толерантність як соціально-психологічний феномен вивчалася багатьма вченими, спеціалістами відповідних галузей минулого та сучасності. Не можна не помітити підвищений інтерес науковців сьогодення до вивчення проблеми толерантності особистості. На нашу думку, це зумовлено деякими деформаціями, спотворенням розуміння та сприйняття феномену толерантності в умовах сучасного соціально-історичного розвитку людства в цілому. Сьогодні, маніпулюючи термінами «толерантність», «толерантне відношення», виправдовують низькоморальну, вседозволену, безвідповідальну, а іноді, протиправну поведінку особистості. Тому дуже важливо розібратися і зрозуміти сутність феномену толерантності, зокрема його проявів як риси особистості. У сучасній зарубіжній та вітчизняній науковій літературі проблемі толерантності присвячено чимало досліджень. Можна виділити окремі концепції та наукові школи, які найбільш глибоко розробили психолого-педагогічні напрями зазначеної проблеми: філософські положення про сутність толерантності розкриваються в працях Р. Валітова, Д. Зінов'єва, В. Лекторського, П. Кінга; педагогіку ненасильства розкрили А. Козлова, В. Муралов, В. Сітаров та ін.; сутність виховання у душі толерантності вивчали О. Грива, А. Погодіна, Т. Солдатова, В. Тишков, Л. Шайгерова, О. Шарова, О. Швачко та ін.; психологічні основи толерантності розглядали К. Бондирєва, І. Вільш, Д. Коленов та ін.. Особливе місце займають роботи, які присвячені формуванню толерантності у світі таких авторів, як С. Булард, Х. Вільде, Р. Крісті, К. Уейк [11]. Але все ж таки залишається недостатньо розробленою проблема поняття «толерантності», яка потребує подальшої уваги науковців.

У статті 1 Декларації принципів толерантності остання тлумачиться як «...повага, схвалення і правильне розуміння багатого різноманіття культур нашого світу, наших форм самовираження і способів проявів людської індивідуальності..., це гармонія в різноманітті, це чеснота, яка робить можливим досягнення миру і сприяє заміні культури війни культурою миру...» [7].

Влучно розкриває визначення поняття «толерантність» американський психолог Г. Оллпорт за допомогою таких тез: співпраця, дух партнерства; готовність приймати чужі думки; повага до людської гідності; прийняття іншого таким, як він є; здатність поставити себе на місце іншого; поважання права бути іншим; визнання різноманітності; визнання рівності інших;

терпимість до чужих думок, вірувань і поведінки; відмова від домінування, завдання шкоди і насильства [15].

Ми розділяємо думку, В.О. Лекторського, який вважає, що ідея толерантності є досить складною, оскільки виходить із певних передумов і викликає ряд наслідків. До того ж вона допускає різне розуміння. Але очевидно, що толерантність передбачає відносність багатьох наших переконань. Автор аналізує наступні можливі способи розуміння толерантності:

- толерантність як байдужість до існування різних поглядів і практик (різні системи поглядів допускаються при умові, якщо вони не суперечать загальнолюдським нормам);

- терпимість до слабкості інших (співпадає із плюралізмом та пов'язане з виділенням привілеїв у системі поглядів та цінностей);

- толерантність як потурання, милість (у цьому випадку толерантність виступає як потурання слабкості інших, що поєднується із певною долею презирства до них);

- терпимість як розширення власного досвіду та критичний діалог (існує не лише змагання різних культур і ціннісних систем, а й кожна культура або пізнавальна система насправді намагається враховувати досвід іншої, розширюючи тим самим горизонт власного досвіду. Кожна людина не тільки володіє самоідентичністю, а й може змінювати, розвивати її. Розвиток ідентичності можливий тільки на основі постійної комунікації, діалогу з іншими точками зору, позиціями, розуміння цих позицій та можливості подивитись на себе з іншого боку) [11].

Проблема толерантності простежується і в ідеях гуманізму таких відомих українців, як філософ Г. Сковорода, письменники ХІХ–ХХ ст.: Т. Шевченко, Л. Українка, І. Франко, В. Стус, В. Симоненко; у публіцистичній і педагогічній спадщині Б. Грінченка, В. Сухомлинського, які наполегливо проводили у життя національні та загальнолюдські цінності – взаєморозуміння, терпимість, щастя, добро, гуманізм. Зокрема, Т. Шевченко виокремлював як найвище благо, добро, волелюбність, ненасилля, вірив в їх перемогу над злом і тиранією. Г. Ващенко підкреслював необхідність дотримання гуманістичного принципу під час виховання шанобливого, справедливого ставлення до інших народів [2].

Науковці А. Асмолов, М. Бубер, М. Мацковський, Г. Оллпорт виокремлюють різні види толерантності за сферами прояву: політична, міжнаціональна, расова, релігійна, гендерна, фізіологічна, освітня, сексуально-орієнтаційна, міжкласова, вікова тощо.

Спираючись на психологічні, науково-педагогічні, філософські доробки вчених, можемо стверджувати, що толерантність – багатоаспектне поняття, воно може розглядатися з одного боку як ціль і результат виховання, яке супроводжується формуванням певних моральних позицій, а з іншого – психологічна риса особистості, яка виявляється у характерній поведінці і вчинках.

Науково-методичне обґрунтування корекційно-розвиткової програми «Толерантність – риса XXI століття»

Зважаючи на особливості сьогодення, соціальну нестабільність, економічну та політичну кризи, соціальну напруженість та негативізм, які спостерігаються щодня, можна стверджувати, що проблема формування толерантності як риси особистості є актуальною та має реалізовуватися на державному рівні.

Тому актуальність розв'язання та реалізації даного завдання є беззаперечною і в закладах освіти, зокрема в професійно-технічних навчальних закладах.

Якщо нашою метою є формування в учнів толерантності як риси особистості, то необхідно перш за все визначитися з поняттям толерантності. Що ж таке толерантність? Однозначно відповісти на це питання складно, хоча для обізнаної людини це зробити досить легко, але ця легкість при подальшому глибшому розгляді здається ілюзією і помилкою.

Складність полягає не в самому визначенні, а в усіх відтінках значення толерантності. Для кожного народу толерантність носить свої національні особливості:

tolerancia (іспанською) – здатність визнавати відмінні від своїх власних ідеї або думки;

tolerance (французькою) – відношення, при якому допускається, що інші можуть думати або діяти інакше, ніж ти сам;

tolerance (англійською) – готовність бути терпимим, поблажливим;

kuan rong (китайською) – дозволяти, приймати, бути по відношенню до інших великодушним;

tasamul' (арабською) – прощення, поблажливність, м'якість, милосердя, співчуття, прихильність, терпіння, схильність до інших;

терпимость (російською) – здатність терпіти щось або когось, бути витриманим, витривалим, стійким, уміти миритися з існуванням чого-небудь, кого-небудь, рахуватися з думкою інших, бути поблажливим.

Толерантність (від лат. *tolerantia* – терпіння) – у загальному значенні здатність приймати щось, не схвалюючи це. На індивідуальному рівні – це здатність сприймати без агресії думки, які відрізняються від власних, а також – особливості поведінки та способу життя інших. Терпимість до чужого способу життя, поведінки, звичаїв, почуттів, ідей, вірувань є умовою стабільності та єдності суспільств, особливо тих, які не є гомогенними ні у релігійному, ні в етнічному, ні в інших соціальних вимірах.

Зважаючи на все вищесказане, ми вважаємо, що толерантність як риса особистості розкривається в прийнятті людини як себе, так і оточуючих у взаємостосунках із зовнішнім та внутрішнім світом, причому без насилля і маніпуляції. У цьому випадку незгода з думкою і діями іншої людини не веде до конфлікту, бо інша думка існує, як об'єктивна реальність. У стосунках з людьми це проявляється як щире відверте, конкурентне прийняття іншого. Такі взаємостосунки будуються на повазі цінностей і поглядів важливих для інших,

але і не виключається осмислення і пріоритетність власних цінностей, бажань та почуттів, адже толерантність не можна ототожнювати із конформізмом. Тому у певних ситуаціях людина мусить конструктивно відстоювати свої позиції і вимагати толерантного ставлення до себе. Це дає особистості перевагу і витривалість у конфліктних ситуаціях.

Розкриємо докладніше складові та характеристики толерантної людини.

№ з/п	Толерантна особистість
1. Когнітивна складова	<p>Повинна знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - історію та культуру народів світу, регіону, основи релігійних знань; - гендерні, вікові, етнічні, соціальні відмінності; - процеси, які характерні для сучасності.
2. Аксіологічна складова	<p>Повинна мати ціннісні установки на:</p> <ul style="list-style-type: none"> - цінність особистості та культури; - паритетні, поважливі стосунки; - соціальну відповідність; - подолання стереотипів, упереджень, агресії.
3. Інструментальна складова	<p>Повинна вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вступити в контакт, взаємодіяти з іншими людьми та групами; - спілкуватися з представниками інших культур; - здійснювати комунікацію; - діяти в умовах полікультурності, гетерогенних груп; - полікультурно мислити.
4. Якісна складова	<p>Повинна бути:</p> <p>терплячою, спокійною, емпатійною, критично мислячою, соціально гнучкою, соціально перцептивною, емоційно стабільною, самостійною.</p> <p>Мати:</p> <p>когнітивну складову, позитивну самооцінку.</p>

Поділ людей на толерантних та інтолерантних особистостей досить умовний. Кожна людина в своєму житті може проявляти як толерантну, так і інтолерантну поведінку. Однак здатність поводити себе як толерантна особистість повинна стати стійкою якісною рисою особистості.

Толерантність важливо формувати в підлітковому віці. На думку Фельдштейна Д. І.: «даному віку притаманний розвиток абстрактного та логічного мислення, рефлексії власного життєвого шляху, прагнення до самореалізації, що загострює потребу особистості зайняти позицію будь-якої соціальної групи, визначені громадянські позиції, обумовлюючи появу нового поворотного вузлового рубежу соціального руху – «я і суспільство»».

На розвиток толерантності підлітка впливають як внутрішні, так і зовнішні чинники. Ті внутрішні чинники, які стримують розвиток толерантності (знервованість, риси темпераменту, негативні форми

самоствердження) долаються самим же підлітком, але важлива й організація виховного процесу. До чинників, що сприяють саморозвитку толерантності, можна віднести зростання свідомості сприйняття, формування світогляду, розширення кругозору, розвиток самосвідомості.

В кожній особистості є своє коло спілкування, і розбіжності можуть відбуватися за несхожості думок, характерів, за відмінності у віці, за відмінностей у вихованні, в соціальному статусі та за багатьох інших причин. Але ж якщо людина проявляє нетерпимість не в питаннях, де вона необхідна, а в повсякденному житті, то нерідко з нетерпимості зростають нерозв'язні конфлікти. Вони можуть носити тяжкі психологічні наслідки, такі, як стреси і депресії, і наносити непоправні наслідки здоров'ю конфліктуючих сторін. Толерантність повинна стати невід'ємною частиною особистості.

Зважаючи на актуальність проблеми, ми розробили корекційно-розвиткову програму «Толерантність – риса ХХІ століття».

Розробляючи корекційно-розвивальну програму, спиралися на такі принципи корекції:

1. Принцип єдності діагностики та корекції (учасники корекційно-розвивальної програми відбиралися за результатами психодіагностування).

2. Принцип віковідповідності (методи, прийоми та завдання корекційно-розвивальної програми відповідають віковим особливостям дітей)

3. Принцип особистісно-індивідуального підходу (під час реалізації корекційно-розвивальної програми враховувалися особистісні індивідуальні особливості учасників)

4. Принцип системності та комплексності (всі завдання програми направлені на реалізацію поставлених завдань; всі заняття мають логічну зв'язку)

Мета програми: формування уявлення про толерантність як універсальний принцип життя людини; формування та розвиток толерантності як особистісної риси учнів; розвиток навичок ефективної міжособистісної взаємодії; підвищення загальної психологічної культури підлітків; створення умов для гармонійного психічного розвитку особистості.

Завдання:

- Зниження почуття тривоги та напруження, розвиток уміння працювати в групі.

- Ознайомити підлітків з поняттями «толерантність» і «толерантна особистість», критеріями і соціальними виявами толерантності й нетерпимості, показати значення толерантної поведінки у взаємодії з людьми, а також у різних життєвих сферах.

- Навчити учасників конкретних прийомів, що допомагають розвинути в собі риси толерантної особистості.

- Формувати конструктивні способи взаємодії під час конфліктних ситуацій.

- Розвивати комунікативні навички, здатність до емпатії, співпереживання і співчуття, довіру, гідність і самопізнання як якості толерантної особистості в контексті взаємин з іншими.

- Формувати позитивне самосприйняття, адекватну самооцінку.

Показання до участі, критерії комплектування групи, відбору учасників: учасниками програми є учні (підлітки) з низькими показниками індексу толерантності, з високими показниками агресивності, тривожності, неадекватним рівнем самооцінки, негативними комунікативними установками (близько 60-70 %) та учнів, які мають показники норми за відповідними параметрами.

Організація занять: загальний об'єм програми становить 24,5 години, 9 занять тривалістю 1,5-3,5 години; кількість занять – 3 рази на тиждень; кількість учасників у групі – від 8 до 15 (не включаючи тренера).

Працювати за відповідною програмою можуть практичні психологи та соціальні педагоги, які мають навички тренінгової роботи. Обов'язковими у спеціаліста повинні бути наявність основних компонентів професійної готовності до корекційного впливу: теоретичний (теоретична підготовка не лише з тематики програми, а і знання з вікової, корекційної, соціальної психології, конфліктології тощо), практичний (уміння організувати групову діяльність, мотивувати, спонукати, володіння техніками тренінгової роботи тощо) та особистісний (лабільність, неупередженість, навички активного слухання, емпатія тощо) компоненти.

Структура занять

№ з/п	Зміст заняття	К-ть год.
<p>Заняття № 1 Мета: ознайомити учасників з особливостями тренінгової роботи; задати зміст програми та її мету; забезпечити запуск групових процесів та залучення до проблематики учасників тренінгу; знайомство учасників; формування робочої групи.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Прийняття групових правил роботи 3. Повідомлення теми та завдань тренінгу 4. Вправа «Очікування» 5. Вправа «Снігова куля» 6. Вправа «Хто це?» 7. Гра «Вигадані історії» 8. Рухавка «Шикуймося за зростом» 9. Вправа «Подарунки до дня народження» 10. Підведення підсумків 11. Етюд «Посмішка по колу» 	3

<p>Заняття № 2 Мета: ознайомити підлітків з поняттям «толерантність»; стимулювати уяву учасників у пошуках власного розуміння толерантності трьома способами: на основі вироблення «наукового визначення», за допомогою експресивної форми, з використанням асоціативного ряду.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Рукоприкладання чи уклін» 3. Вправа «Чужий ранок» 4. Вправа «Що таке «толерантність?» 5. Рухавка «Броунівський рух» 6. Перегляд та аналіз мультфільму «Про всіх на світі»* 7. Завдання «Дієта толерантності» 8. Підведення підсумків 9. Етюд «Посмішка по колу» 	3
<p>Заняття № 3 Мета: дати уявлення про особливості толерантної та інтолерантної особистості й основних розбіжностей між ними. Продовжити формувати в підлітків уявлення про толерантність та її значимість.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Опустити завісу» 3. Вправа «Риси толерантної особистості» 4. Лекція «Чим відрізняється толерантна особистість від інтолерантної» 5. Вправа «Чарівна крамниця» 6. Рухавка «Бджоли та змії» 7. Вправа «Емблема толерантності» 8. Вправа «Пантоміма толерантності» 9. Вправа «Козуб» 10. Підведення підсумків 11. Етюд «Посмішка по колу» 	3
<p>Заняття № 4 Мета: ознайомити учнів з поняттям «конфлікт» та способами його вирішення, формування практичних навичок розв'язання конфліктних ситуацій, встановлення взаємозв'язків між якостями толерантної людини та способами розв'язання конфліктів.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера. 2. Вправа «Шикуватися за зростом» 3. Мозковий штурм «Конфлікт» 4. Інформаційне повідомлення «Конфлікт» 5. Вправа «6 і 9» 6. Дискусія «Чи потрібні конфлікти?» 7. Вправа «Провідник та пасажир» 8. Рухавка вправа «Заморожений» 9. Вправа «Мух краще ловити на мед» 10. Вправа «Як бути толерантним у спілкуванні» 11. Вправа «Я-висловлювання» / «Ти-висловлювання» 12. Підведення підсумків 	2,5

	13. Етюд «Посмішка по колу»	
<p>Заняття № 5</p> <p>Мета: ознайомлення з особливостями ефективного комунікативного процесу, розвиток уміння активного слухання як однієї з характеристик толерантної особистості; розвиток вербальних та невербальних навичок спілкування.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Естафета гарних новин» 3. Бесіда «Чи вмію я спілкуватися?» 4. Вправа «Слухай тілом» 5. Вправа «Слухай правильно» 6. Вправа «Я люблю всіх, але найбільше люблю тих, хто...» 7. Інформаційне повідомлення «Засоби спілкування» 8. Вправа «Малювання за інструкцією» 9. Вправа «Дивлюся в книгу, бачу...» 10. Вправа «Зустріч поглядами» 11. Вправа «Вислухай – поверни». 12. Вправа «Невербальні етюди» 13. Вправа «Казковий вернісаж» 14. Вправа «Імітація інтонації» 15. Підведення підсумків 16. Етюд «Посмішка по колу» 	3,5
<p>Заняття № 6</p> <p>Мета: розвиток емпатії, як однієї зі складових емоційної культури особистості та як і однієї з якостей толерантної людини.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Загальний ритм» 3. Вправа «Зрозумій іншого» 4. Вправа «Пошук схожості» 5. Вправа «Люблячий погляд» 6. Вправа «Очі в очі» 7. Вправа «Передача рухів» 8. Підведення підсумків 9. Етюд «Посмішка по колу» 	2
<p>Заняття № 7</p> <p>Мета: сприяти розумінню власної цінності, самопізнанню, формуванню адекватної самооцінки, зниженню рівня тривожності, спонукати до розвитку позитивних якостей особистості.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вступне слово тренера 2. Вправа «Не хочу хвалитися, але я...» 3. Вправа «Скринька»* 4. Вправа «Це чудово!» 5. Перегляд та аналіз мультфільму «Вовк та бичок»* 6. Вправа «Невпевнений – упевнений – самовпевнений» 7. Вправа «Аукціон» 8. Вправа «Прогладжування добровольця» 9. Вправа «Нобелівська премія» 10. Вправа «П'ять добрих слів» 11. Підведення підсумків 	3

	12. Етюд «Посмішка по колу»	
<p>Заняття № 8</p> <p>Мета: показати, як ставлення до себе пов'язане з толерантністю до інших; показати, як толерантність до інших виростає з толерантності до себе і толерантності стосовно партнерів по групі; показати функціональну роль почуття власної гідності в системі ставлення особистості до себе; підтримати процес формування у підлітків позитивної самооцінки.</p>	<p>1. Вступне слово тренера</p> <p>2. Вправа «Естафета гарних новин»</p> <p>3. Вправа «Відгадай колір за жестом»</p> <p>4. Вправа «На якого казкового героя я схожий?»</p> <p>5. Вправа «Зрозумій мене»</p> <p>6. Бесіда про необхідність визначення правильних життєвих ситуацій. (Мультфільм «Ківі»)*</p> <p>7. Гра «Крокодил»</p> <p>8. Вправа «Хто гальмо?»</p> <p>9. Вправа «Акваріум для хорошої людини»</p> <p>10. Підведення підсумків</p> <p>11. Етюд «Посмішка по колу»</p>	2,5
<p>Заняття № 9</p> <p>Мета: спільне обговорення результатів тренінгу; одержання зворотного зв'язку від групи; підбиття підсумків, прощання з учасниками тренінгу.</p>	<p>1. Вступне слово тренера</p> <p>2. Вправа «Комплімент»</p> <p>3. Вправа «Згадати все»</p> <p>4. Вправа «Коло «зворотного зв'язку»</p> <p>5. Вправа «Поема про толерантність»</p> <p>6. Вправа «Я люблю всіх, але найбільше люблю тих, хто...»</p> <p>7. Вправа «Лист до себе в майбутнє»</p> <p>8. Вправа «Очікування»</p> <p>9. Етюд «Посмішка по колу»</p>	1,5

*Конспекти занять за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/1o9TwErkcZ7XtlHElDkg5sV6lcUpu0RM8/view?usp=sharing>

Рекомендовані джерела

1. Стоп шкільний терор. Особливості цькування у дитячому віці. Профілактика та протистояння булінгу. – Київ : Український інститут дослідження екстремізму, 2017. – 84 с.
2. Воробйова І. В. Психотехнології розвитку особистості: навч. посібник / І. В. Воробйова, О. М. Шахматова; Рос. держ, проф.-пед. ун-т. – [2-ге вид., перероб, і дол.]. – Єкатеринбург: РГППУ, 2011. – 170 с.
3. Грецов А. Г. Психологические тренинги с подростками / А. Г. Грецов. – СПб: Питер. 2008 – 84 с.
4. Грива О. А. Толерантність молоді у полікультурному середовищі: Монографія / О. А. Грива - К.: Видавництво Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова, 2007. - 275 с.
5. Декларація принципів толерантності / Педагогіка толерантності. – 1999. – № 3-4. – С. 175–180.

6. Живолуп Л. В. Тренінг розвитку толерантності у підлітків / Автор-укладач Л. В. Живолуп. - Кременчук, 2008. - 33 с.
7. Авидон И, Гончукова О. 100 разминок, которые украсят ваш тренинг [Електронний ресурс] /И. Авидон, О. Гончукова. – Режим доступу <http://figym.kz/uploads/100razm.pdf>
8. Іщенко Р. І. Розвиток комунікативних навичок учнів: [програма тренінгу] / Р. І. Іщенко – Миргород, 2010. – 28 с.
9. Лекторский В. А. О толерантности, плюрализме и критицизме / В. А. Лекторский // Вопросы философии. 1997. – № 11. С. 46-54.
10. Мосієнко О. О. Розвиток навичок ефективної взаємодії в студентських колективах: [розвивальна програма] / О. О. Мосієнко. - Полтава: Полтавський будівельний технікум транспортного будівництва, 2010. - 13 с.
11. Новий тлумачний словник української мови. – К.: Наукова думка, 2006. – 824 с.
12. Педагогічний словник / за ред. дійсного члена АПН України М. Д. Ярмаченка. – К. : Педагогічна думка, 2001. – 1440 с.
13. Петрицький В. А. Толерантность – универсальный этический принцип / В. А. Петрицкий / Известия СП лесотехнической академии. – СПб., 1993. – С. 139-151, 142.
14. Профілактика синдрому емоційного вигорання педагогів / уклад. А. Г. Дербеньова, А. В. Кунцевська. – Х.: Вид. група «Основа», 2009. – 223 с.
15. Технологія проведення тренінгів з формування здорового способу життя молоді / Г. М. Бевз, О. П. Главник – К.: Український ін.-т соціальних досліджень, 2005 – Кн. 1. – 176 с.
16. Толерантність, терпимість // Великий тлумачний словник сучасної української мови / укладач і гол. ред. В. Бусел. – К. : Ірпінь : Перун, 2005. – 1728 с.
17. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения / К. Фопель, Пер. с нем. – М.: Генезис, 2002. – 336 с.

4. Корекційно-розвиткова програма «Розвиток особистості»

БОРОДАЙ І. В., практичний психолог
Центру дитячої та юнацької творчості
імені Олександра Шакала
Олександрійської міської ради

Пояснювальна записка

Переступаючи поріг школи, дитина потрапляє в новий дивовижно цікавий та складний світ. Щоб адаптаційний період пройшов безболісно та швидко, а світ шкільного життя не став для маленької людини нав'язливим і страшним, потрібно серйозно та відповідально поставитися до вирішення цього питання.

Актуальність даної програми пов'язана з тим, що діти, прийшовши до першого класу, мають багато психологічних проблем. В першу чергу це –

соціально не підготовані діти до життя в колективі. Вони замкнені, некомунікабельні, невпевнені в собі, мають багато проблем з відтворенням матеріалу, яким володіють, що позначається на оцінках.

Нерідко підготовка дітей до школи зводиться до навчання їх рахунку, читання, письма. Між тим, практика показує, що найбільші труднощі в початковій школі відчують ті діти, які виявляють інтелектуальну пасивність, у яких відсутнє бажання і звичка думати, прагнення дізнатися щось нове. Адже важливим є не тільки навчити дитину писати й читати, а необхідно розвивати мовлення, уміння слухати, розуміти зміст прочитаного, переказувати, здатність керувати своєю поведінкою. Необхідно, щоб дитина вміла застосовувати такі операції, як аналіз, синтез, порівняння, класифікації. Вирішуючи цю проблему, було запропоновано проводити передшкільну психологічну підготовку для майбутніх першокласників.

Навчальна програма охоплює всі напрямки розвитку дошкільнят. Для полегшення засвоєння матеріалу кожна наступна частина складніша за попередню. Реалізується у творчому об'єднанні «Маленькі розумнички» через творчість, уміння придумувати, створювати нове тощо, розрахована на групу дітей старшого дошкільного віку (5-6 років) не більше 14-16 чоловік.

Метою навчальної програми є всебічний розвиток дитини, що дозволить забезпечити формування готовності до навчання у початковій школі у майбутнього першокласника, розвиток тих інтелектуальних якостей, творчих здібностей і властивостей особистості, які забезпечують успішність адаптації першокласника, досягнення у навчанні та позитивне ставлення до школи. А також виховувати в дитині допитливість, цікавість до відомого й невідомого, отримувати задоволення від набутих знань, радість й захоплення від виконання інтелектуальних завдань

Навчальна програма розрахована на 1 рік навчання: початковий рівень – 72 години на рік, 2 години на тиждень по 35 хв.;

Завдання навчальної програми:

- виховувати почуття відповідальності, самостійності, організованості, готовності трудитися;
- формування правильних етично-моральних уявлень, готовності поділитися, поступитися, прийти на допомогу;
- обізнаність із моральними нормами, які визначають людські взаємини, здатність дотримуватись правил поведінки в колективі;
- розвиток слухового і зорового сприйняття;
- розвиток цілеспрямованої уваги і спостережливості; розвиток зорової, слухової та сенсорної пам'яті;
- розвиток мислення, здібностей до глибокого образного мислення, до встановлення причинно-наслідкових зв'язків;
- удосконалення мови та навичок монологічного мовлення;
- розвиток загальної та дрібної моторики;
- удосконалення комунікативних навичок;
- розвиток фантазії та уяви;

- розвиток творчих здібностей;
- формування емоційно-вольової сфери;
- підвищення впевненості в собі, навчити приймати рішення.

Навчально-тематичний план

№ з/п	Тема	Кількість годин		
		Теоретичних	Практичних	Усього
1	Вступ	–	1	1
2	Розвиток емоцій, почуттів та формування адекватної самооцінки	2	6	8
3	Розвиток сприйняття та відчуттів	2	6	8
4	Розвиток уваги	2	6	8
5	Розвиток вольових якостей і самостійності у дітей	2	4	6
6	Розвиток пам'яті	2	10	12
7	Розвиток комунікативних навичок	2	6	8
8	Розвиток мислення	2	10	12
9	Розвиток уяви	2	6	8
10	Підсумок	–	1	1
Разом				72

Зміст програми

№ з/п	Тема	К-ть годин
1.	Тема 1. Вступ <u>Ознайомлення з роботою гуртка. Знайомство з вихованцями.</u> Правила безпеки життєдіяльності та санітарно-гігієнічні вимоги під час занять. Правила поведінки вихованців під час проведення занять та на перерві. Повторення правил дорожнього руху. Організація робочого місця. Ігри на знайомство. Розподіл робочих місць між вихованцями. Підготовка їх до занять. Ознайомлення дітей з правилами у групі.	1
	Тема 2. Розвиток емоцій, почуттів та формування адекватної самооцінки	8
2.	<u>Поняття про емоції та почуття.</u> Вправи.	1
3.	<u>Види та роль емоцій в житті людини.</u> Бесіди-загадки (тематичні).	1
4.	<u>Емоції та особистість.</u> Фізіологічна основа емоцій. Формування вміння адекватно виражати свої емоції. Етичні бесіди.	1

5.	<u>Емоційне забарвлення стану душі.</u> Позитивні та негативні емоції, їх вияв на обличчі: гнів, горе, страх, задоволення, радість тощо.	1 1
6.	<u>Вплив емоцій, почуттів на людину та її самооцінку.</u> Бесіди, обговорення, малювання.	1
7.	<u>Дослідження самооцінки особистості.</u> Тести-спостереження (самооцінка).	1
8.	<u>Форми прояву почуттів.</u> Розвиток уваги дитини до своїх почуттів та переживань. Ігри-загадки. Рольові ігри.	
9.	<u>Визначення особистісних рис вихованців.</u> Вправи, ігри на розвиток рішучості та готовності до сміливих вчинків.	
Тема 3. Розвиток сприйняття та відчуттів		
10.	<u>Поняття про сприйняття та відчуття.</u> Загальні особливості сприймання.	8 1
11.	<u>Фізіологічна основа відчуттів.</u>	1
12.	<u>Класифікація та види сприйняття та відчуттів.</u>	1
13.	<u>Основні властивості та закономірності відчуттів.</u>	1
14.	<u>Індивідуальні особливості сприйняття та відчуттів.</u>	1
15.	<u>Діагностика ролі відчуттів та спостережливості у пізнавальній діяльності людини.</u>	1
16.	<u>Дослідження провідного типу сприйняття, зорових відчуттів, пізнавального контролю при сприйманні.</u>	1
17.	<u>Вправи та ігри, що поліпшують сприйняття та спостережливість.</u>	1
Тема 4. Розвиток уваги		
18.	<u>Поняття про увагу.</u> Фізіологічні основи уваги. Основні критерії вихованості уваги.	8 1
19.	<u>Види уваги: мимовільна, довільна, післядовільна.</u>	1
20.	<u>Структура уваги.</u> Обсяг, розподіл, переключення, стійкість, концентрація уваги.	1 1
21.	<u>Психодіагностика властивостей уваги.</u> Виконання завдань.	1
22.	<u>Розвиток властивостей уваги.</u> Проведення словесних, рухливих та дидактичних ігор, коректурні проби, вправи на концентрацію, переключення, розподіл уваги.	1 1
23.	<u>Увага і особистість.</u> Неуважність та її причини.	1
24.	<u>Засоби розвитку уваги.</u> Ігри на розвиток та тренування уваги.	1 1
25.	<u>Слухання казок, спостереження.</u>	1

	Тема 5. Розвиток вольових якостей і самостійності у дітей	
26.	<u>Поняття про волю.</u> Класифікація вольових якостей особистості. Функції волі.	6
27.	<u>Вольова регуляція поведінки.</u> Розвиток та виховання вольової активності людини. Розвиток саморегуляції, вміння керувати своєю поведінкою. Діагностика мотивації.	1 1
28.	<u>Поняття «діяльність».</u> Види і розвиток людської діяльності.	1 1
29.	<u>Вміння, навички і звички.</u> Бесіди, обговорення.	1
30.	<u>Поняття про здібності.</u> Якісна та кількісна характеристика здібностей. Загальні та спеціальні здібності. Рухливі та конкурсні ігри.	1
31.	<u>Задатки як передумови розвитку здібностей.</u> Розвиток здібностей через діяльність. Здібності, обдарованість, талант.	
	Тема 6. Розвиток пам'яті	
32.	<u>Поняття про пам'ять.</u> Пам'ять як складова пізнавальної діяльності. Пам'ять та її значення в житті людини.	12 1
33.	<u>Якості та види пам'яті.</u> Мимовільне та довільне, механічне та осмислене запам'ятовування.	1
34.	<u>Розвиток пам'яті.</u> Ігри на розвиток пам'яті.	1
35.	<u>Практичне заняття на тренування пам'яті.</u>	1
36.	<u>Психодіагностика видів пам'яті.</u>	1
37.	<u>Розвиток довільного запам'ятовування.</u>	
38.	<u>Процеси та закономірності пам'яті.</u> Зберігання та відтворення інформації. Асоціації. Забування.	1 1
39.	<u>Закони та механізми запам'ятовування, збереження та забування інформації.</u>	1
40.	<u>Організація запам'ятовування та тренування пам'яті.</u>	
41.	<u>Довготривала та короткочасна пам'ять.</u> Розвиток короткочасної і довготривалої пам'яті, а також різних властивостей пам'яті.	1 1
42.	<u>Індивідуальні особливості пам'яті.</u> Розвивати мовлення, активізувати і збагачувати словниковий запас, розвивати вміння ставити запитання і відповідати на них.	1
43.	<u>Розвиток пам'яті.</u> Ігри на розвиток слухової, зорової пам'яті, тактильної, вербальної та сенсорної пам'яті.	1

	Тема 7. Розвиток комунікативних навичок	
44.	<u>Знайомство із поняттями: «спілкування», «конфлікт», «толерантність», «дружба», «ворожнеча», «самотність».</u>	
45.	<u>Види спілкування.</u> Розвиток спілкування, комунікабельності.	8 1
46.	<u>Засоби спілкування.</u> Мова, інтонація, жести, міміка. Прийоми спілкування. Вправи на формування у дітей різних емоційних станів.	1 1
47.	<u>Група та колектив.</u> Міжособистісні відносини в групах і колективах.	
48.	<u>Взаємодія в колективі.</u> Формування позитивного ставлення до оточення. Розуміння морально-етичних вчинків. Рольові ігри.	1 1
49.	<u>Спільна творчість.</u> Малювання, ліплення, складання казки, спільний колаж, «мандрівка», «виробництво» тощо. Формування розуміння індивідуальності інших людей, навичок спільної діяльності, доброзичливого ставлення до чийогось успіху.	1
50.	<u>Розвиток соціальної впевненості.</u> Ігри та вправи.	1
51.	<u>Практичне заняття.</u> Вправи та ігри на розвиток: комунікативних здібностей; толерантності та поваги до інших; групової взаємодії, навичок спілкування; перевірку згуртованості групи та колективізм та ін.	1
	Тема 8. Розвиток мислення	12
52.	<u>Мислення.</u>	1
53.	<u>Здібності.</u>	1
54.	<u>Креативність.</u>	1
55.	<u>Основні форми мислення.</u>	1
56.	<u>Види та операції мислення, їх характеристика.</u>	1
57.	<u>Функції мислення.</u>	1
58.	<u>Розвиток мислення у навчанні.</u>	1
59.	<u>Інтелект.</u> Поняття про інтелект.	1
60.	<u>Психодіагностика мислення.</u>	1
61.	<u>Розвиток мислення.</u> Ігри, вправи та задачі на розвиток логічного мислення, уміння встановлювати причинно-наслідкові зв'язки в процесі вирішення логічних задач.	1
62.	<u>Практичне заняття.</u> Рухливі, конкурсні, словесні та дидактичні ігри. Спостереження. Робота з картками.	1
63.	<u>Психологічні вправи та ігри на розвиток мислення.</u> Навчати вмінню порівнювати (картинний матеріал) та ін.	1

	Тема 9. Розвиток уяви	
64.	<u>Поняття про уяву.</u>	8
65.	<u>Види уяви.</u>	1
66.	<u>Процеси уяви.</u>	1
67.	<u>Розвиток уяви у дітей та її індивідуальні особливості.</u>	1
68.	<u>Уява і творчість. Прийоми розвитку уяви і фантазії.</u>	1
69.	<u>Психодіагностика уяви. Дослідження індивідуальних особливостей та творчої уяви.</u>	1
70.	<u>Психологічні вправи на розвиток уяви. Вигадування казок з використанням відомих персонажів; придумування різних ігрових ситуацій; зміни сюжету літературного твору; казка за стимулюючим матеріалом; домалювати малюнок; на що схожий малюнок; що буде, якщо...?; зобразити когось чи щось.</u>	1
71.	<u>Практичне заняття. Навчання дітей вирішенню проблемних ситуацій. Розвиток елементів творчої уяви.</u>	1
	Тема 10. Підсумок	
72.	<u>Підбиття підсумків I і II півріччя. Вправи та ігри для закріплення пізнавальних, емоційно-вольових, комунікативних та інших навичок.</u>	1 1

*Конспекти занять за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/1KoeXW8lOSVRJyltOYycIVqjDh-OyIEFq/view?usp=sharing>

Рекомендовані джерела

1. Баришполь С. В. Посібник практичного психолога: психодіагностика, тестування, розробки уроків психічного розвитку./ С. В. Баришполь. – Х.: Вид. група «Основа», 2009. – 267 с.
2. Газета «Школьный психолог», публікація занять по программе «Психологическая азбука», 2000-2014 гг.
3. Гутман Б. В., Ковалевський В. И. Методы изучения личности дошкольника./Б.В. Гутман. – Донецк, 1993. – 52 с.
4. Гутман Б. В. Методы изучения личности младшего школьника./ Б.В. Гутман. – Донецк, 1993. – 36 с.
5. Головань Н. О. Ми готові до школи? / Н. О. Головань. – К-д.: Державне Центрально-Українське видавництво. 1993. - 72 ст.
6. Окерешко О. А. Побудова інтегрованого психолого-педагогічного супроводу розвитку дитини в освітньому процесі ДНЗ. Навчально-методичний посібник. Дошкільний навчальний заклад ясла-садок № 2 «Теремок» / О. А. Окерешко. – Березне, 128 с.
7. Табакова Н. В., Пастушенко Н. Г. Методичне забезпечення спецкурсу «Психологія спілкування». Методичний посібник./ Н. В. Табакова, Н. Г. Пастушенко. – 2007. – 70 с.

8. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4)./ О. В. Хухлаева. Издательство «Генезис», 2008.

9. Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е., Первушина И. М. Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников./ О. В. Хухлаева, О. Е. Хухдаев – М.: Генезис, 2004. – 175 с.

5. Корекційно-розвиткова програма «Гармонія барв»

ВОЛОДАРСЬКА О. А., практичний психолог Заваллівського ліцею – мистецької школи Гайворонської районної ради Кіровоградської області

Теоретичні основи програми

Палітра барв, палітра почуттів. Художня робота, яка складається з покриття поверхні живописним матеріалом, шар за шаром, викликає зворотній рух – зняття негативних нашарувань з душі.

Домінік Сенс

В наш нестабільний час, насичений стресовими ситуаціями, педагоги й батьки все більше стикаються з труднощами в адаптації дітей до умов життя. Дітям не завжди вдається успішно перебороти стресові ситуації, тому гостро постає питання про те, як захистити внутрішній світ дитини, як допомогти їй встояти перед несприятливими впливами негативного соціального оточення, справитися з негативними емоційними переживаннями.

Тому вкрай актуальним у роботі практичного психолога постає завдання психологічної допомоги тим дітям, які не здатні подолати негативні наслідки дитячих психологічних проблем.

Наукою доведено, що позитивні емоції – важливий фактор здоров'я і довголіття. І дитина, і доросла людина стають більш працездатними, легко переборюють труднощі, виявляють більшу увагу один до одного, стають добрішими, відвертішими (П. К. Анохін, Л. С. Виготський, О. М. Леонт'єв та ін).

Емоційність є однією з центральних та фундаментальних характеристик особистості. Домінування позитивних емоцій у житті дитини забезпечує нормальний розвиток її психіки, моральне ставлення дитини до оточуючого світу, конструктивне перетворення, формування позитивної Я-концепції, базованої на загальнолюдських цінностях.

У центрі системи роботи є особистість дитини; основною ідеєю – розвиток особистісного «Я» дитини. Основною умовою ефективного особистісного розвитку дитини є стан внутрішнього психологічного благополуччя. Тому головне завдання нової школи – спільно із сім'єю

допомогти дітям відчувати стан душевної рівноваги, спокою, захищеності, задоволення.

Ці завдання досить ефективно здатна вирішити арт-терапія. Арт-терапія – спеціалізована форма психотерапії, заснована на мистецтві (образотворча та творча діяльність).

Арт-терапія використовується як засіб спілкування психолога з дітьми на символічному рівні. Образи художньої творчості відображають усі види підсвідомих процесів, включаючи страхи, внутрішні конфлікти, спогади, сновидіння.

Найбільш ефективним методом психотерапевтичної роботи та корекції психічного розвитку є малюнок психотерапія.

Малювання – це спосіб вираження різноманітних емоцій, зокрема й негативних. Через малюнки дорослим легше зрозуміти не завжди відкриті переживання дітей, запобігти страхам чи допомогти їх подолати. Малюючи, дитина дає вихід своїм переживанням і виражає своє негативне ставлення до деяких неприємних образів.

Відображуване у дитячому малюнку, по суті, не відрізняється від словесної розповіді. Дослідники часто проводять пряму аналогію між розвитком малювання та мовленням і вбачають у дитячому малюванні особливий вид мови. Отже, малювання для дитини – не мистецтво, мабуть, а мова, яка дає змогу розповісти про предмет і зміст дитячого життя.

Малюючи, клієнт дає вихід своїм почуттям, бажанням, мріям, перебудовує свої відносини в різних ситуаціях і безболісно стикається з деякими страшними, неприємними, травмуючими образами. Таким чином, малювання виступає як спосіб осягнення своїх можливостей і навколишньої дійсності, як спосіб моделювання взаємовідносин і вираження різних емоцій, в тому числі і негативних. Тому малювання широко використовують для зняття психічної напруги, стресових станів, при корекції неврозів, страхів.

Дитячий малюнок розглядається в першу чергу як проєкція особистості дитини, як символічне вираження її ставлення до світу. У зв'язку з цим дуже важливо відокремлювати в дитячому малюнку ті його особливості, які відображають рівень розумового розвитку дитини і ступінь оволодіння нею техніки малювання і особливості малюнка, що відображають особистісні характеристики.

Арт-терапія, а саме ізотерапія – досить новий, проте популярний засіб психотерапії. Особливо актуальною арт-терапія є для дітей з особливими потребами. Мистецтво – це чудова можливість для дитини «відкритися», поділитися своїми емоціями та страхами. Адже іноді так важко висловити словами всі ті емоції, що вирують у душі.

Організуючи малюнкові заняття, ми реалізуємо наступні функції, що актуалізуються в процесі малювання:

- створення психологічної атмосфери і психологічної безпеки;
- емоційна підтримка дитини;
- відображення і вербалізація почуттів і переживань дитини;

- постанова креативного завдання і забезпечення прийняття його дитиною;
- тематичне структурування завдання;
- допомога в пошуку форми вираження теми;

Отже, ізотерапія – це чудова можливість особливій дитині відкрити свої проблеми контактуючи з малюнком, і якщо спершу мистецтво буде для дитини терапією, то згодом воно може перерости у захоплення.

Науково-методичне обґрунтування програми

Обґрунтування впливу програми на емоційну сферу дітей

У сучасному суспільстві, де руйнуються всі звичні захисти людини, де відбулася відмова від колишніх догм, такі короточасні стани як тривожність, агресивність, відчуття страхів, перетворюються на стійкі. Кризове суспільство провокує і закріплює ці якості, і тоді вони стають постійними для особистості. Будь-які перехідні періоди висувають специфічні проблеми, які вимагають особливої уваги. Не становить винятку і криза підліткового віку, особливо тому, що вона збігається у часі з переходом підлітка з початкової до середньої школи. Відбувається ламання специфічних дитячих форм поведінки, з'являється потреба визначити своє місце у соціумі. Діти починають протиставляти себе дорослим, активно завойовують нові позиції, що і є продуктивним для формування самостійної особистості. Але насамперед будь-яка криза містить у собі багато підводних каменів. Тому запропонована програма буде дуже корисною та актуальною саме для контингенту учнів четвертих–шостих класів.

Діти в 10 років загалом урівноважені, спокійні, відкрито і довірливо ставляться до дорослих, визнають їхній авторитет, чекають підтримки і визнання. Це відкриває значні можливості для виховних дій, а використання групових механізмів незрівнянно підвищує ефективність соціально-психологічної підготовки.

Тренінгова форма корекційно-розвиткової роботи підібрана не випадково. Адже під тренінгом розуміється «спосіб перепрограмування наявної в людини моделі керування своєю поведінкою і діяльністю». Тренінг визначається як «процес створення» (або розвитку вже існуючих) функціональних утворень, що керують поведінкою» або як група методів розвитку здібностей до навчання й оволодіння будь-яким складним видом діяльності. З погляду теорії груп К. Леві, групове життя дозволяє людині краще пізнати себе, побачити себе очима інших, що дозволяє успішніше усвідомлювати свої позитивні й негативні риси і тим самим більш свідомо підходити до вдосконалення і змін. У тренінговій роботі досягається більша відкритість і прямота у ставленні до себе та інших, відбувається розширення усвідомлення потенціалів свого особистісного зростання і розвитку.

Дана психологічна програма сприяє активізації внутрішніх психічних ресурсів дитини та забезпечує їй умови емоційно-соціального розвитку і психічного здоров'я.

Мета програми – активізація та стимулювання комунікативних навичок, розвиток емоційно-вольової сфери, самопізнання та самоідентифікації.

Завдання для роботи:

1. Зняття психоемоційного напруження, скутості або збудження і тривожності.
2. Усвідомлення почуттів: розуміння різноманітності та вираженості.
3. Формування адекватної самооцінки та розвиток впевненості в собі.
4. Навчання конструктивних форм поведінки та основ комунікабельності.
5. Розвиток образного мислення та візуальної концентрації.
6. Ігрова корекція небажаної поведінки.
7. Навчання основ саморегуляції та ауторелаксації.

Програма «Гармонія барв» (корекція емоційно-вольової сфери) розрахована на школярів початкової школи та молодшого підліткового віку (4-6 класи) та призначена для психологів, учителів-дефектологів.

Структура занять

№ з/п	Види робіт	Тривалість, хв.	Ресурсне забезпечення
І. Діагностичний блок.			
ЗАНЯТТЯ 1. «Моє ім'я. Знайомство»			
1.	Повідомлення мети заняття	2	альбоми, набір
2.	Встановлення правил роботи групи	5	карток–правил,
3.	Гра «Знайомство»	10	кольорові олівці,
4.	Малювання «Символ мого імені»	15	фломастери,
5.	Обговорення малюнків	5	релаксаційна музика.
6.	Вправа «Лісова казка» (на ауторелаксацію)	5	
7.	Гра «Дружба починається з посмішки»	3	
ЗАНЯТТЯ 2. «Фантастичний світ»			
1.	Вправа «Привіт, друже!»	5	альбоми, кольорові
2.	Гра «Гості»	5	олівці, піктограми
3.	Бесіда «Фантастичний острів»	3	настрою, релаксаційна
4.	Малювання «Неіснуюча тварина»	15	музика
5.	Обговорення малюнків	5	
6.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
7.	Хвилинка відпочинку «Квіти» (на ауторелаксацію)	3	
8.	Етюд «Посмішка по колу»	3	

II. Реконструктивно-формулюючий блок.**ЗАНЯТТЯ 3. «Папір в кольорі»**

1.	Вправа «Павутинка дружби»		альбоми, клубок яскравих ниток пiктограми настрою, фарби акварельні, релаксаційна музика.
2.	Вправа «Наші емоції»		
3.	Малювання «Покриваємо папір фарбами»		
4.	Розвиваюча гра «На що схоже?»		
5.	Етюд «Слухаємо себе»		
6.	Мімічна гімнастика		
7.	Етюд «Посмішка по колу»		

ЗАНЯТТЯ 4. «Пізнаємо себе»

1.	Вправа «Психологічний клімат»	5	альбоми, пiктограми настрою, фішки- сердечка, коло із кольоровими секторами, акварельні фарби, паперові вітрила, релаксаційна музика
2.	Гра «Відгадай емоцію»	5	
3.	Малювання «Пізнай у собі себе»	15	
4.	Обговорення малюнкiв	5	
5.	Вправа «Дерево» (на саморегуляцію)	5	
6.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
7.	Вправа «Побажання на вітрилах»	5	

ЗАНЯТТЯ 5. Мій настрій»

1.	Гра «Відгадай мелодію»	6	альбоми, набір пiктограм настрою, кольорові олівці, фломастери, релаксаційна музика.
2.	Етюд «Шосте почуття»	8	
3.	Малювання «Портрет мого настрою»	12	
4.	Вправа «Читання малюнкiв»	8	
5.	Гра «Сердитий вулик»	3	
6.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
7.	Етюд «Вогник доброти»	3	

ЗАНЯТТЯ 6. «Уважність до інших»

1.	Вправа «Уважність до інших»	10	альбоми, кольорові олівці, релаксаційна музика.
2.	Малювання «Мій настрій»	15	
3.	Вправа «Двері у моє внутрішнє Я» (аналіз малюнкiв)	7	
4.	Вправа «Обличчя загорає» (на ауторелаксацію)	3	
5.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
6.	Посмішка по колу	3	

ЗАНЯТТЯ 7. «Моя квітка»

1.	Рухлива гра «Будь ласка»	5	альбоми, кольорові олівці, релаксаційна музика.
2.	Бесіда «Чарівне слова»	2	
3.	Вправа «Найголовніша людина»	5	

4.	Малювання «Мій образ»	12	
5.	Вправа «Вони - про мене»	10	
6.	Вправа «Повітряна кулька» (на саморегуляцію)	3	
7.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
8.	Етюд «Посмішка по колу»	3	
ЗАНЯТТЯ 8. «Подорож у дитинство»			
1.	Вправа «Скажи ведмедику гарні слова»	5	альбоми, іграшковий ведмедик, кольорові олівці, фломастери, релаксаційна музика.
2.	Малювання «Квітка з мого дитинства»	10	
3.	Обговорення малюнків «Моя улюблена іграшка»	5	
4.	Обговорення малюнків «Моя улюблена іграшка»	10	
5.	Обговорення малюнків «Моя улюблена іграшка»	5	
6.	Вправа «Гора з плечей» (на ауторелаксацію)	3	
7.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
8.	Етюд «Посмішка по колу»	3	
ЗАНЯТТЯ 9. «Картинна галерея»			
1.	Рухлива гра «Злюка»	5	альбоми, паперові вітрила, кольорові олівці, фломастери, релаксаційна музика
2.	Вправа «Візьми себе в руки» (на саморегуляцію та ауторелаксацію)	5	
3.	Малювання «В картинній галереї»	15	
4.	Вправа «Перевтілення»	10	
5.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
6.	Вправа «Побажання на вітрилах»	5	
ЗАНЯТТЯ 10. «Змінюємо події»			
1.	Вправа «Човник побажань»	5	альбоми, паперові човники з побажаннями на вітрилах, кольорові олівці, акварельні фарби, релаксаційна музика
2.	Бесіда «Сумні події»	3	
3.	Малювання «Сумна сцена дитинства»	15	
4.	Малювання «Сумна сцена дитинства»	10	
5.	Малювання «Я хочу змінитися»	4	
6.	Вправа «Черпаха» (на саморегуляцію та ауторелаксацію)	5	
7.	Етюд «Слухаємо себе»	3	
ЗАНЯТТЯ 11. «Наш світ»			
1.	Етюд «Зарядка для обличчя»	5	альбоми, піктограми настрою, кольорові олівці, релаксаційна музика
2.	Етюд «Шосте почуття»	7	
3.	Бесіда «Наш внутрішній світ»	5	
4.	Малювання «Я і мої близькі»	15	
5.	Обговорення малюнків «Я і мої близькі»	7	
6.	Хвилинка відпочинку «Сонечко»	3	

7.	Етюд «Посмішка по колу»	3	
ЗАНЯТТЯ 12. «Моє життя»			
1.	Рухлива гра «Кривлялки»	7	альбоми, панно
2.	Вправа «Леви» (на саморегуляцію та ауторелаксацію)	3	«Найвеселіше», кольорові олівці,
3.	Малювання «Намалюй своє життя»	12	акварельні фарби,
4.	Вправа «Читання малюнків»	10	релаксаційна музика
5.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
6.	Вільне малювання Найвеселіше»	5	
7.	Етюд «Посмішка по колу»	3	
ЗАНЯТТЯ 13. «Читаємо емоції»			
1.	Рухлива гра «Жучок»	10	альбоми, кольорові
2.	Психологічне пестування «Як треба себе любити»	5	олівці, фломастери, релаксаційна музика
3.	Малювання «Внутрішній світ мого друга»	10	
4.	Вправа «Читання малюнків»	7	
5.	Вправа «Дерево» (на саморегуляцію та ауторелаксацію)	5	
6.	Етюд «Слухаємо себе»	5	
7.	Вправа «Побажання собі»	3	
ЗАНЯТТЯ 14. «Читаємо думки»			
1.	Рухлива гра «Дзеркало»	7	альбоми, кольорові
2.	Малювання «Відгадай думку товариша»	10	олівці, фломастери, релаксаційна музика
3.	Обговорення малюнків	5	
4.	Малювання «Бесіда двох художників»	10	
5.		5	
6.	Вправа «Брудні руки»	5	
7.	(саморегуляція) Етюд «Слухаємо себе» Етюд «Побажання собі»	3	
ЗАНЯТТЯ 15. «Добре і погане в собі»			
1.	Бесіда «Що таке добре і що таке погано?»	5	альбоми, кольорові
2.	Малювання «Відкрийте в собі гарне»	6	олівці, фломастери, релаксаційна музика
3.	Малювання «Знайди в собі погане»	6	
4.	Обговорення малюнків	5	
5.	Вправа «Врятуй пташеня» (на ауторелаксацію)	3	
6.	Гра «Чарівний базар»	12	

7.	Бесіда «Всі люди різні»	5	
8.	Етюд «Посмішка по колу»	3	
III. Закріплюючий блок.			
ЗАНЯТТЯ 16. «Малюнок за описом»			
1.	Гра «Відповідаємо разом»	5	альбоми, малюнок для демонстрації, кольорові олівці, фломастери, релаксаційна музика
2.	Вправа «Відтвори малюнок»	17	
3.	Вправи на ауторелаксацію та саморегуляцію (за вибором)	10	
4.	Етюд «Слухаємо себе»	3	
5.	Вправа «Я дуже гарний»	3	
6.	Вправа «Побажання від чарівної палички»	7	
ЗАНЯТТЯ 17. «Наше щастя»			
1.	Рухлива гра «Будь ласка»	5	альбоми, кольорові олівці, фломастери, релаксаційна музика
2.	Вправа «Малювання навпомацки»	14	
3.	Етюд «Чарівний сон»	3	
4.	Малювання «Мій найщасливіший день»	14	
5.	Обговорення малюнків	5	
6.	Етюд «Побажання на прощання»	4	

*Конспекти занять за посиланням:

<https://drive.google.com/file/d/1j-0D5Xma9qUMihtDwXn7TKRfdOtvMPGB/view?usp=sharing>

Рекомендовані джерела

1. Атемасова О. А. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодшого школяра / упоряд. О. А. Атемасова. – Харків: Ранок, 2010. – 176 с.
2. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» / А. Бойко. – за заг. ред. проф. Є. І. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
3. Бовть О. Психокорекційна робота по попередженню агресивності у дітей молодшого шкільного віку. Практична психологія та соціальна робота. / О. Бовть., 1998. № 6-8. С.
4. Булах М. Ізотерапія: зняття психологічного напруження та стресових станів у дітей. / М. Булах. – Психолог, 2012. № 13 (14). С. 68-72.
5. Власюк М. Арт-терапія : лікування мистецтвом. Відкритий урок: розробки, технології, досвід. / М. Власюк, 2008. № 7 (8). С. 90.
6. Вознесенська О.Л. Простір арт-терапії: Разом з вами: збірник наукових статей / за наук. ред. А. П. Чуприкова, О. А. Браусенка-Кузнецова, О. Л. Вознесенської. – К.: Міленіум, 2006. – С. 12–22.
7. Деркач О. Арт-терапія на допомогу школі. / О. Деркач - Мистецтво та освіта, 2010. № 2. С. 25-28.

8. Лебедєва Л. Арт-терапія в педагогіці./ Л. Лебедєва – Педагогіка, 2000. № 9. С. 27-34.
9. Мірошніченко Т. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи : історико-методичний аспект./Т. Мірошніченко – Педагогічні науки, 2012. Вип. 3. С. 26-30.
10. Погосова Н. М. Цветовой игротренинг / Н. М. Погосова. – СПб. : Речь, 2002. – 168 с.
11. Радість дитинства [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dcp.org.ua/parents/reabil/art.html>
12. Терлецька А. Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології: навч. посіб. / А. Г. Терлецька. – Київ.: Слово, 2016. – 128 с.
13. Яковлева Е. Л. Психология развития творческого потенциала личности / Е. Л. Яковлева – М.: СМАРТ, 1997. – 179 с.
14. Яськова А. О. Технології формування творчої особистості : [матеріали з досвіду використання] /А. О. Яськова. – Полонне, 2013.– 25 с.

6. Корекційно-розвиткова програма «Розумій! Вирішуй! Дій!»

ЛАНЧУКОВСЬКА Л. А., практичний психолог
Комунального закладу «Навчально-виховне
об'єднання ліцей – школа – дошкільний навчальний
заклад «Вікторія – П» Кіровоградської міської ради
Кіровоградської області»;
РУДЕНКО О. О., практичний психолог
Навчально-виховного комплексу «Кіровоградський
колегіум – спеціалізований загальноосвітній
навчальний заклад І-ІІІ ступенів – дошкільний
навчальний заклад – центр естетичного виховання»
Кіровоградської міської ради Кіровоградської області

Пояснювальна записка

Насилля у школі – проблема, про яку довгий час було не прийнято говорити. Одним із аспектів проблеми насилля є жорстоке поводження з дітьми та нехтування їхніми інтересами, і, як наслідок, насилля в стосунках між дітьми. Поведінка, спрямована на утвердження своєї влади над кимось або чимось, стає усе більш розповсюдженою. Діти та підлітки є найбільш уразливою категорією, вони соціалізуються, формують власну систему сприйняття світу, систему цінностей та пріоритетів, навчаються різним моделям поведінки, і, на жаль, булінг стає однією з таких моделей.

Булінг (bullying, від англ. bully – хуліган, забіяка, грубіян, насильник) визначається як «пригноблення», «дискримінація», «цькування». Булінг – це

соціальне явище, характерне переважно для організованих дитячих колективів, у першу чергу, школі.

Суть булінгу вбачають все-таки не в самій агресії або злості кривдника, а у презирстві, зневазі – сильному почутті відрази до покірливого: того, хто ніби не заслуговує на повагу. Це дозволяє кривдникам шкодити без почуття провини, співчуття чи емпатії. Кривдник надає собі привілеї домінантності, контролю, права виключення та ізоляції жертв.

Також значну роль у процесі булінгу відіграють спостерігачі, яких за дослідженнями 88% від усіх дітей. Частина з них долучається до кривдника, інша, аудиторія, підбурює його до подальшого знущання, і лише від 10 до 20% намагаються якось допомогти, коли над кимось знущаються. Потерпілий не здатен ефективно захищати себе, тому певною мірою беззахисний перед кривдником або їх групою. Кривдник не припиняє свої дії після того, коли йому так скажуть батьки чи вчителі, він наступного разу просто «не попадеться на гарячому».

Булінгом називається агресія одних дітей стосовно інших, коли наявні нерівність сил агресора та жертви, агресія має тенденцію повторюватися, при цьому відповідь жертви показує, як сильно її зачепило те, що відбувається.

Найчастіше жертвами шкільного цькування стають діти, які мають:

- фізичні недоліки або вади;
- страх перед школою;
- низький рівень інтелекту і труднощі у навчанні;
- особливості зовнішності – руде волосся, веснянки...
- особливості поведінки – замкнуті або імпульсивні;

Булінг різноманітний, це не лише фізична агресія, найчастіше – психологічна.

Найчастіше агресорами (ініціаторами цькування – **булерами**) є діти з нарцисичними рисами характеру. Основна особливість «нарциса» – прагнення до влади, самоствердження за рахунок інших. Бути «крутим», мати авторитет серед ровесників, як людини, якій ніхто нічого не може зробити. «Ти мені нічого не зробиш» – приховане за усією поведінкою цього учня послання. Щодо них у суспільстві існують певні стереотипи. Наприклад, кривдник – задиркуватий хлопець, з посередніми успіхами в навчанні та із впливовим статусом серед ровесників, а жертву уявляють беззахисною, замкненою, з вузьким колом друзів та невисоким статусом. Однак типів існує безліч, вони часто поєднуються, наприклад, кривдники бувають більш відповідальними за інших в усвідомленні своєї поведінки та більш чутливими до виправної терапії. Характеризуючи кривдника як учасника процесу булінгу, виділяють ряд типів поведінки:

1. Дитина зазвичай поводить себе в соціально прийнятний спосіб, піклується про інших, має непогані успіхи в навчанні. Однак іноді поводить себе непередбачувано, нехарактерно, принижує інших учнів, хоча і схильна бути відповідальною та піддається вихованню.

2. Дитина приваблива, не відчуває браку матеріальних речей, має непогані оцінки, друзів, гарні лідерські якості, але знущується з інших – ніби випадає зі звичайних стереотипів. Це пояснюється тим, що не завжди враження про дитину співпадають з тим, якою вона є насправді, адже багатьом дітям важко справлятися зі своїм персональним розвитком та самоповагою, а тим паче з очікуваннями, що покладають на них батьки та інші люди. Вони ніби вдягають маску хороброї дитини.

3. «Статусний» тип кривдника проявляється у показовості булінгу, намаганні завжди бути на «сцені», завоювати аудиторію спостерігачів, їхні лестощі та підлабузництво.

4. Тип кривдника «у повному озброєнні» має стійкі наміри чинити булінг, особливо в разі відсутності сторонніх поглядів, у той же час намагається ввести в оману та всіляко привабити інших, зокрема дорослих. Вони занурюють свої почуття настільки глибоко, що самим їм стає важко їх ідентифікувати. Досить часто добре розуміють стан іншої людини та вміють користуватися цим, помічають вразливі сторони потенційної жертви.

5. Імпульсивно-агресивні кривдники, які мають слабкі соціальні навички, абсолютно непередбачувані, агресивні реакції навіть на слабку провокативну поведінку, звинувачують інших, а головне, часто мають проблеми у розвитку, зокрема зі здатністю до навчання.

Також існує кібербулінг. Діти створюють веб-сторінки та сайти, де можуть вільно спілкуватися, коментувати, ображаючи інших, поширювати плітки, фотографії особистого характеру та іншу інформацію; також кривдники відсилають електронні листи та повідомлення своїм жертвам, у яких їх всіляко принижують. У такому просторі не існує жодних захисних для жертви бар'єрів – ані часових, ані просторових, тому швидко, лише натисканням кнопки, образлива інформація поширюється серед тисяч людей. Дослідники встановили, що кожна сімнадцята дитина у віці 10–17 років зазнає знущань через інтернет, причому близько однієї третини з цього числа вважають такі інциденти надзвичайно образливими та принизливими.

Актуальність та доцільність програми: цькування дітей з боку однолітків, так званий «булінг», сьогодні одна з найбільш поширених проблем освітніх організацій, яка істотно збільшує ризик суїциду серед підлітків; призводить до ескалації агресії й насильства в колективі, зниження успішності, емоційних і невротичних проблем.

Мета програми: ознайомити слухачів з причинами виникнення булінгу, впливу цього явища на окрему особистість і учнівський колектив в цілому, опрацювати практичні методи виявлення постраждалих та булерів, методом психологічної гри трансформувати життєві навички дітей для подолання складних життєвих обставин.

Завдання програми: ознайомлення з поняттям «булінг», його видами та проявами; навчання дітей конструктивним формам спілкування, поведінкових реакцій; зняття деструктивних елементів у поведінці; творче вирішення конфліктних ситуацій; усвідомлення і прийняття відмінностей; розвиток

адекватного рівня самооцінки й самоконтролю; підвищення рівня самосвідомості дітей, встановлення зв'язку із власним внутрішнім «я» та один з одним; вміння вільно виражати почуття, навчитися визначати групи ризику (жертв та булерів), ознайомитися з принципами організації системного протистояння булінгу у класному колективі

Добір дітей для корекційної роботи – на основі психодіагностики, яка реалізується шляхом спостереження; інтерпретації серії методик: методика «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна і Н. Епштейна; визначення показників та форм агресії за методикою А. Басса та А. Дарки; методика первинної діагностики та виявлення дітей «групи ризику» (М. І. Рожков, М. А. Ковальчук); методика «Соціометрія» (розроблена Я. Морено).

Етапи програми:

I етап – орієнтувальний (1 заняття), спрямований на ближче знайомство психолога з дітьми та вхідне анкетування.

II – реконструктивний (1 заняття) – трансформаційна психологічна гра.

III – закріплюючий (1 заняття) – рефлексія та вихідне анкетування.

Вік учасників: 11-13 років.

Організація занять: програма включає 3 заняття; кількість занять на тиждень – 1, тривалість занять – 80 хв.; кількість дітей у групі – 10-15.

Структура програми стала, кожне заняття має свою форму проведення:

1. Знайомство, привітання, метою якої є позитивний емоційний фон, почуття комфорту, згуртованості в групі, а також налагодження партнерських стосунків між психологом та дітьми.

2. Основна частина, під час якої діти проходять чотири тури психологічної гри «Розумій! Вирішуй! Дій!», яка спрямована на:

- ознайомлення з видами булінгу
- опрацювання ситуацій булінгу, що травмують психіку;
- можливість трансформаційно зрозуміти мотиви булера, жертви та спостерігача;
- обговорення ситуацій в контексті ролей учасників булінгу в поєднанні з навичками командного пошуку виходу з конфліктної ситуації;
- формування адекватних способів емоційного реагування на негативні переживання;
- вміння створити рекомендаційні листи з протидії булінгу в освітньому процесі.

В основній частині використовуються такі методи та прийоми:

- прослуховування та обговорення розповідей;
- тімбілдінг та метод публічного виступу;
- метод «човникової дипломатії»;
- рефлексія;
- інтерактивний метод «діамант».

3. Вправи на зняття психоемоційного напруження.

4. Заключний етап, спрямований на рефлексію заняття (Що нового сьогодні ми дізнались на занятті? Що особливо сподобалось?) та прощання.

5. Вхідне та вихідне анкетування.

Засоби відстеження ефективності програми здійснюються за допомогою повторної діагностики, під час якої визначається рівень агресивності й тривожності. Використовуються ті самі методики, що й для первинної діагностики.

Проблема на вирішення якої направлена програма: зменшення кількості випадків булінгу в освітньому середовищі, можливість корегувати поведінку учнів на початковому етапі зародження конфліктної ситуації та сформулювати позитивні правила життя в групі. Під час занять пропонується моделювання різних конфліктних ситуацій, це проводиться разом з обговоренням у класі і пропозиціями своїх варіантів поведінки, отже відбувається відпрацювання конструктивні форми поведінки у різних складних життєвих ситуаціях.

Новизна проблеми

Сьогодні у різних країнах діє безліч програм, спрямованих на вирішення проблеми цькування у школі. Ступінь участі школи у таких програмах різна, але у всіх цих програмах є загальні параметри:

- регулярне анонімне опитування школярів про поширеність випадків насильства;
- обговорення проблеми булінгу у класах, на загальношкільних і батьківських зборах;
- розробка самими учнями (з участю і з допомогою дорослих) кодексу поведінки;
- посилення нагляду вчителів за вихованцями на перервах, у їдальні, на спортмайданчику і у дворі навчального закладу;
- навчання шкільного персоналу стратегіям профілактики цькування і втручання при виникненні насильства серед дітей.

Начебто ця система охоплює досить широкий спектр попередження, але їй не вистачає мобільності, креативного і цікавого підходу, а також багато корекційних програм довготривалі в своєму застосуванні, а при нинішній освітній ситуації, де учні мають велике навантаження через навчальну та позашкільну залученість, не мають змоги систематично відвідувати корекційні заняття. Ось тут і згодиться психологічна трансформаційна гра «Розумій! Вирішуй! Дій!».

Основна її особливість – це доступність викладу інформації в цікавій і зрозумілій формі дітям, девіз яких – «граючи – навчайся», та може бути застосована не лише психологом і соціальним педагогом, але й класним керівником, адже не потребує тривалої підготовки та проста в застосуванні.

Настільні психологічні ігри (або трансформаційні ігри) є порівняно новим інструментом роботи з психікою людини, який встиг зарекомендувати себе як абсолютно безпечний, найменш травматичний та при цьому достатньо ефективний спосіб звернутись до тої прихованої, витісненої інформації, емоцій, почуттів, страхів та переживань, що містяться в людській підсвідомості.

Трансформаційна гра орієнтована на роботу з особистими запитами учасників, і направлена на знаходження оптимальних рішень та подолання особистісних криз та складних ситуацій, а також на досягнення персональних цілей учасників. Тобто зберігається не тільки командна робота, але й індивідуальна в середині команди, а це вже дуалістичний процес корекційної взаємодії.

Говорячи простою мовою, трансформаційна гра – це певний мікс групової психотерапії, елементів коучингу та гри, з додаванням концептуальної (іноді езотеричної чи містичної) складової.

Загальною особливістю всіх ігор є особистий запит на гру (актуальна ситуація чи питання, що потребує розрішення, запит на досягнення цілі) та індивідуальне просування по грі (без задачі перемогти інших), з основною задачею учасників пройти через різні стани (різні ділянки ігрового поля).

Ще один важливий момент: відбувається розгортання життєвого сценарію людини в безпечному ігровому просторі, сама особистість стає і гравцем, і тим, хто за цим спостерігає. Трансформаційна психологічна гра дає такі позитивні аспекти:

- усвідомлення перешкод (це можуть бути звичні шаблони, страхи, фобії, стереотипи як вірусні програми підсвідомості), що заважають рухатися вперед;
- розвиток інтелекту, креативності;
- помилковість у цілі, наміри, мрії (нав'язані цілі, бажання);
- опрацювання особистісних якостей;
- усвідомлення своєї цілісності і також усвідомлення себе частиною чогось більшого (духовний аспект гри);
- розкриття внутрішнього потенціалу, прихованих ресурсів;
- розв'язання конфліктних ситуацій;
- можливість програти роль одного з учасників булінгу без переживання негативного досвіду.

Отже, впровадження інноваційних технологій в освітній процес є важливим кроком для кращого засвоєння знань, вдосконалення вмінь та навичок. Використання ігрових технологій у роботі психолога дасть можливість засвоювати знання і навички не примусово, а зацікавити учнів і занурити у сам процес корекційної психологічної гри, яка надає гравцям можливості «проживання» в іншій світоглядній системі.

Слід зазначити, що подібна можливість дуже рідко виникає в реальному житті, але її вплив на розвиток особливості людини важко переоцінити. Здатність «подивитися на світ чужими очима» є одним з важливих чинників, що забезпечують розуміння інших, не схожих на тебе людей, та більш адекватне саморозуміння.

Профілактична та корекційна роль психологічної гри «Розумій! Вирішуй! Дій!»

Ігрова психотерапія – метод психотерапевтичного впливу на дітей і дорослих з використанням гри.

Сьогодні гра, без перебільшення, є найпопулярнішим видом психологічної роботи як з дітьми, так і з дорослими. Перш за все, тому що гра – це цілісний стан душі. Гра захоплює людину повністю. Це єдність думок, почуттів і руху. Це гармонія життя в образі, ролі, ситуації, світі. Крім того, гра – це унікальний фантастичний простір, що має величезний творчий потенціал. Можна творити себе, свої відносини з іншими, своє майбутнє і майбутнє світу в абсолютно безпечній атмосфері і ситуації. Характерна особливість гри – її двоплановість, тобто:

- гравець виконує реальну діяльність, пов'язану з рішенням конкретних задач;
- ряд аспектів цієї діяльності носять умовний характер, що дозволяє відволіктися від реальної ситуації з її відповідальністю та багатьма обставинами.

Двоплановість гри обумовлює її розвивальний ефект.

Структуру дитячої гри складають: ролі, взяті на себе гравцями, ігрові дії як засіб реалізації цих ролей, ігрове застосування предметів – заміщення реальних предметів ігровими (умовними), реальні стосунки між гравцями.

Одиниця гри і в той же час центральний момент, який об'єднує всі її аспекти – роль.

Сюжет гри – відтворювальна дійсність.

Зміст гри – те, що відтворюється дітьми як головний момент діяльності і відносин.

У грі відбувається формування довільної поведінки дитини і її соціалізація.

Отже, можна зробити висновок, що основними психологічними механізмами корекційного впливу гри в даному випадку є:

1. Моделювання системи соціальних стосунків в наочно дієвій формі в особливих ігрових умовах.
2. Зміна позиції дитини в напрямку подолання пізнавального і особистісного егоцентризму і послідовної децентрації, завдяки чому відбувається усвідомлення власного «я» у грі і зростає рівень соціальної компетентності і здібності до вирішення проблемних ситуацій.
3. Формування реальних відносин партнерства та співробітництва.
4. Організація поетапної обробки в грі нових, більш адекватних способів орієнтування дитини в проблемних ситуаціях, їх інтеріоризація, засвоєння.
5. Формування здібності дитини до довільної регуляції діяльності на основі підпорядкування поведінки системі правил.

Гра «Розумій! Вирішуй! Дій!» надає такі психолого-педагогічні можливості: широкі можливості для розвитку і саморозвитку, так як людина знаходиться у стані «максимальної готовності» до цього; надає значні можливості для формування саморегуляції, навичок планування, самоконтролю і самооцінки; дозволяє осмислити і зрозуміти себе, побачити (відчути) перспективи зміни, побудувати нові моделі поведінки, навчитися по-іншому ставитися до світу і себе; розвиває важливі соціальні навички і вміння, здібність

до емпатії, кооперації, вирішенню конфліктів шляхом співпраці, вчить людину бачити ситуацію очима іншого.

Але найголовнішим аспектом є те, що дитина включається в гру цілковито: всім своїм інтелектуальним, особистісним, емоційним потенціалом, своїм життєвим досвідом і творчими ресурсами. При цьому це й сумісна діяльність, що передбачає колективну взаємозалежність і збільшення особистих можливостей через залучення потенціалу інших учасників.

Єдине, що не варто ніколи забувати про встановлення фокусу корекційного процесу на почуттях і переживаннях дитини (необхідно добитися відкритого вербального вираження дитиною своїх почуттів, стати для дитини своєрідним дзеркалом, в якому вона може побачити себе).

Тобто корекційний процес можливий лише тоді, коли психолог чутливий до почуттів дитини, висловлює віру в можливості дитини прийняти на себе ту чи іншу роль.

Структура заняття

№ з/п	Види роботи	Орієнтована тривалість, хв.	Необхідний матеріал
ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ № 1			
1.	Привітання	5	
2.	Знайомство. Вправа «Моє ім'я»	10	клубочок або м'ячик
3.	Прийняття правил роботи групи	15	плакат «Правила нашої групи»
4.	Інформаційне повідомлення «Булінг у шкільному середовищі»	10	відео
5.	Анкетування на виявлення проявів булінгу в колективі. Обговорення анкетування	15	анкета
6.	Гра «Біла ворона»	10	
7.	Вправа «Послухай тишу»	5	
8.	Рефлексія. Прощання	10	
ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ № 2			
1.	Привітання	5	
2.	Вправа «Приємні літачки»	10	
3.	Повторювання правил роботи групи	5	плакат «Правила нашої групи»
4.	Вправа «Вдячність, добро»	15	аркуші паперу, ручки, олівці.
5.	Вправа «Збір валіз»	15	

6.	Вправа «Подарунок»	15	
7.	Вправа «Скринька безпеки»	5	
8.	Рефлексія. Прощання	10	

*Конспекти занять за посиланням:

https://drive.google.com/file/d/1_PoYjb9yI1HOobjtXLjeZCMOo198-Cxr/view?usp=sharing

Рекомендовані джерела

1. Бочкор Н. П., Дубровська Є. В., Залеська О. В. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. рек. / Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В.Залеська та ін. – Київ: МЖПЦ «Ла Страда – Україна», 2014.

2. Дозорець Л. Корекція агресивності у дошкільників / Л. Дозорець. Психолог. – 2006. – № 9.

3. Знай та захищай свої права. Робочий зошит. – К., 2006.

4. Король А. Причини та наслідки явища боулінгу. Відновне правосуддя в Україні./ А. Король. – 2009. № 1-2(13).

5. Лемак М. В., Петрище Ю. В. Психологу для роботи: діагностичні методики./ М. В. Лемак, Ю. В. Петрище.: [збірник психодіагностичних методик] – Ужгород, 2011.

6. Морено, Я.Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе / Пер. с англ. А. Боковикова. – М.: Академический Проект, 2001.

7. Марія Бурмака & Peter Yarrow «Повага дією – Operation Respect Ukraine» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=s5dHRDM1cE4>

8. Не смійся з мене. Посібник для вчителя. Проект «Повага Дією» (Ярроу П., Лора Паркер Рерден)

9. Психологічний супровід навчально-виховного процесу. Навчально-методичний посібник / Д. Д. Романовська, Л. В. Кирилецька. – Психологія: [електронний посібник]. – Чернівці: ІППОЧО, 2015.

10. Посібник для батьків учнів початкових і середніх шкіл. Комплекс дій для батьків, видання про підлітків: Що можуть зробити батьки, щоб допомогти своїм дітям-підліткам досягти успіху. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.edu.gov.on.ca/eng/multi/ukrainian/BullyingUK.pdf>

11. Федосенко Е. В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. Монография. – СПб.: Речь, 2008.

Висновки

Сьогодні, психокорекція – це система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини за допомогою спеціальних заходів психологічного впливу. Науковці зазначають, що засоби психологічної корекції мають певні особливості, серед яких найважливішими є наступні: психокорекція орієнтована на клінічно здорову особистість, на здорові сторони особистості незалежно від ступеня їх порушень; у психокорекції орієнтуються на теперішнє і майбутнє людини; психокорекційні впливи спрямовані на зміну поведінки і розвиток особистості; психокорекція відрізняється від психологічного розвитку тим, що має справу з уже сформованими якостями особистості чи видами поведінки і спрямована на їх переробку, в той час як основна задача розвитку полягає в тому, щоб при недостатньому розвитку сформувати у людини психологічні якості [1, с. 44].

З розвитком практичної валеології та практичної психології поняття «корекція» стало все ширше використовуватися у віковій психології і психологічній допомозі не тільки дітям з проблемами у розвитку, але і з нормальним психічним розвитком. Розширення сфери використання психологічної корекції в роботі із здоровими дітьми обумовлене наступними причинами:

а) активним упровадженням в систему навчання нових освітніх програм, успішне засвоєння яких вимагає максимального розвитку творчого та інтелектуального потенціалу дитини;

б) гуманізацією процесу освіти, яка неможлива без диференційного підходу до навчання дитини і вимагає врахування індивідуально-психологічних особливостей кожного учня і, у відповідності до цього, різноманітних способів психолого-педагогічної корекції [1, с. 50].

У зв'язку з цим відбулися принципові зміни характеру задач і напрямків корекційно-розвиткових впливів – від виправлення дефектів при порушеному розвитку до створення оптимальних можливостей і умов для психічного розвитку здорової дитини.

Список використаних джерел

1. Баришполь С. В. Посібник практичного психолога: психодіагностика, тестування, розробки уроків психічного розвитку./ С. В. Баришполь. – Х.: Вид.група «Основа», 2009. – 267 с.
2. Бажутина С. Б. Практическая психология в вузе и школе / С. Б. Бажутина. Г. Г. Воронина, И. П. Булах. – Луганск: Янтарь, 2000. – 113 с.
3. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» /А. Бойко. - за заг. ред. проф. Є. І. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
4. Бовть О. Психокорекційна робота по попередженню агресивності у дітей молодшого шкільного віку. Практична психологія та соціальна робота./ О. Бовть., 1998. № 6-8. С.
5. Бондаренко О. Ф. Психологическая помощь: теория и практика: Учеб. пособие / О. Ф. Бондаренко. – К.: Укртехпрес, 1997. – 216 с.
6. Дубровина И.В. Психология: Учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан; Под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 464 с.
7. Демьянов Ю. Г. Основы психопрофилактики и психотерапии: Пособие для студентов психол. ф-тов унтов / Ю. Г. Демьянов. – СПб: Паритет, 1999. – 224 с.
8. Марінушкіна О. Є. Замазай Ю. О. Корекційні програми на допомогу практичному психологу ДНЗ./ О. Є. Марінушкіна, Ю. О. Замазай. – Харків.: Вид-во «Основа», 2008 – 204с.
9. Немов Р. С. Психология. – В 3 кн. / Р. С. Немов. – М.: Владос, 2001. – Кн. 2: Психология образования. – 608 с.
10. Яценко Т. С. Психологічні основи групової психокорекції / Т. С. Яценко. – К.: Либідь, 1996. – 264 с.

Корекційно-розвиткові програми

*(з досвіду роботи працівників психологічної служби
системи освіти Кіровоградської області)*

Збірник матеріалів

Підписано до друку 08.07.2020 р.
Формат 60×84 1/16. Папір офсетний.
Гарнітура «Times New Roman». Друк – принтер. Тираж 100 прим.
Зам. № 334

КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», вул. Велика Перспективна, 39/63,
Кропивницький, 25006
Віддруковано в лабораторії інформаційно-методичного забезпечення освітнього
процесу КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського»,
вул. Велика Перспективна, 39/63, Кропивницький, 25006