

Департамент освіти Полтавської міської ради
Комунальний заклад «Полтавська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 22
Полтавської міської ради Полтавської області»

**Формування сприятливого психологічного клімату в
учнівському колективі через розвиток навичок соціальної
взаємодії**

РОЗВИВАЛЬНА ПРОГРАМА

Автор-упорядник –
Хребтова-Краузе Юлія Валеріївна,
практичний психолог, соціальний педагог
Комунального закладу «Полтавська
загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів №22
Полтавської міської ради Полтавської
області»

Полтава – 2022

Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії: розвивальна програма / Ю.В. Хребтова-Краузе. Полтава, 2022. 72 с.

Рецензенти:

Марина Рева – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

Наталія Беседа – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я людини Маріупольського державного університету

Затверджено до використання в закладах освіти Полтавської області експертною комісією з експертизи психологічного, соціологічного інструментарію при навчально-методичному кабінеті психологічної служби ПАНО ім. М.В. Остроградського (протокол № 31 від 04.11.2022 р.)

Розвивальна програма «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії» призначена для роботи з учнями молодшого підліткового віку, що мають проблеми міжособистісних взаємин із ровесниками, у ставленні до шкільного колективу, його несформованості, що характеризуються підвищеною конфліктністю. У програмі представлені технології формування навичок конструктивних форм поведінки, самоконтролю і нового досвіду спілкування, самопізнання та самоусвідомлення учнями власного образу «Я».

Практичне використання даної програми сприятиме формуванню соціально-психологічного клімату, як умови успішності освітньої діяльності, життєвої компетентності та соціалізації учнів. Основний наголос зроблено на узагальненні досвіду формування позитивної спрямованості соціально-психологічного клімату колективу методами активного соціально-психологічного навчання.

Адресовано соціальним педагогам, практичним психологам закладів освіти.

ЗМІСТ

№ з/п	Назва розділу	Номер сторінки
1.	ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА.....	4
2.	ПЛАН-СІТКА ПРОГРАМИ.....	8
3.	КОНСПЕКТИ ЗАНЯТЬ	15
4.	МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	42
5.	КРИТЕРІЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ.....	45
6.	ВІДОМОСТІ ПРО АПРОБАЦІЮ ПРОГРАМИ.....	48
7.	СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	49
8.	ДОДАТКИ.....	50

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми. В суспільстві існує перманентна потреба у формуванні сприятливого психологічного клімату в колективі. Проблема полягає в тому, що в реальному житті соціально-психологічний клімат у малих групах часто не відповідає очікуванням особистостей.

Учнівський колектив – офіційне об'єднання дітей задля навчання в освітніх закладах. Така спільність має власні цілі, що безпосередньо не збігаються з цілями кожного її члена. Ступінь згуртованості є показником психологічного клімату учнівського колективу, який відображає ступінь задоволеності учнів існуючими міжособистісними стосунками. Психологічний клімат зумовлює самопочуття кожного учня, впливає на продуктивність спільної діяльності [2].

У більшості визначень науковців загальним є твердження про те, що соціально-психологічний клімат – це притаманний певному колективу стійкий психічний настрій, який здійснює значний вплив на взаємодію та взаємовідносини людей, їх ставлення до праці та навколишнього середовища [10].

Психологічний клімат – це багатогранне утворення, яке має різноманітні структурні елементи, що відображають ставлення членів освітніх колективів:

- до спільної справи;
- одне до одного;
- до світу в цілому;
- до самих себе.

Зміст і спрямованість психологічного клімату певною мірою визначає ступінь залучення кожного члена колективу до спільної діяльності, рівень його навчальної та соціальної активності. У колективах, де панує клімат із позитивною спрямованістю, міжособистісні стосунки переважно позначені взаємоповагою та взаємною підтримкою. Стосовно опосередкованих виявів психологічного клімату, то варто відзначити роль психологічного клімату у формуванні відповідного ставлення членів колективу до світу в цілому. Це виявляється, насамперед, у ступені задоволення потреб вищого порядку членами освітніх колективів, а саме:

- належність до соціальної групи;
- повага;
- самовираження.

Можна виділити наступні ознаки сприятливого психологічного мікроклімату:

- довіра членів колективу одне до одного;
- доброзичливість;
- вільне вираження власної думки кожного з членів групи при обговоренні питань, які стосуються всього колективу;
- задоволеність приналежності до групи;
- високий ступінь емоційної включеності та взаємодопомоги;
- прийняття на себе відповідальності за стан справ як колективом у цілому, так і кожним із його членів.

Психологічний клімат в учнівському колективі має значний вплив на всі сторони життєдіяльності та соціальної взаємодії учасників освітнього процесу. Тому виникає необхідність усебічного вивчення такого феномену, як психологічний клімат.

Вивчення психологічного клімату школи включає в себе комплексне дослідження рівня сприятливого психологічного становища в усіх мікрогрупах [17].

Щоб сформувати з окремих, доволі різних особистостей, єдиний організм – колектив класу, об'єднати учнів, потрібно враховувати закономірності групового розвитку. Для того, щоб група учнів стала згуртованим колективом, необхідно подолати всі етапи формування колективу, що може тривати роками. Психолог, соціальний педагог, впроваджуючи дану розвивальну програму, мають можливість скоротити цей період. «Ефект групи» під час розвивальної роботи, як спеціальний спосіб впливу на індивідів, використовували К. Левін, Дж. Морено, Дж. Пратта, К. Роджерс. Багатьом відомі слова К. Левіна про те, що «легше змінити індивідів, зібраних у групу, ніж змінити кожного з них окремо».

У згуртованому колективі роль кожного з його членів має відповідати завданню, що розв'язує клас в цілому. Тобто, завдяки конструктивним взаємодіям у колективі, учні підвищують свою особистісну гнучкість, тому їх соціалізація відбувається успішніше [4].

У сучасних умовах суспільного розвитку зростає роль особистості як творця соціального світу. Особливості соціального життя дитини накладають певний відбиток на особистісні ознаки, на самооцінку, самоповагу.

Тому дедалі більшу тривогу вчителів загальноосвітньої школи викликає збільшення кількості дітей із заниженою самооцінкою, у соціумі сором'язливих, невпевнених у собі. Це призводить до появи в колективах ізольованих членів, яких не приймають у колективі [5].

Особливо актуальною майже в кожного школяра є проблема міжособистісних взаємин із ровесниками, ставлення до шкільного колективу, його несформованість, яка характеризується підвищеною конфліктністю. Також суттєвим чинником, який визначає ефективність учнівського колективу, є така складова психологічного клімату, як ставлення учнів до самих себе [3]. На віковий період 10-12 років, припадає перехід дітей з початкової школи в середню, що пов'язано і з процесом адаптації.

Отже, формування та вдосконалення соціально-психологічного клімату – це постійне практичне завдання всіх учасників освітнього процесу.

Для створення сприятливого психологічного клімату в учнівському середовищі важливі в однаковій мірі як висока мотивація до навчання, система ставлень членів колективу одне до одного, до своєї діяльності та до діяльності оточуючих, так і наявність в учнів навичок позитивної взаємодії. Для цього в практиці мають широко застосовуватись інтерактивні методи покращення мікроклімату в колективі та засоби неформального зближення учасників освітнього процесу. Це можливо здійснити шляхом створення справжньої команди однодумців, у якої наявні загальні цілі та прагнення, загальне бачення шляхів розвитку та оптимізації стосунків у колективі.

Дана програма дасть змогу практичним психологам, соціальним педагогам та класним керівникам згуртувати класний колектив, підвищити рівень адаптації в ньому, змінити внутрішні стимули поведінки школярів, зменшити кількість соціально дезадаптованих дітей, що знаходяться в групах ізольованих, а також ріст негативних особистісних тенденцій, що перешкоджають соціалізації школярів.

МЕТА. Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок взаємодії з іншими людьми.

Завдання:

- розвиток комунікативних навички, асертивності;
- розвиток здатності вирішувати проблеми;
- навчання прийомів опанування власними емоціями;
- підвищення рівня самооцінки і мотивації;
- розвиток стресостійкості, зниження тривожності;
- підвищення віри учнів у себе, свої сили та можливості;
- формування адекватного ставлення до своїх успіхів і невдач;
- розвиток навичок впевненої поведінки;
- сприяння згуртуванню класу;
- формування поваги одне до одного і взаєморозуміння.

Категорія учасників

Вік: 10 – 12 років.

Загальний час. Тривалість програми: 12 годин.

Кількість учасників: 18-24.

Кількість занять: 12.

Тривалість 1-го заняття: 60 хвилин, частота зустрічей – 1 раз на тиждень. Кількість годин на виконання занять може бути збільшеною в залежності від ступеня реалізації програмових завдань. Час на виконання вправ може бути збільшений в залежності від ступеня досягнення їх мети.

Опис вимог до матеріально-технічного оснащення для реалізації Програми: приміщення площею не менше 25-30 кв. м.

Обладнання: стільці, фліпчарт, інтерактивна дошка, проектор, ноутбук, ватман, папір (*відповідно до кількості учасників*); малюнок «Шкільний шлях».

Інструменти: олівці, ручки (*відповідно до кількості учасників*), фломастери, стікери (*вдвічі більше, ніж кількість учасників*), крейда, маркери, клубок ниток довжиною 30 м, картонні кружечки по три штуки на кожного учня (*кольори: червоний, жовтий, зелений*); флешка з презентацією та інструментальними композиціями, газети, шматочки м'якого дроту довжиною 10 см; шпильки; м'яка іграшка або м'яч.

Вимоги до фахівця, який впроваджує програму. Фахівець психологічної служби, який впроваджує Програму, повинен мати освіту практичного психолога або соціального педагога, базову підготовку в галузі психології, підготовку в здійсненні на практиці розвивальних методів, які використовуються у Програмі.

Послідовність етапів реалізації програми. Розвивальна програма «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії» складається з таких основних етапів: діагностичний і розвивальний.

Діагностичний блок складається з 2 занять (попередньої та повторної діагностики).

Кожне з занять діагностичного блоку, містить методики: «Самооцінка та соціальні очікування» Т. Габріяла (модифікація методики самооцінки Т.В. Дембо – С.Я. Рубінштейна) [6], соціометрія [7], опитувальник Боврозера у модифікації Ю.

Гільбуха «Мій клас» [6], тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату колективу» А.Ф. Фідпера [7], анкета для оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації Н. Лусканової [7].

Діагностичний блок спрямований на оцінку чинників, що впливають на рівень психологічного клімату в учнівському колективі та контроль результатів розвивальної роботи.

Розвивальний блок складається з 10 занять.

Заняття 1 - «Я» і наші правила».

Заняття 2 - «Я» і мої однокласники».

Заняття 3 - «Я» і мої можливості».

Заняття 4 - «Я» і мої почуття».

Заняття 5 - «Я» і Дружба».

Заняття 6 - «Я» і Взаємодія».

Заняття 7 - «Я» і Взаємодія».

Заняття 8 - «Я» не один».

Заняття 9 - «Я» і «Ми»».

Заняття 10 - «Я» і «Ми» разом».

Розвивальний блок спрямований на набуття учнями навичок позитивної вербальної та невербальної комунікації; побудову сприятливих взаємовідносин у групі; розвиток взаємної підтримки, довіри, емпатії; вироблення навичок ведення конструктивної комунікації; підкріплення впевненості учнів у своїх силах та можливостях; коригування самооцінки учнів; підвищення рівня згуртованості класного колективу.

Опис способів контролю динаміки розвивальної роботи: проведення попереднього вивчення статусів учнів у колективі, рівня благополуччя взаємин, їх самооцінки та мотивації; отримання узагальненої характеристики колективу на початку проведення занять за Програмою та повторної діагностики після проходження Програми.

Ефективність застосування Програми визначається суттєвим зменшенням кількості учнів із несприятливим соціальним статусом у колективі, підвищенням кількості учнів, задоволених шкільним життям, підвищенням рівня самооцінки, мотивації та шкільної адаптації.

Очікувані результати: підвищення здатності до саморегуляції та рівня самооцінки учнів, зниження тривожності, поліпшення міжособистісних стосунків в учнівському колективі, відповідно і підвищення рівня особистісної адаптованості.

По закінченню занять за даною Програмою учні мають набути навичок безконфліктної взаємодії, толерантного ставлення до інших, розвинути емпатію, комунікативну культуру, підвищити самооцінку.

Завдання консультативної роботи: проведення тематичних консультацій для вчителів та батьків щодо вікових та індивідуальних особливостей дітей з ознаками дезадаптації. Надання рекомендацій батькам і вчителям щодо полегшення процесу адаптації, уникнення порушень у формуванні особистості, втрати контакту з дітьми і зниження мотивації до навчання, підвищення ефективної взаємодії з підлітками.

ПЛАН-СІТКА РОЗВИВАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ

Завдання	Назви вправ	Час	Критерії успіху
ДІАГНОСТИЧНИЙ БЛОК			
Заняття 1 (60 хв.)			
Завдання 1. Оцінка системи міжособистісних взаємин у групі	Методика «Соціометрія»	10 хв.	Учні виконують завдання за інструкцією
Завдання 2. Отримання узагальненої характеристики групи	Опитувальник «Мій клас»	10 хв.	
Завдання 4. Отримання інформації про рівень самооцінки учнів	Методика «Самооцінка та соціальні очікування»	15 хв.	
Завдання 5. Оцінка рівня шкільної мотивації	Анкета «Оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації» Н. Лусканової	10 хв.	
Завдання 6. Оцінка ступеня сприятливих умов у колективі	Тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату в колективі»	15 хв.	
РОЗВИВАЛЬНИЙ БЛОК			
Заняття 1 (60 хв.)			
Завдання 1. Встановлення контакту між учасниками групи	Вправа «Ім'я та якість»	10 хв.	Учасники виявляють свою активність, даючи відповіді, оцінюючи свої якості
Завдання 2. Навчання ефективних способів спілкування з однолітками на основі аналізу цілей, намірів,	Вправа «Правила»	35 хв.	Учасники включаються в роботу, пропонують правила, необхідні, на їх думку, при взаємодії в

потреб учасників			групі
Завдання 3. Розвиток навичок самопізнання, створення сприятливих умов для роботи групи	Вправа «Колір мого настрою»	10 хв.	Учасники аналізують власні почуття та настрої, результат озвучують під час обговорення
Завдання 4. Розвиток навичок взаємодії	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 2 (60 хв.)			
Завдання 1. Встановлення контакту між учасниками групи	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники активно висловлюються в ході вправи
Завдання 2. Формування навички усвідомлення себе як члена групи	Вправа «Колективне рахування»	10 хв.	Вказується на кількість помилок у виконанні завдання та кінцевий результат
Завдання 3. Формування уявлення про себе та інших членів групи	Вправа «Ті, хто...»	5 хв.	Учасники вказують на наявність спільних рис
Завдання 4. Формування вміння долати труднощі та надавати підтримку іншим	Вправа «Шкільний шлях»	20 хв.	Учасники висловлюють бажання щодо майбутнього
Завдання 5. Навчання позитивного ставлення до себе та своїх можливостей	Вправа «Компліменти»	10 хв.	Учасники озвучують привабливі риси інших учасників групи
Завдання 6. Розвиток вміння надавати підтримку собі та іншим	Вправа «Подорож на газеті»	5 хв.	Вказується кінцевий результат у виконанні завдання
Завдання 7. Розвиток взаємодії	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 3 (60 хв.)			
Завдання 1. Встановлення контакту	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи

між учасниками групи. Налаштування на роботу			
Завдання 2. Вивчення ступеня тривожності учнів	Вправа «Асоціації»	10 хв.	Учасники обмінюються своїми думками про школу
Завдання 3. Оцінка своїх труднощів і визначення свого ставлення до них	Вправа «Температура»	10 хв.	Учасники озвучують своє ставлення до труднощів
Завдання 4. Подолання негативних емоцій, пов'язаних зі школою	Вправа «В гостях у казки»	20 хв.	Учасники вигадують закінчення розповіді
Завдання 5. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей	Вправа «Мій портрет у променях сонця»	10 хв.	Учасники визначають власні можливості
Завдання 6. Розвиток навичок взаємодії	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 4 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
	Вправа «Світлофор»	10 хв.	Учасники оцінюють свою роботу на попередніх заняттях
Завдання 2. Розвиток вміння самоаналізу та самовираження, сприяння зняттю напруги	Вправа «Чарівна емблема»	10 хв.	Учасники створюють емблеми
	Вправа «В гостях у казки»	15 хв.	Учасники малюють свої почуття
Завдання 3. Розвиток навичок співпраці, взаємодії та комунікативних здібностей	Вправа «Гірська стежина»	15 хв.	Учасники діють за інструкцією
	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 5 (60 хв.)			

Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Розвиток навичок дружніх взаємин, роботи в групі, взаємоповаги, слухання та висловлювання свої думки	Вправа «Подорож до планети Дружба»	40 хв.	Учасники виконують завдання, презентують свої напрацювання
	Вправа «Дружба – це...»	10 хв.	
Завдання 3. Розвиток навичок взаємодії	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 6 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Розвиток навичок групової згуртованості	Вправа «Вавилонська вежа»	10 хв.	Учасники будують вежу
Завдання 3. Навчання позитивного ставлення до своїх можливостей	Вправа «Я – хвостик»	10 хв.	Учасники активно повторюють задані ведучим рухи
Завдання 4. Формування згуртованості групи, навчання прийняттю спільного рішення	Вправа «Аварія корабля»	15 хв.	Учасники приймають і озвучують спільне рішення
	Вправа «Стілець»	15 хв.	
Завдання 5. Розвиток навичок взаємодії	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 7 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Навчання розумінню слабких та сильних сторін свого характеру, формування	Вправа «Величне ім`я»	20 хв.	Учасники визначають і озвучують риси свого характеру

позитивної самооцінки			
Завдання 3. Розвиток навичок ефективної взаємодії, навчання розумінню одне одного, довірі, демонстрація досвіду підвищення ефективності й продуктивності в командній взаємодії	Інформаційне повідомлення «Взаємодія»	10 хв.	Учасники слухають повідомлення
	Вправа «Червоне – Чорне»	20 хв.	Учасники виконують завдання, презентують свої напрацювання
	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 8 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Розвиток навички вироблення стратегії співпраці та координації взаємних дій у побудові міжособистісних відносин, згуртування колективу, підвищення розуміння ролі комунікації у взаємодії	Вправа «Теремок»	40 хв.	Учасники виконують завдання, презентують свої нароби
	Вправа «Подарунок»	10 хв.	Учасники озвучують побажання іншим учасникам групи
	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 9 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Сприяння встановленню контакту між учасниками групи	Вправа «Встаньте, скільки назвуть»	5 хв.	Визначається кінцевий результат у виконанні завдання
Завдання 3. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей	Вправа «Який Я»	10 хв.	Учасники складають список особистих рис, відповідно до яких встановлюють власника
	Вправа «Вгадайте, де Я»	20 хв.	
Завдання 4. Досягнення внутрішньогрупової	Вправа «Сліпий і поводитир»	15 хв.	Учасники виконують завдання

згуртованості, сприяння зниженню тривожності, навчання сприйняттю себе як члена колективу	Вправа «До побачення»	5 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Заняття 10 (60 хв.)			
Завдання 1. Налаштування на роботу	Вправа «Привітання»	2 хв.	Учасники синхронно виконують задані рухи
Завдання 2. Розвиток навички самопізнання	Вправа «Чарівний ярмарок»	18 хв.	Учасники виконують завдання, презентують свої напрацювання
Завдання 3. Навчання довіри одне одному. Формування почуття єдності з іншими людьми, почуття самоцінності, навчання прийняттю одне одного	Вправа «Ми пов'язані»	10 хв.	Визначається кінцевий результат у виконанні завдання
	Вправа «Які ми?»	8 хв.	
Завдання 4. Підвищення рівня групової згуртованості, навчання прийняттю спільних рішень	Вправа «Наш всесвіт»	10 хв.	Учасники виконують завдання, презентують свої напрацювання
	Вправа «Рефлексія»	10 хв.	Учасники озвучують свої враження від занять і побажання іншим учасникам групи
	Вправа «До побачення»	2 хв.	
ДІАГНОСТИЧНИЙ БЛОК			
Заняття 2 (60 хв.)			
Завдання 1. Оцінка системи міжособистісних взаємин у групі	Вправа «Соціометрія»	10 хв.	Учні виконують
Завдання 2. Отримання узагальненої характеристики групи	Опитувальник «Мій клас»	10 хв.	
Завдання 4. Отримання інформації про рівень	Методика «Самооцінка та соціальні	15 хв.	

самооцінки учнів	очікування»		завдання за інструкцією
Завдання 5. Оцінка рівня шкільної мотивації	Анкета «Оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації» Н. Лусканової	10 хв.	
Завдання 6. Оцінка ступеня сприятливих умов у колективі	Тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату в колективі»	15 хв.	

КОНСПЕКТИ ЗАНЯТЬ

ДІАГНОСТИЧНИЙ БЛОК ЗАНЯТТЯ 1.

ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ, РІВНЯ САМООЦІНКИ, НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ ТА ШКІЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ УЧНІВ

МЕТА. Оцінка системи міжособистісних взаємин, вивчення міжособистісних стосунків в групі: визначення рівня сформованості класного колективу, отримання інформації про реально існуючі зв'язки між учасниками освітнього процесу, виявлення кола референтних осіб для учнів, оцінка взаємодії членів колективу; виявлення особливостей розвитку особистісної та емоційної сфери учнів; визначення основних зон розвитку.

ОБЛАДНАННЯ: бланки відповідей за кількістю учасників діагностування, ручки.
Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Методика «Соціометрія» (Додаток 1)

МЕТА. Оцінка системи міжособистісних взаємин, взаємозв'язків між членами колективу в процесі їх безпосереднього спілкування, виявлення структури колективу, виділення лідерів та ізольованих; визначення структури неформальних стосунків малої соціальної групи за критерієм симпатії – антипатії; ступеня психологічної сумісності окремих членів групи; виявлення внутрішньогрупових підсистем (*мікрогруп*) та їх неформальних лідерів.

Тривалість 10 хвилин.

Форма проведення – групова.

ХІД РОБОТИ. Пропонуємо вам взяти участь у дослідженні, яке спрямоване на покращення психологічного клімату у вашій групі. Уся інформація, отримана в ході дослідження, є конфіденційною. Вона не буде розголошена в групі, кожен із вас зможе дізнатися про свої результати індивідуально.

Для заповнення картки вам необхідно:

- у відповідних рядках бланку вказати своє прізвище та ім'я, клас, школу та дату проведення дослідження;
- уважно прочитати перше запитання і відповідно до нього вибрати і записати прізвища та імена трьох учасників вашої групи;
- аналогічно дати відповідь на друге, третє та четверте запитання [7].

2. Опитувальник «Мій клас» (Додаток 2)

МЕТА. Діагностика ставлення учнів до свого класу, отримання узагальненої характеристики групи.

Тривалість 10 хвилин.

Форма проведення - групова.

Хід опитування. Пропонуємо вам відповісти на запитання анкети, які спрямовані на те, щоб з'ясувати, яким є ваш клас. Обведіть кружечком слово «Так»,

якщо ви згодні з даним твердженням, і слово «Ні», якщо не згодні з цим твердженням [6].

3. Методика «Самооцінка та соціальні очікування» (Додаток 3)

МЕТА. Виявлення рівня і диференційованості самооцінки учня та отримання матеріалу для висновків про сприйняття дитиною її стосунків із учителем та однокласниками.

Тривалість 15 хвилин.

Форма проведення – групова.

ХІД РОБОТИ. Пропонуємо вам оцінити себе за трьома критеріями: «хороший учень», «хороший товариш», «цікава людина». Ви будете це робити за допомогою відрізків. Чим вища оцінка, тим вище на відрізьку ви маєте поставити риску. Отже, найвища оцінка у верхній точці відрізьку, найнижча – у нижній точці. Працюючи з першою групою відрізьків, ви оцінюєте себе, так би мовити, «від себе», тобто так, як ви про себе насправді думаєте. У другій групі відрізьків ви маєте дати оцінку собі «від імені вчителя»: як би вас оцінив ваш учитель? У третій групі відрізьків ви ставите собі оцінку, яку б вам дали однокласники.

Роботу починаємо з першої групи відрізьків. Тільки після того, як усі завершать працювати з першою групою відрізьків, переходимо до другої групи. Так само до третьої групи переходимо тільки тоді, коли всі завершать роботу з другою групою відрізьків».

Перед переходом до іншої групи відрізьків психолог, соціальний педагог уточнює завдання [6].

4. Анкета «Оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації» Н. Лусканової (модифікована) (Додаток 4)

МЕТА. Оцінка рівня шкільної мотивації.

Тривалість 10 хвилин.

Форма проведення – групова.

Хід анкетування. Пропонуємо вам відповісти на запитання анкети, які спрямовані на те, щоб з'ясувати, як ви себе почуваєте в школі: що подобається, а що – ні. На кожне запитання ви можете відповісти «так» (+) або «ні» (-). В анкеті немає «правильних» чи «неправильних» відповідей. Відповідайте так, як ви відчуваєте [7].

5. Тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату в колективі» (Додаток 5)

МЕТА. Оцінка рівня соціально-психологічного клімату та ступеня сприятливих умов у колективі.

Тривалість 15 хвилин.

Форма проведення – групова.

Хід анкетування. Пропонуємо вам відповісти на питання, використовуючи схему. Вам необхідно прочитати вислови зліва, потім – справа, а потім відмітити ту оцінку, яка найбільше відповідає запиту [7].

РОЗВИВАЛЬНИЙ БЛОК

ЗАНЯТТЯ 1 «Я» І НАШІ ПРАВИЛА

МЕТА. Сприяння створенню довірливої, дружньої атмосфери в групі, обговорення способів взаємодії, створення передумов для ефективної роботи, формування довіри, емоційного комфорту і захищеності, обговорення та прийняття правил сумісної діяльності.

ОБЛАДНАННЯ: м'яч або м'яка іграшка, аркуші паперу, в тому числі з написом «Нам необхідні правила», лист ватману з написом «Під час спільної діяльності...», фломастери.

Тривалість 60 хвилин.

ХІД ЗАНЯТТЯ

1. Вправа «Ім'я та якість» (10хв).

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД РОБОТИ. Учасники, передаючи м'яч або іграшку, називають своє ім'я і якусь одну свою якість, яка розпочинається з будь-якої букви, яка є в імені або прізвищі. Цю вправу можна виконувати в техніці «Сніговий шар»: кожен наступний учасник повторює все, що було сказано до нього, і додає свої ім'я та якість.

Тренер звертає увагу на різноманіття названих якостей, а також підкреслює, що всі учасники дуже різні, але їм необхідно працювати разом.

Обговорення. Що є необхідним для дуже різних людей, які зібралися разом, для успішності їх спільної роботи?

2. Вправа «Правила» (35 хв).

МЕТА. Навчання ефективних способів спілкування з однолітками на основі аналізу цілей, намірів, потреб учасників; підведення до розуміння необхідності вироблення і дотримання певних правил, за якими будується взаємодія людей у групі; прийняття правила роботи групи.

ХІД ВПРАВИ. Підсумовуючи обговорення попередньої вправи, ведучий спонукає учасників подумати про необхідність додержуватись певних правил. На столі, на дошці або по центру кола закріплюється аркуш із написом «Нам потрібні правила».

Тренер підкреслює: для того, щоб розробити правила, треба зрозуміти, чим потрібно буде займатись учасникам під час занять.

Далі проводиться обговорення у формі відповідей на запитання (*при цьому ведучий просить учасників висловлюватись по черзі і не перебувати одне одного*).

✓ *Навіщо учні відвідують уроки?*

✓ *Чи є правила поведінки на уроках і в чому вони полягають?*

✓ *Чим відрізняється наше сьогоднішнє заняття від уроку?*

✓ *Чи будуть відрізнятись правила поведінки на тренінгах від правил поведінки на уроці? Чому?*

✓ *Як ви вважаєте, що ми будемо робити на наших заняттях?*
(обговорити найцікавіші ідеї).

Обговорення. Тренер порівнює дискусію, коли всі висловлювалися у вільній формі, з обговоренням, коли всі висловлювалися по черзі. Пропонуючи учасникам оцінити, коли їм було зручніше спілкуватися з іншими, звертає увагу на зручність другого варіанту.

Щоб учні переконались у перевагах другого варіанту, тренер пропонує всім одночасно назвати свою домашню адресу, при цьому кожен повинен намагатися, щоб саме його адресу почули оточуючі.

Далі тренер пропонує будь-якому учаснику повторити адресу того, хто знаходився якнайдалі від нього.

Обговорення. Із яких причин не вдалося зрозуміти інформацію?

Далі тренер пропонує сформулювати правила, які записуються на «чернетці»: не перебивати один одного та не заважати одне одному говорити.

Тренер повідомляє, що на заняттях будуть обговорюватись найрізноманітніші життєві питання, причому в кожного може бути власна думка. Підкреслює, що під час занять немає правильних і неправильних відповідей та думок. Навіть якщо учасники будуть сперечатись одне з одним, вони повинні намагатись не сваритись.

Обговорення. Чи мають усі дотримуватись однакової думки?

Формулюється правило – не ображати один одного.

Тренер демонструє чернетку, на якій зроблено три записи: «Не перебивати один одного», «Не заважати один одному», «Не ображати один одного». Підкреслює, що правил може бути дуже багато, але основні вже записані, правда, звучать вони як заборони. Чому?

Обговорення. Як можна заборони перетворити на правила? Як можна змінити фразу, перемістивши частку «НЕ» в інше місце?

Після обговорення тренер пропонує свій (або записаний зі слів учасників) варіант, при цьому кожне правило записане на окремому аркуші:

- будь упевненим, що коли ти говориш, тебе не будуть перебивати;
- роби все, що не заважає присутнім;
- будь упевненим, що тебе ніхто не образить.

Обговорення формулювань правил.

Учасникам пропонується розташувати правила в будь-якому порядку. Вони закріплюються на аркуші ватману, на якому написано «Під час спільної діяльності...» (цей аркуш замінює напис «Нам необхідні правила»).

Один із учасників або троє по черзі читають правила вголос.

Обговорення. Навіщо нам необхідні правила?

Як вони допоможуть під час спільної діяльності?

Із цього моменту «Правила» повинні весь час знаходитись в аудиторії, де проходять заняття.

Під час обговорень, які повинні йти у вільній формі, може виникнути шум в аудиторії. Рекомендується не стримувати учасників, вони самостійно відчують незручність, коли говорять одночасно і не чують одне одного.

3. Вправа «Колір мого настрою» (10 хв)

МЕТА. Розвиток навичок самопізнання, розуміння своїх почуттів від спільної діяльності з однокласниками, обмін враженнями.

ХІД ВПРАВИ. Тренер пропонує учасникам обмінятися враженнями про перше заняття. Передаючи одне одному м'яч або іграшку, повідомити, із яким кольором асоціюється їх настрій. Далі увага учасників звертається на те, що заняття підходить до завершення і потрібно буде попрощатися одне з одним.

Обговорення. Навіщо люди прощаються?

При обговоренні ведучий спонукає дітей дотримуватись правил групи.

У ході висловлювань ведучий підкреслює найбільш цікаві ідеї, пропонує придумати ритуал прощання.

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було сьогодні на занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

4. Вправа «До побачення» (5 хв).

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО-ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола. Це повторюється декілька разів.

ЗАНЯТТЯ 2 «Я» І МОЇ ОДНОКЛАСНИКИ

МЕТА. Профілактика проблем адаптації: мобілізація внутрішніх ресурсів, формування позитивного ставлення до своїх можливостей, усвідомлення себе членом групи, який здатен надавати підтримку, уміння надавати підтримку собі та іншим.

ОБЛАДНАННЯ: аркуш ватману з малюнком «Шкільний шлях», м'яка іграшка, м'яч.

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи.

ХІД ВПРАВИ. Один із учасників говорить привітання або комплімент у такій формі: «Привіт усім, у кого в цей момент гарний настрій!», «Привіт усім, хто любить літо!» і т.п. Ті, кого стосуються ці слова, хором відповідають: «Привіт!». Вправа повторюється декілька разів.

Обговорення. Навіщо люди вітаються?

У чому зміст привітальних жестів та слів?

Підкреслюються найбільш цікаві вислови учнів.

2. Вправа «Колективне рахування» (10 хв)

МЕТА. Мобілізація внутрішніх ресурсів, усвідомлення себе як члена групи.

ХІД ВПРАВИ. Учасники стоять у колі, опустили голову, і не дивляться одне на одного. Необхідно називати по порядку числа натурального ряду, намагаючись якомога швидше дістатися до великих чисел. При цьому повинні виконуватись три умови: учасникам відомо, хто починає рахувати і хто називає наступне число; один учасник не може називати два числа підряд; якщо наступне за порядком назвуть одночасно декілька учасників, підрахунок починають спочатку, з одиниці. Забороняється будь-яким способом домовлятися між собою.

Тренер підкреслює, що кожен має намагатися вловити настрої інших та вирішити, чи варто йому говорити, чи краще промовчати. Особливо підкреслюється, що чим згуртованіша група, тим до більших чисел вона доходить.

Обговорення. Чи легко було виконувати вправу?

Чи легко було вловити настрої інших і зрозуміти, що твоя черга говорити?

Чи згуртованою була ваша група? [12].

3. Вправа «Ті, хто» (5 хв)

МЕТА. Формування уявлення про себе та інших членів групи, розуміння схожостей та відмінностей членів групи.

ХІД ВПРАВИ. Роблять крок уперед ті, хто любить солодке, піднімають праву руку ті, у кого є кіт, присідають ті, кому подобається грати у футбол тощо.

Після закінчення цієї вправи пропонується взятися за руки всім, хто є учнем 5-го класу. При цьому ведучий підкреслює, як багато спільного в учасників.

Обговорення. Про які спільні риси або смаки ваші та ваших однокласників вам цікаво було дізнатися? [10].

4. Вправа «Шкільний шлях» (20 хв). (Додаток 6)

МЕТА. Формування уявлення про новий соціальний статус учня середньої школи, порівняно зі статусом учня початкової школи, уміння долати труднощі, що виникають, та надавати підтримку іншим.

ХІД ВПРАВИ. На дошці або посередині кола закріплюється малюнок «Шкільний шлях». На ньому зображена гора: лівий схил у вигляді крутого підйому. Це 1, 2, 3, 4-й класи. Вони зображені у вигляді важкодоступних виступів. Далі зображений більш рівний відрізок шляху: 5, 6 класи – невеликий підйом; 7 клас – трохи помітна вершина; 8, 9 класи – початок більш плавного підйому; 10, 11 класи – вершина гори. Відстані між класами повинні бути однакові, їх необхідно позначити прапорцями або стрілками.

Учасникам пропонується на цій лінії знайти своє теперішнє місце. Тренер просить дітей уявити, що вони мандрівники, за плечима яких важкий підйом. Вони, здолавши найскладнішу частину шляху, майже досягли його середини та вирішили відпочити. Про що говорять на відпочинку? *(Згадують пройдений шлях і обдумують дорогу)*. Що запам'яталося на пройденому відрізку шляху? Які були труднощі, що допомогло їх подолати? *(Можна запропонувати учасникам фразу «У початковій школі мені найбільше запам'яталось...»)*.

Учасники по черзі висловлюються за бажанням. Тренер звертає увагу на те, що всі учасники мають досить великий шкільний досвід, тому подальший шлях має бути легшим. Яким він буде? *(Запропонувати фразу «У п'ятому класі мені б хотілося...»)*. У дитячих висловлюваннях потрібно підкреслити оптимістичні очікування.

Тренер пропонує поговорити про те, що нового з'явилося у шкільному житті учнів у зв'язку з переходом до 5 класу. Узагальнює висловлювання і пропонує відповісти на запитання: «Все, що з'явилося у 5-му класі – це швидше є цікавим чи важким?» Після висловлювань учні підводяться до думки, що навчання в 5-му класі – справа і важка, і цікава. При цьому в кожного п'ятикласника вже є достатній досвід для подолання труднощів *(ви – досвідчені мандрівники, які подолали майже половину шляху...)*.

Тренер звертає увагу учасників на частину «шкільного шляху» з 5-го по 9-й клас і повідомляє, що це найважливіший відрізок шляху, від якого багато залежить.

Також тренер звертає увагу на те, що вони приступили до подолання основної частини свого шкільного шляху. Пропонує подумати, як чинять досвідчені мандрівники, долаючи свій шлях. По черзі висловлюються всі бажані *(мандрівники перевіряють, чи все вони взяли з собою, чи надійні поруч товариші, чим вони зможуть допомогти друзям)*.

Обговорення. Тренер пропонує вказати, який багаж потрібно взяти з собою. Висловлюються всі учасники *(знання, досвід шкільного життя тощо)* [16].

5. Вправа «Компліменти» (10 хв)

МЕТА. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей, усвідомлення себе як члена групи, який здатен надавати підтримку.

ХІД ВПРАВИ. Учасники, сидячи в колі, по черзі беруть у руки м'яч або іграшку, решта називають найбільш привабливі риси того учасника, у якого в руках іграшка.

Для допомоги учасникам, можна запропонувати продовжити фразу: «Краще за все тобі вдається...»

Обговорення. Чи легко було висловлюватись?

Які у вас були почуття, коли називали ваші привабливі риси?

Підсумок вправи: тренер робить висновок, що кожен володіє якимись перевагами, може надавати підтримку іншим і, у свою чергу, сподіватись на підтримку в складній ситуації [12].

6. Вправа «Подорож на газеті» (5 хв)

МЕТА. Розвиток вміння надавати підтримку собі та іншим, розуміння того, що успішний результат залежить від ефективної взаємодії.

ХІД ВПРАВИ. Учасники об'єднуються у невеличкі групи (*по 4 учні*), завдання яких розміститися на розгорнутій стандартній газеті. Якщо це вдається, газета складається навпіл і т.д. При цьому тренер підкреслює, що чим тісніша згуртованість групи, тим успішніше виконується ця вправа. Відмічається, яка команда дійшла найдалі, вмістившись на найменшому клаптику газети.

Обговорення. Що допомогало, а що заважало під час виконання вправи? Які враження від виконання вправи? [1].

Об'єднання учасників у групи може призвести до суперечки. Тому тренер об'єднує сам, це можна зробити за допомогою будь-якої лічилки. Можна також розподіляти за днем народження тощо.

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

7. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО-ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 3 «Я» І МОЇ МОЖЛИВОСТІ

МЕТА. Опрацювання труднощів, що виникають у дітей у процесі навчання в школі, вивчення рівня тривожності, думки учнів про ступінь значущості школи в їхньому житті.

ОБЛАДНАННЯ: м'яч або м'яка іграшка, аркуші паперу, олівці, фломастери.
Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи фразу

«ГАР-НО-ГО ДНЯ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні. Можна повторити це декілька разів для тренування.

1. Вправа «Асоціації» (10 хв)

МЕТА. Вивчення ступеня тривожності учнів, пов'язаної зі словом «школа»; вивчення думки учнів про ступінь значущості школи в їхньому житті.

ХІД ВПРАВИ. Учням пропонується назвати прикметники, якими вони хотіли б охарактеризувати свою школу, і поділитися своїми думками про те, чому навчають у школі. Наприклад:

- школа, в якій я навчаюся, ...
- у нашій школі навчають...

Обговорення. Які почуття у вас виникали, коли висловлювали думку про школу?

2. Вправа «Температура» (10 хв)

МЕТА. Дати можливість учням проговорити свої труднощі, пов'язані зі школою і визначити своє до них ставлення.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Учні! Коли людина хворіє, вона неодмінно вимірює температуру, яка в неї майже завжди підвищена. Якщо людина не хоче що-небудь робити, у неї теж може підвищитися температура. А через яку причину, може підвищитися у вас температура під час перебування у школі?

Висловлюються всі учасники по колу, передаючи іграшку.

Обговорення. Наскільки легко було згадати ситуацію підвищення температури у вашому шкільному житті?

Наскільки легко було розповісти про ту чи іншу життєву ситуацію? [12].

3. Вправа «В гостях у казки» (20 хв)

МЕТА. Подолання негативних емоцій, пов'язаних із навчанням у школі.

ХІД ВПРАВИ. Учасникам пропонується прослухати казку, придумати її закінчення та пояснити, чому було придумане саме таке закінчення казки.

ТЕКСТ КАЗКИ. У далекі часи в одній родині жив хлопчик. Був він веселий, непосидючий, любив грати з іншими хлопцями у свої хлоп'ячі ігри, допомагав татові виконувати нехитру чоловічу роботу, а мамі – мити посуд! Навчався цей хлопчик у школі, у селі вона була одна, і рано-вранці всі хлопчики і дівчатка підстрибом бігли до школи.

Хтось біг із хвилюванням, а комусь було важко прокинутися, і він, пихкаючи, біг позаду всіх. Останнім біг до школи знайомий нам хлопчик. Не те, що йому не хотілося навчатися, просто було дуже важко вранці вставати з теплого ліжка, одягатися і робити так щодня.

Одного разу, коли він знову виявився останнім на доріжці, що веде до школи, прямо перед собою побачив пір'їнку незвичайної краси. Вона блищала на сонці й переливалася всіма кольорами веселки. Хлопчик зупинився, схопив пір'їнку і забув про те, що йому потрібно бігти до школи...

Через секунду пір'їнка підняла хлопчика, закрутила у вирій і закинула його на веселку, яка висіла над шкільним подвір'ям.

Хлопчик бавився на веселці, стрибав, стояв на голові, дивився на школу, у якій у цей час сиділи за партами хлопчики й дівчатка з його села, сміявся, свистів і взагалі робив те, що йому найбільше хотілося робити.

Так минула година, дві, три...

Учням пропонується закрити очі й уявити собі обличчя хлопчика, який опинився на веселці та чим закінчилась ця історія.

Обговорення: Що сталося потім з хлопчиком?

Чому саме так закінчилась історія з хлопчиком?

Чим може бути викликана така поведінка хлопчика?

Хто хотів би опинитися на місці хлопчика і чому? [6].

Важливо фіксувати негативні відповіді та емоції дітей про школу, відзначаючи учнів з особливо негативними висловлюваннями, які найчастіше зустрічалися, для подальшого планування роботи з ними.

4. Вправа «Мій портрет у променях сонця» (10 хв)

МЕТА. Мобілізація внутрішніх ресурсів, формування позитивного ставлення до своїх можливостей.

ХІД ВПРАВИ. Учасники малюють у центрі листа коло, у ньому пишуть «Я можу». Навколо зображують промені, уздовж яких пишуть, що вони можуть зробити для інших. При цьому треба намагатись, щоб променів було якомога більше. По завершенню роботи бажаючі можуть зачитати вголос, що вони написали.

Обговорення. Чи важко було виконувати вправу?

На якому етапі роботи виникали проблеми?

Опишіть ваші почуття під час оцінки вами ваших можливостей?

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

5. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 4 «Я» І МОЇ ПОЧУТТЯ

МЕТА. Розвиток уміння самоаналізу та самовираження; стимуляція фантазії, уяви учнів; сприяння зняттю тривоги, формування позитивних емоцій, пов'язаних із навчанням у школі, формування адекватного ставлення до своїх успіхів і невдач, розвиток навичок упевненої поведінки.

ОБЛАДНАННЯ: картонні кружечки по три штуки на кожного учня (*кольори: червоний, жовтий, зелений*); шматочки м'якого дроту довжиною 10 см; шпильки; ноутбук, колонки, флешка з інструментальними композиціями; олівці, фломастери, аркуші паперу, крейда або мотузка.

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі учасники стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи фразу «ДОБ-РИЙ ДЕНЬ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Чарівна емблема» (10 хв)

МЕТА. Розвиток уміння самоаналізу та самовираження; стимуляція фантазії, уяви учнів; сприяння зняттю тривоги.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Зараз ми з вами трішки пограємо. Йдучи до вас на зустріч, я захопила з собою незвичайні шматочки звичайного дроту. Я пропоную вам зробити із шматка дроту свою емблему, яка могла б багато чого розповісти про вас, якби була живою.

Наприклад, ось цей трикутник. Я думаю, що я схожа на трикутник, тому що кожен день я відкриваю в собі свою нову вершину трикутника.

А тепер спробуйте і ви зробити такі емблеми. Подумайте над тим, що зможе розповісти про вас іншим людям шматочок дроту. Я впевнена, що ваші розповіді, як і ці емблеми, будуть надзвичайно цікавими.

Після закінчення вправи приколоти емблеми на одязі за допомогою шпильок.

Обговорення. Що означають ваші фігурки, чому ви так себе зобразили? [1].

3. Вправа «В гостях у казки» (20 хв)

МЕТА. Розвиток фантазії, вміння розуміти і передавати почуття інших людей; складання власних казок на основі отриманих малюнків.

ХІД ВПРАВИ. Давайте згадаємо наше минуле заняття. Згадайте казку про хлопчика і веселку. Я хочу, щоб кожен із вас згадав її і визначив у ній найбільш тривожний момент, а також той, що запам'ятався.

Спробуйте намалювати цей момент на аркушах паперу, що лежать перед вами. Дайте назву своєму малюнку, поясніть його назву. (*Можлива робота в парах*).

Далі учні зачитують свої назви та пояснюють малюнки. Учасники плескають у долоні після виступу кожного учня.

Обговорення. Чи легко було передати свої почуття малюнком?

Поясніть свої враження від вправи [10].

4. Вправа «Гірська стежина» (15 хв)

МЕТА. Відпрацювання навичок співпраці та взаємодії, вироблення досвіду взаємної довіри, розвиток комунікативних здібностей.

ХІД ВПРАВИ. Прірва завширшки 2 метри, місток і стежина завширшки 20—25 см (*обмежені мотузкою або обкреслені крейдою*).

Уявіть, що ми високо в горах. Перед нами прірва, через яку треба перебратися. Ви підете назустріч одне одному. Потрібно не впасти в неї. Пам'ятайте, що ви йдете по дуже вузькій стежині і вузькому містку.

Діти об'єднуються в пари (*наприклад, за допомогою будь-якої лічилки*) і рухаючись назустріч одне одному, перебираються через прірву.

Обговорення. Поділіться, кому вдалось пройти по містку, а у кого виникли труднощі? Чому?

Тренером фіксується активність учасників, увага до партнера, взаємодопомога, варіанти вирішення проблеми, а також час виконання [10].

5. Вправа «Світлофор» (7 хв)

МЕТА. Аналіз своїх почуттів, які виникали під час заняття.

ХІД ВПРАВИ. Дітям демонструються «сигнали світлофора» (*картонні кружечки різних кольорів*). З їх допомогою учасники оцінюють свої почуття, які виникали під час заняття.

Тренер. Отже, якщо під час нашого заняття вам було незатишно або нецікаво, то ви підіймаєте червоний кружечок.

Якщо на занятті вам було цікаво, але вам щось не сподобалося, або якась вправа викликала у вас почуття дискомфорту, то ви підіймаєте жовтий кружечок.

А якщо вам дуже сподобалася наша зустріч, вам було цікаво, ви дізналися для себе щось нове, то ви підіймаєте зелений кружечок.

Я рахую до трьох, і ми включаємо світлофор. Раз... Два... Три...

Обговорення. Чому ви зробили такий вибір? Аргументуйте свій вибір.

(*Особливу увагу приділяєте дітям, що підняли червоний кружечок*).

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

6. Вправа «До побачення» (3 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 5 «Я» І ДРУЖБА

МЕТА. Формування знань учнів про необхідні умови дружніх стосунків, бажання бути справжнім другом, спонукання до дружби, формування уявлень про дружбу, взаємодопомогу, про важливість дружби.

ОБЛАДНАННЯ: ватман, олівці, фломастери, аркуші з шифровками, скринька «доброти», аркуші паперу, проектор, ноутбук, мультимедійна дошка, зображення ракети, літаючої тарілки, фігурки інопланетян, планети «Дружба»; стрічки для побажань.

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ВІ-ТА-Є-МО!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Подорож до планети Дружба» (25 хв)

МЕТА. Формування знань учнів про необхідні умови дружніх стосунків, формування доброзичливого ставлення до людей, бажання прийти на допомогу, уміння дійти згоди з іншими учасниками групи, розвиток навичок роботи в групі, уміння слухати та висловлювати свої думки, розвиток поваги до думки інших.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Сьогодні в нас із вами буде незвичайне заняття. Це буде подорож. Мандрувати ми з вами будемо на ракеті.

Я буду командиром корабля, а ви – членами екіпажу. Сідайте зручніше.

Ми з вами вирушимо в подорож і візьмемо з собою взаємодопомогу, взаєморозуміння, терпіння, щирість, повагу, а, можливо, нам знадобиться і сміливість. Згодні?

Тому, хто готовий до старту, необхідно підтвердити свою готовність. Необхідно сказати: «Максим, Настя і т.д. до старту готовий!»

Тоді я починаю відлік: «4, 3, 2, 1. Старт! Полетіли! Ми тримаємо курс на планету «Дружба». *(На дошці з'являється планета).* (Додаток 7)

Мета нашої подорожі – визначити, чим для кожного з вас є дружба, з'ясувати, що є головним у дружбі, скласти правила міцної дружби, а головне – стати почесними жителями планети Дружба.

Про дружбу написано тисячі сторінок, сотні поезій, поем, романів. Про неї можна говорити довго, а можна просто помовчати. Говорять, що дружба потрібна людині тільки трішечки менше, ніж їжа та повітря.

Діти, зверніть увагу, що на нашому шляху з'явився невідомий літаючий об'єкт (НЛО). *(На дошці з'являється зображення НЛО).* (Додаток 8)

Не хвилюйтеся, зараз вони передали нам свої вітання. Також говорять, що вони знають про наш курс, але не розуміють, що це за планета і навіщо вона потрібна, чим така приваблива.

Екіпаже, пропоную дати відповіді на запитання наших друзів. А допоможе нам робота в групах «Дружба»».

Учасники об'єднуються в 3 групи *(за допомогою лічилки 1, 2, 3)* та працюють над отриманими завданнями *(на аркушах)*. Потім учасники презентують свої напрацювання.

1 група - «Що таке дружба?»

2 група - «Що головне в дружбі?»

3 група - «Правила міцної дружби»

Обговорення. Як ви гадаєте, чи зрозуміли наші друзі-інопланетяни, що таке дружба?

Усі люди, усі народи завжди цінували дружбу, недарма в народі кажуть: «Дерево міцніше корінням, а людина – друзями». Як ви розумієте цей вислів?

Тренер. Увага! Увага! На нашому шляху комета, подорож під загрозою, але в нас є план: необхідно розкодувати траєкторію руху комети *(на дошці з'являється комета)*. Діти, необхідно об'єднатися в 3 групи, і кожна група буде брати участь у розкодуванні. *(Учні об'єднуються у команди за допомогою лічилки 1, 2, 3).*

Учасники отримують закодовані прислів'я та шифри до них *(Додаток 9)*.

Завдання: розшифрувати прислів'я і пояснити їх.

Обговорення. Чи легко вам було дійти згоди між собою в роботі над розшифруванням тексту? Чи сподобалось працювати в команді?

3. Вправа «Подарунок» (15 хв).

МЕТА. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей, усвідомлення себе як члена групи, формування згуртованості групи, підвищення самооцінки учнів.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Ось ми й дісталися до нашої планети з такою чудовою назвою «Дружба». Але закони цієї планети такі, що ступити на неї дозволено тільки тій людині, яка

може бути другом, тобто у якої такі якості або риси характеру, які притаманні другу. Але назвати ці риси повинні наші друзі. І щоб вирішити це завдання, пропоную використати наступний план.

Для цього я роздаю вам по два аркуші паперу, напишіть по одній якості або рисі характеру, які ви цінуєте в своїх друзях. Потім скрутіть ці аркуші в трубочки і покладіть у скриньку «доброти».

Тепер по черзі підходьте до скриньки «доброти», беріть одну «трубочку», читайте, що в ній написано, і «даруйте» цю якість тому, кому вона, на вашу думку, притаманна.

Тренер повинен слідкувати, щоб кожна дитина отримала подарунок у вигляді аркушів з якостями (можна запропонувати учням при врученні подарунків, подумати кому найбільше пасує ця якість або кому необхідний цей подарунок).

Аплодуємо тим, хто отримав право ступити на нашу планету «Дружба».

Обговорення. Що ви відчували, коли чекали «подарунка»?

Чи було вам приємно отримувати «подарунки»?

4. Вправа «Дружба- це...» (10 хв)

МЕТА. Формування навичок аналізу своїх почуттів від спільної діяльності з однокласниками, обмін враженнями.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Сьогодні ми з вами здійснили подорож до планети «Дружба», під час якої нам траплялися несподіванки, але ми їх успішно долали завдяки нашій ... (учасники вимовляють разом: «дружбі»)

Тож давайте визначимо, що для нас є дружба. А висловити свої думки я пропоную на цих жовтеньких стрічках, де вам і необхідно записати свою думку.

(Учасники записують свої думки на жовтеньких стрічках).

Тепер давайте озвучимо те, що написано, і приклеїмо свої стрічки з написами навпроти назви нашого заняття. Тепер кожен бачить, що таке дружба.

Вітаю вас, жителі планети «Дружба»! Вірте в дружбу, дорожіть нею! Завершити заняття дозвольте словами Григорія Савича Сковороди «Маючи друзів, вважай, що ти володієш скарбами».

Обговорення. Чи легко було сформулювати своє визначення і свої почуття щодо «Дружби»

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями або враженнями ви закінчуєте наше заняття?

5. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 6 **«Я» І ВЗАЄМОДІЯ**

МЕТА. Формування резильєнтності, зниження тривожності, розвиток навичок групового спілкування (*уміння надавати і приймати допомогу групи*).

ОБЛАДНАННЯ: аркуші паперу А-4, газети або папір, призначені для макулатури (*можна залишки шпалер*); ручки, фломастери, маркери, ноутбук, колонки, флешка з інструментальним спроводом, перелік предметів, інструкція для конкурсу «Аварія корабля».

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву - долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ГАР-НО-ГО ДНЯ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Вавилонська вежа» (10 хв)

МЕТА. Підвищення групової згуртованості.

ХІД ВПРАВИ. Учасники об'єднуються в чотири команди. Кожна команда отримує по 50 аркушів паперу (*призначені в макулатуру*) або газети.

Тренер. Прошу вас із цих аркушів звести максимально високу вежу, не використовуючи будь-які скріплюючі матеріали. Можете прикрасити цю вежу.

Учасники виконують завдання під легку негучну музику.

Обговорення. Як ви розподілили роботу між собою?

Хто будував, хто керував, хто боявся зруйнувати вежу й обмежувався порадами?

Кому належить ідея з конструкції різних частин вежі?

Кого не почули і чому? [1].

3. Вправа «Я-хвостик» (10 хв)

МЕТА. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей, створення позитивної атмосфери, єдності групи.

ХІД ВПРАВИ. Усі учасники стають змієюю один за одним, тримаючись за талію попереднього. Під звуки енергійної музики змійка рухається. Учасники повторюють рухи першого учасника «Голови». Голова веде змійку і пропонує для повторення різні рухи. Вона може в будь-який момент сказати: «Я – Хвостик» і перебігти в кінець змійки, передаючи естафету головного, наступному учаснику. Під час передачі естафети змійка не зупиняється, нова Голова відразу реагує і веде змійку. Якщо перший учасник «Голова» відчує себе ніяково або не може зорієнтуватися, він може одразу проголосити себе «Хвостиком». Вправа продовжується до того часу, поки кожен учасник не спробує себе в ролі Голови. За бажанням можна повторити декілька разів.

Обговорення. Як ви себе почували в ролі Голови?

Вам краще було керувати змієюю чи виконувати запропоновані іншими рухи?

Чи сподобалась вам вправа?

Опишіть свій настрій.

4. Вправа «Аварія корабля» (15 хв). (Додаток 10)

МЕТА. Підвищення групової згуртованості, розвиток навичок прийняття спільного рішення.

ХІД ВПРАВИ. Ви дрейфуете на яхті в південній частині Тихого океану. Через пожежу більша частина яхти та її вантажу знищена. Яхта повільно тоне. Ваше місцезнаходження незрозуміле через поломку основних навігаційних приладів, але приблизно ви здогадуєтесь, де знаходитесь.

Нижче наведено перелік із п'ятнадцяти предметів, які залишилися цілими й неушкодженими після пожежі.

У доповнення до цих предметів ви маєте у своєму розпорядженні міцний надувний рятувальний пліт із веслами, досить великий, щоб витримати вас, екіпаж і всі перераховані нижче предмети.

Ваше завдання – класифікувати п'ятнадцять нижченаведених предметів відповідно до їх значення для вживання.

Поставте цифру 1 навпроти найважливішого предмета, цифру 2 – навпроти другого за значенням, і так далі до п'ятнадцятого, найменш важливого для вас.

Вам потрібно дійти єдиної думки щодо місця в класифікації кожного з п'ятнадцяти предметів, перш ніж вона стане частиною групового рішення. Після виконання завдання групою можна проаналізувати його з запропонованою стислою інформацією про призначення кожного предмета.

Учасники виконують завдання під легку негучну музику.

По завершенню роботи учасники презентують свою відповідь, аргументуючи вибори предметів.

Обговорення. Як ви дійшли згоди між собою?

Хто керував процесом вибору предметів, хто обмежувався порадами?

Кому належать ідеї використання предметів?

Кого не почули і чому? [1].

5. Вправа «Стілець» (15 хв)

МЕТА. Підвищення групової згуртованості, створення позитивної атмосфери, єдності групи.

ХІД ВПРАВИ. У середині колом стоять стільці, по кількості їх удвічі менше, ніж учасників. Під музичний супровід учні рухаються по колу, коли музика стихне, повинні зайняти місця на стільцях, але вправа вважається успішно виконаною, якщо місця на цих стільцях знайдуться для всіх учасників, навіть при меншій кількості стільців. За кожним колом прибирається стілець, але учасників, що не вмістилися на стільцях, бути не повинно. І так, поки не залишиться один стілець. За правилами гри всі учасники повинні розміститися на цьому одному стільці. Зайвого учасника, що не вмістився на стільці, бути не повинно.

При цьому тренер підкреслює, що чим тісніша згуртованість групи, тим краще дається виконання вправи.

Обговорення. Які враження від виконання вправи?

Чи сподобалась вам вправа?

Чи легко вам було її виконувати, що допомагало, а що заважало?

Хто першим сів на останній стілець і як себе почував, а хто – останнім?

Чому?

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

6. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО-ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не рознімаючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 7 «Я» І ВЗАЄМОДІЯ

МЕТА. Формування мотивації на самопізнання, рефлексію, розвиток упевненості в собі.

ОБЛАДНАННЯ: зошити, ручки, олівці.

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ПРИ-ВІТ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Величне ім'я» (20 хв)

МЕТА. Дати змогу учасникам зрозуміти слабкі та сильні сторони свого характеру.

ОБЛАДНАННЯ: аркуші паперу, ручки (відповідно до кількості учасників).

ХІД ВПРАВИ. Із народження і протягом усього життя в кожного з нас є незмінний супутник – наше ім'я. І подібно місячному світлу воно огортає кожного в таємницю. Загадкова влада імені, яку неможливо пояснити. Немає кордонів життя імені, немає міри його могутності. Сила, що закладена в імені людини, допомагає долати труднощі та розпізнати витoki радості, натхнення, мудрості. Ці сили – рушій людського росту. Але в той же час може бути і джерелом небезпеки, бо в кожному звукові імені приховані такі сили, які у випадку недбайливого ставлення можуть зруйнувати творчий початок.

Одного східного принца звали Джумбер. Прагнучи усвідомити прихований сенс свого імені, він розмірковував над значенням звуків, із яких складається його ім'я. І зрозумів, що ім'я – це не просто поєднання літер. У ньому кожен звук знаходиться на своєму особливому місці й утворює щось єдине, неповторне й цінне. Відкривши значення кожного звуку свого імені, Джумбер зрозумів, що його ведуть по життю доброта, дипломатичність, розум та уважність. А потребують особливої уваги та внутрішньої роботи дратівливість, меланхолійність та боязкість.

Інструкція. Давайте з вами поміркуємо над прихованим сенсом наших величних імен. Відкриємо таємницю звуків вашого імені; які якості вам приходять на допомогу, а які – можуть нашкодити.

У вас є 3 хвилини, щоб зрозуміти зміст, прихований у літерах вашого імені. Після закінчення часу ви розповісте про свої знахідки, як це зробив у далекі часи принц Джумбер. (Додаток 11)

Обговорення. Які почуття ви переживали, коли шукали прихований зміст свого імені?

Що нового ви дізнались про себе та про інших завдяки цим пошукам? [12].

3. Інформаційне повідомлення «Взаємодія» (10 хв)

МЕТА. Теоретичний аналіз сутності групової взаємодії.

ОБЛАДНАННЯ: пам'ятки кожному учаснику.

ХІД ВПРАВИ. Оскільки ми з вами сьогодні говоримо про взаємодію в групі, давайте розглянемо сутність цього явища. (Додаток 12)

4. Вправа «Червоне – Чорне» (20 хв)

МЕТА. Розвиток в учасників вмінь розуміти одне одного, ефективно взаємодіяти, формування досвіду підвищення ефективності та продуктивності в командній взаємодії, досвіду довіри.

ОБЛАДНАННЯ: картки червоного та чорного кольорів (по 2 штуки кожного кольору), маркер, фліпчарт, жетони червоного та чорного кольорів (по 6 штук кожного кольору).

ХІД ВПРАВИ. Група об'єднується у дві команди «Червоних» та «Чорних» за допомогою вибору жетону відповідного кольору.

Інструкція. Ваше завдання – набрати якнайбільше балів, роблячи вибір: Червоне або Чорне. У цій грі є виграшна стратегія. Ваше завдання – розгадати її. У залежності від вашого вибору й вибору іншої команди ви отримуєте бали по системі. (Додаток 13)

Гра на десять ходів. Ваше завдання – набрати максимальну кількість балів. По закінченню підраховується кількість набраних командами балів. Рішення вибору кольору приймається більшістю голосів. [11].

Обговорення. Яка команда отримала найбільшу кількість балів?

Чи розгадали ви вирішальну стратегію гри?

Чи зрозуміли, у чому полягало завдання?

Чи легко приймалось рішення в групі?

Чи встигли ви створити ефективну стратегію поведінки: яку зробити ставку на початку гри; як реагувати на ставки супротивників; грати на червоне або чорне?

Коментар тренера до гри, після обговорення її результатів учасниками. Ця гра на виявлення лідера, вміння злагоджено виробляти й приймати стратегічно правильне командне рішення. Гра дозволяє вийти на таке розуміння командної взаємодії, при якому інша команда сприймається не як суперник, а як партнер. У грі існує ефективна для обох команд стратегія, коли обидві команди починають ставити на «червоне». Така стратегія приводить до виконання головного завдання – досягти успіху не за рахунок іншого, відбираючи в нього ресурси, а за рахунок консолідованих зусиль, спільно нарощувати ці ресурси з користю для себе та інших.

Рефлексія до заняття. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

5. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 8 «Я» НЕ ОДИН

МЕТА. Формування мотивації на самопізнання, рефлексію, розвиток упевненості в собі.

ОБЛАДНАННЯ: зошити, ручки, олівці, 2 аркуші ватману формату А3 (А2), маркери, стікери (по 12 штук на кожну групу).

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають в коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву - долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ДОБ-РИЙ ДЕНЬ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Теремок» (40 хв)

МЕТА. Розвиток толерантності, вироблення стратегії співпраці, згуртування колективу, координація дій, розподіл ролей, побудова міжособистісних відносин, вироблення правил ефективної взаємодії, підвищення усвідомленості комунікації.

ХІД ВПРАВИ. Учасникам пропонується об'єднатися у групи по 6 осіб за допомогою розрахунку на 1-й, 2-й, 3-й...

Тренер. Усі ви добре знаєте з дитинства казку «Теремок». Пам'ятаєте, хто був мешканцем казкового будиночка? У нашому ж «теремку» теж проживає 6 осіб: Мишка, Жабка, Заєць, Лисиця, Вовк, Ведмідь. Вам пропонується виконати завдання.

1. Розподілити між собою ролі мешканців «теремка».
2. Скласти план «теремка» умовно з 12 квадратних метрів.
3. Розселити всіх мешканців в окремі кімнати та спланувати кімнати загального користування.
4. Скласти 5 правил спільного проживання.
5. Обрати члена команди, який буде представляти презентацію вашого «теремка».

Подумайте про те, що мешканці «теремка» мають різні характери, чи потрібно щось робити, щоб забезпечити себе або інших мешканців «теремка».

На виконання завдання дається 15 хвилин. Презентує кожна група до 5 хвилин.

Обговорення. (Додаток 14)

Вправа дає можливість дізнатися, наскільки компетентно та об'єктивно учасники вміють розподіляти завдання, брати на себе відповідальність, взаємодіяти з колективом, співпрацювати.

3. Вправа-рефлексія «Подарунок» (10 хв)

МЕТА. Рефлексія до заняття.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Давайте подумаємо, що ми могли б подарувати вашій групі, щоб ваша взаємодія стала ще ефективнішою, а відносини – більш згуртованими? Давайте скажемо, що кожен із нас подарує групі. Я, наприклад, подарую вам оптимізм і взаємну довіру.

Далі кожен із учасників висловлюється, що він хотів би подарувати групі.

Психологічний зміст вправи. Ритуал, що дозволяє завершити заняття красиво і на позитивній емоційній ноті.

Обговорення. Наше заняття підійшло до завершення.

Хочу запитати у вас, що цікавого і корисного було для вас на сьогоднішньому занятті?

Що корисного ви винесли для себе?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

Коментар тренера до заняття. Ви сьогодні були активними, злагоджено працювали в команді. Не забувайте, що команда – це єдине ціле, кожен із вас – важлива, необхідна, унікальна частина цього цілого! Разом із командою ви – сила!

4. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 9 «Я» І «Ми»

МЕТА. Формування мотивації на самопізнання, рефлексії; розвиток впевненості в собі.

ОБЛАДНАННЯ: зошити, ручки, олівці, маркери, фліпчарт.

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву - долонею вниз, кожен з'єднує свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ПРИ-ВІТ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають в долоні.

2. Вправа «Встаньте, скільки назвуть» (5 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, мобілізація внутрішніх ресурсів, розвиток навичок відчуття іншої людини.

ХІД ВПРАВИ. За командою ведучого «Встаньте, четверо (трьоє, п'ятеро тощо)», має підвестися стільки учасників, скільки назвав тренер. При виконанні вправи кожному учаснику потрібно, не домовляючись ні з ким, самостійно вирішити (*вгадати!*), вставати йому зараз чи залишатись сидіти. У підсумку потрібно виконувати вправу правильно.

Обговорення. Чи легко було діяти в злагоді з іншими, попередньо не домовляючись? Як приймали рішення?

3. Вправа-самоаналіз «Який Я» (10 хв)

МЕТА. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей, прийняття себе та прагнення до вдосконалення; визначення спільностей між учасниками групи.

ХІД ВПРАВИ.

Необхідно продовжити письмово три речення.

- Я думаю, що я...;
- Інші вважають, що я...;
- Мені хочеться бути...

Для кожного речення необхідно дібрати до 3 якостей.

Учасники презентують свої відповіді, тренер записує якості на фліпчарті та підраховує кількість збігів, по закінченню виступів відзначає, як багато спільного між учасниками.

Обговорення. Чи дізналися ви про когось щось нове?

Чи описували ви тільки свої позитивні сторони?

4. Вправа «Вгадайте, де Я» (20 хв)

МЕТА. Формування позитивного ставлення до своїх можливостей, прийняття себе і прагнення до вдосконалення.

ХІД ВПРАВИ. Учасникам пропонується описати себе та свої захоплення, але не підписувати аркуш. Тренер зачитує відповіді, а учасникам необхідно визначити, кому цей аркуш належить.

Обговорення. Наскільки легко було вгадати відповідь того чи іншого однокласника?

Чи описували ви тільки свої позитивні сторони? [5].

5. Вправа «Сліпий і поводитир» (15 хв)

МЕТА. Розвиток довіри одне до одного й відчуття безпеки.

ХІД ВПРАВИ. Учасники об'єднуються в пари. Один із учасників «сліпий», інший – «поводир». «Поводир» повинен провести «сліпого» через кімнату з різноманітними перешкодами. На картках, які отримують учасники, написано вид перешкоди. У «сліпого» заплющені очі. Ціль «поводиря» – провести «сліпого» так, щоб він не спіткнувся, не впав. Після проходження маршруту учасники обмінюються ролями.

Обговорення. Які у вас були труднощі в процесі виконання вправи?

На чому базувалося ваше керування «сліпим»?

Чи хотілося вам, коли ви були в ролі «сліпого», щоб тиск із боку «поводиря» був меншим?

Що ви відчували в ролі «сліпого» та «поводиря»? [1].

Рефлексія. Що цікавого і корисного для вас було на сьогоднішньому занятті?

Із якими почуттями ви завершуєте заняття?

6. Вправа «До побачення» (5 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

ЗАНЯТТЯ 10 «Я» І «МИ» РАЗОМ

МЕТА. Узагальнення отриманого досвіду взаємодії в групі, зниження тривожності, досягнення внутрішньогрупової згуртованості, осмислення свого власного «Я» і спільного «Ми».

ОБЛАДНАННЯ: аркуші паперу, фломастери, ручки, ватман, зірки за кількістю учасників, клубок ниток, шпильки; фліпчарт з яkostями, записаними на занятті 9 під час виконання вправи-самоаналізу «Який Я».

Тривалість 60 хвилин.

Хід заняття

1. Вправа «Привітання» (2 хв)

МЕТА. Встановлення контакту між учасниками групи, налаштування на роботу.

ХІД ВПРАВИ. Усі стають у коло, ліву руку повертають долонею вгору, а праву долонею вниз, кожен єднає свої руки з руками сусідів, при цьому говорячи слово «ДОБ-РИЙ ДЕНЬ!». На останньому складі руки роз'єднують та плескають у долоні.

2. Вправа «Чарівний ярмарок» (18 хв)

МЕТА. Активізація самопізнання учасників.

ХІД ВПРАВИ. На аркушах паперу учасники великими літерами пишуть слово «куплю» й нижче розбірливо – риси, які кожен учасник хотів би придбати. Ці аркуші діти приколюють шпилькою на груди, щоб усім було добре видно текст. Потім на маленьких аркушах паперу кожен учасник записує по одній рисі, яку він би хотів «продати» або «обмінати» на «ярмарку». Діти ходять по «ярмарку», приглядаються до товару, здійснюють «купівлю-продаж» рис або їх обмін. Непорушне правило: риси не можна просто віддавати, нічого натомість не отримавши.

Гра припиняється, коли ведучий оголошує «Чарівний ярмарок завершується».

Обговорення. Чи легко було «купувати, продавати та обмінювати» риси?

Що ви відчували під час виконання вправи?

Що ви відчуваєте зараз?

Які враження від виконання цієї вправи? [1].

3. Вправа «Ми єднаємось» (10 хв)

МЕТА. Формування почуття єдності з іншими людьми, почуття самоцінності, вміння приймати один одного, цінувати інших.

ХІД ВПРАВИ. Учасники сидять колом, передають по черзі клубок ниток так, щоб кожен міг тримати нитку у своїх руках. Передача клубка супроводжується висловлюванням про те, що вони зараз відчувають, чого хочуть і що можуть побажати іншим. Коли клубок повертається до тренера, учасники натягують нитку, уявляючи, на прохання тренера, що вони єдине ціле, що кожен із них важливий і значущий [12].

4. Вправа «Які ми» (8 хв)

МЕТА. Формування почуття єдності з іншими людьми, почуття самоцінності, вміння приймати один одного, цінувати інших.

ХІД ВПРАВИ. Усі хором говорять «Ми всі», а окремі учасники по черзі читають якості, що були записані на фліпчарті на минулому занятті, під час виконання вправи-самоаналізу «Який Я», але тільки у множині. Наприклад: «Ми всі сильні, розумні, гарні, добрі...»

Тренер підкреслює, що за умови взаємної підтримки люди можуть ділитися своїми позитивними якостями й отримувати від інших частину їх сили, доброти. При цьому кожна людина отримує щось хороше, не втрачаючи і власних переваг.

Обговорення. Учасники в колі, передаючи іграшку, говорять про те, що найбільше їм запам'яталось під час психологічних занять [18].

5. Вправа «Наш Всесвіт» (10 хв)

МЕТА. Підвищення групової згуртованості, прийняття спільного рішення, формування почуття єдності.

ХІД ВПРАВИ. Тренер повідомляє, що цикл занять тренінгу завершується. Підкреслює позитивні зміни, які відбулись з усіма учасниками і з кожним окремо. Підсумовуючи, тренер наголошує, що всі відзначені на заняттях позитивні якості учасників стали тією ланкою, яка робить їх групу такою згуртованою.

Інструкція. Ви часто дивитесь на зоряне небо?

Що ви там бачите? (*Зорі, місяць*).

Що складають зорі? (*Сузір'я*).

«Зоряна карта» показує кожному, що в нас є багато можливостей: все те, що робить нас унікальними, і все те, що об'єднує з іншими.

Учасники отримують лист ватману і зірки.

Тренер. Пропоную вам скласти «Зоряну карту». Кожна зірка має бути названа на честь кожного з вас. Назву напишіть на зірці.

Ми створили наш Всесвіт, у якому живемо. Наш клас ми так само можемо назвати Всесвітом.

Учні виконують завдання під легку негучну музику.

Учасникам пропонується подумати, як одним словом можна назвати всі окремі зірки - «Я». Необхідно підвести учасників до ідеї, що всі разом окремі «Я» створюють єдине та спільне «Ми». Слово «Ми» записується у вільному місці ватману.

Обговорення. Чи може спільне «Ми» існувати без окремого «Я»? (*Ми – це тільки всі разом...*) [16].

6. Вправа – Рефлексія (10 хв)

МЕТА. Позитивне завершення Програми занять, рефлексія.

ХІД ВПРАВИ.

Тренер. Давайте подумаємо, що ми могли б побажати групі, щоб ваша взаємодія стала ще ефективнішою, а відносини – більш згуртованими? Давайте скажемо, що кожен із нас бажає групі і як планує діяти надалі для підтримки її єдності. Я, наприклад, бажаю вам оптимізму і взаємної довіри. Особисто я завжди готова допомогти порадою.

Далі кожен із учасників висловлюється, що він хотів би побажати групі і який він буде робити внесок у спільну справу.

Психологічний зміст вправи. Ритуал, що дозволяє завершити Програму занять на позитивній емоційній ноті.

Обговорення. Наші заняття підійшли до завершення.

Хочу запитати у вас, що нового ви на них дізналися?

Що корисного винесли для себе?

7. Вправа «До побачення» (2 хв)

МЕТА. Розвиток навичок взаємодії, завершення заняття.

ХІД ВПРАВИ. Усі, стоячи в колі, беруться за руки і хором говорять «ДО-ПО-БА-ЧЕН-НЯ!». На останньому складі учасники піднімають руки вгору, не роз'єднуючи їх, роблять крок до середини кола.

Ну ось і все. Усі ігри пройдені, слова сказані. Ви всі були активними, злагоджено працювали в команді. Не забувайте, що команда - це єдине ціле, кожен із вас - важлива і необхідна, унікальна частина цього цілого! Разом із командою ви - сила! Ми добре попрацювали, отже, давайте нагородимо себе за успішну співпрацю оплесками!

Дякую всім за участь!

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА, СОЦІАЛЬНОГО ПЕДАГОГА

1. Потрібно виділити основні підходи до роботи тренера, які допомагають сконцентруватися на меті Програми (*відповідно до даних підходів здійснювався підбір вправ*): контакт, комунікація, кооперація.
2. Для сприяння зменшення психологічної дистанції між учасниками в Програму включені вправи, пов'язані з безпосереднім фізичним контактом, що дозволяє розвивати відносини всередині класу, потрібно слідкувати, щоб не порушувались особисті кордони учасників.
3. Тренеру у вправах на відпрацювання контакту слідкувати, щоб учасники отримували можливість включатися в спільногруповий процес.
4. Вправи на комунікацію передбачають відкрите обговорення проблем групи, яке повинно бути організованим і контрольованим тренером.
5. Для сприяння отримання учасниками навичок роботи в команді тренеру важливо ретельно пропрацьовувати вправи Програми, спрямовані на групову взаємодію, у яких клас досягає успіху тільки тоді, коли вся група працює над вирішенням завдання.
6. Важливою умовою успішності роботи з Програмою є позиція тренера. Саме від його поведінки, установок, реакції на події залежить вектор спрямування згуртованості.
7. Тренером використовуються наступні особливості зворотного зв'язку в групі: підтримка позитивної поведінки (*емпатії, співробітництва*) і спокійне, зважене ставлення до негативних проявів (*суперництво, оцінки, випадки на чиюсь сторону*). Найчастіше це виявляється під час рефлексії в кінці вправ і занять у цілому.
8. При виникненні конфліктних ситуацій завдання тренера полягає в тому, щоб не вирішувати проблему, а стимулювати групу самостійно знайти найбільш ефективне рішення. Така ж позиція зберігається під час виконання завдань на групову взаємодію.
9. Тренеру важливо розподіляти свою увагу так, щоб кожен учасник отримував її однаковою мірою. Підтримка особливо важлива для тих підлітків, які відчують труднощі в спілкуванні з однокласниками.
10. Поведінка тренера має виступати моделлю партнерського спілкування, оскільки він є тим дорослим, який своїм прикладом демонструє, як можна бути успішним у спілкуванні.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

1. Працюйте над встановленням та підтримкою сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі.

2. Допомогайте учням у встановленні відносин з однокласниками, учителями, соціумом.
3. Допомогайте у встановленні та регулюванні міжособистісних відносин у дитячому середовищі.
4. Організуйте спільні колективні справи в класі, слідкуйте за залученням усіх учнів класу.
5. Створюйте умови для співпраці учнів із низьким соціальним статусом з однокласниками.
6. Допомогайте у розвитку класного самоврядування з метою прищеплення навичок самоорганізації, відповідальності, готовності та вміння приймати рішення.
7. Формуйте справедливе ставлення до всіх членів учнівського колективу.
8. Розвивати в учнів бажання працювати колективно.
9. Дотримуйтесь чіткості розподілу функцій між учнями, чіткості їхніх обов'язків, прав та відповідальності.
10. Відслідковуйте зміни соціально-психологічного клімату в учнівському колективі, на основі спостережень, бесід, аналізу результатів діяльності учнів.
11. Використовуйте асертивний спосіб педагогічного спілкування, залучайте учнів до вирішення проблемних питань.

Учня потрібно замотивувати, пробудити в ньому внутрішнє бажання оволодіти навичками ефективної взаємодії в колективі. І це, головним чином, залежить від особистості викладача, від його самопрезентації. Освітньокомунікативні взаємодії викладача з учнями відіграють роль не тільки в полегшенні інтеріоризації засвоєння знань, але й позитивно впливають на формування й розвиток сприятливого психологічного клімату учнівського колективу та особистості учня в цілому

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ

1. Підтримуйте зв'язок з класним керівником, шкільним психологом, соціальним педагогом.
2. Цікавтесь шкільними справами дитини, які вона має стосунки з однокласниками, обговорюйте з нею складні ситуації, разом шукайте вихід із конфліктів.
3. Впровадьте неформальне спілкування зі своєю дитиною кожного дня.
4. Порадьте дитині в складних ситуаціях звертатися за порадою до класного керівника, шкільного психолога, соціального педагога.
5. Розвивайте самоконтроль, самооцінку й самодостатність дитини, привчайте до самостійності.
6. Спираючись на власний соціальний досвід оцінки, сприйняття і дотримання норм поведінки, вчить дітей їх засвоювати. Приклад батьків, допомагає дітям набути потрібних навичок соціалізації.
7. Підтримуючи дитину, мотивуйте її на самостійне прийняття рішень у подоланні відповідних віку критичних (конфліктних) ситуацій, що допоможе їй збагатитися новим соціальним досвідом.

8. Вивчайте потреби своєї дитини, через задоволення яких, лежить шлях до позитивної психологічної адаптації в колективі.
9. Важлива роль батьків у процесі формування саморегуляції поведінки дитини, прикладом адекватного реагування на різні соціальні подразники.

Сприятливий психологічний клімат учнівського колективу соціально зумовлений особистісною адаптацією учня до характеру змін навколишнього середовища, що в свою чергу, викликано шляхом формування цілей і програм, що впливають на ефективність адаптивної діяльності, надаючи їй емоційного забарвлення. Без ролі батьків, їх демонстрації особистого прикладу ефективної соціальної взаємодії, психологічна адаптація дитини, що спонукає її до адаптивної діяльності, яка «дає старт» соціальній адаптації, що в свою чергу є основою становлення сприятливого психологічного клімату в колективі є майже неможливою.

КРИТЕРІЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ

У результаті проведеного аналізу статистично доведено ефективність розвивальної програми щодо формування та покращення сприятливого соціально-психологічного клімату учнівських груп, підвищення рівня особистісної адаптованості, розвиток комунікативних та командних якостей.

Для перевірки ефективності запровадження Програми було проведене повторне дослідження за допомогою методик, включених у заняття діагностичного блоку розвивальної програми «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії».

Методи моніторингу та оцінки програми.

1. Соціометрія.
2. Опитувальник «Мій клас».
3. Методика «Самооцінка».
4. Анкета для оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації Н. Лусканової (*модифікована*).
5. Тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату в колективі».

Ефективність та результативність розвивальних занять була оцінена з точки зору:

- розв'язання труднощів учнів;
- досягнення цілей і завдань Програми;
- поліпшення психологічного клімату в учнівському колективі;
- експертних оцінок викладачами психологічного клімату у групі;
- підвищення рівня взаємодії учнів у групі.

З учнями 5-х класів протягом п'яти років проводились заняття за розвивальною програмою «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії», які формують такі навички та вміння, як доброзичливість, інтерес і вміння будувати довірливі відносини одне з одним; емоційно співпереживати однокласнику; співпрацювати і діяти спільно; погоджувати свої дії з іншими і спільно вирішувати поставлені завдання.

Після завершення роботи над розвивальною програмою «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії» проводилось повторне дослідження. Отримані в ході дослідження результати узагальнювались і порівнювались із попередніми результатами групи. Висновок формувався на основі результатів дослідження окресленої проблеми.

Порівнюючи дані досліджень за методикою соціометрії у групах, які приймали участь в апробації Програми, зібраних протягом п'яти років, вказують, що кількість учасників із несприятливим соціальним статусом у колективах істотно зменшилась.

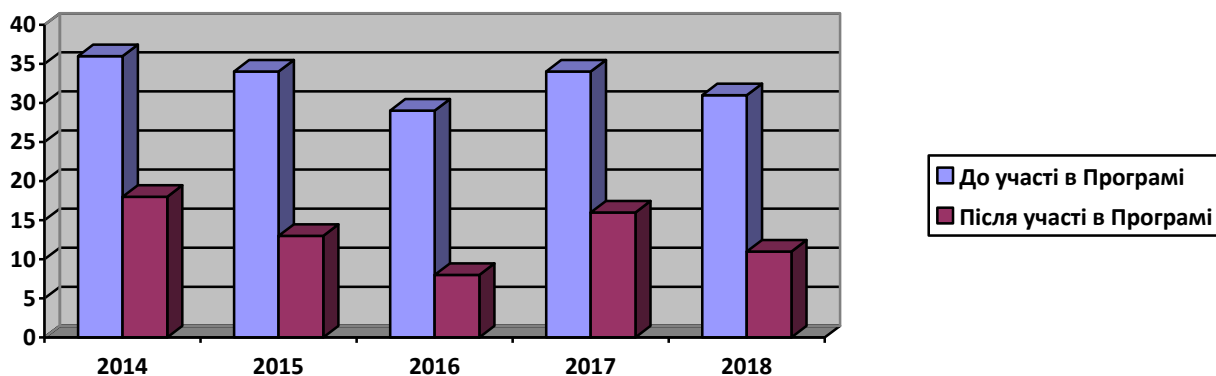


Рисунок 1. Результати емпіричного дослідження за методикою соціометрії

Аналізуючи дані, отримані при порівнянні результатів опитувальника «Мій клас», зазначено, що кількість учнів, які на низькому рівні оцінювали ступінь задоволеності шкільним життям, значно знизилась у кожній групі, що приймала участь в апробації Програми.

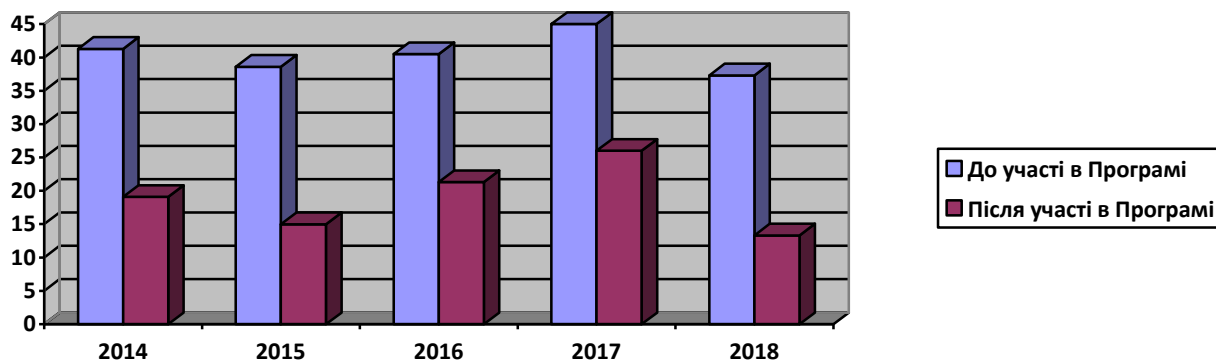


Рисунок 2. Результати опитувальника "Мій клас"

Визначено істотні зміни рівня самооцінки учнів та покращення сприйняття учасниками їх стосунків з учителем та однокласниками. Відповідно показники оцінки учнями рівня власної шкільної мотивації та адаптації значно підвищились у кожній групі, що приймала участь в апробації Програми.

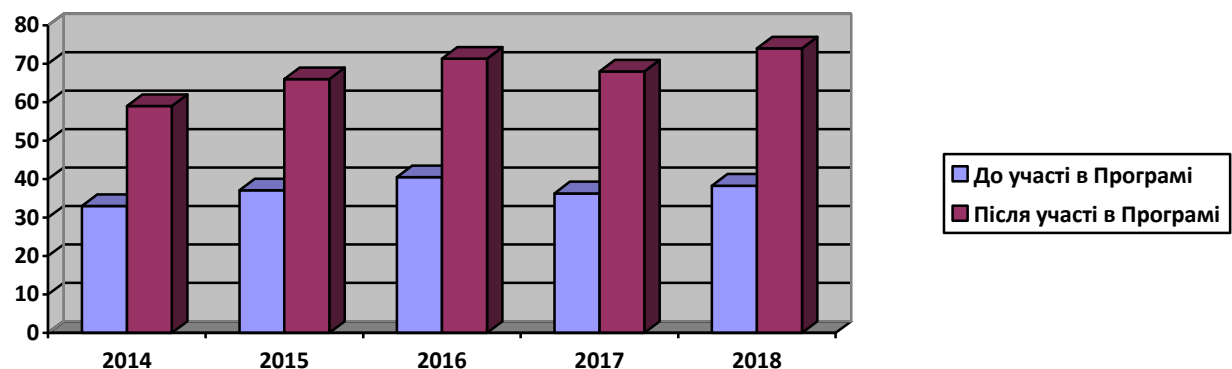


Рисунок 3. Результати анкети оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації Н. Лусканової

Також зазначаються зміни і в оцінці учасниками рівня соціально-психологічного клімату в колективах та підвищенню ступеня сприятливих умов для роботи колективів, що приймали участь в апробації Програми.

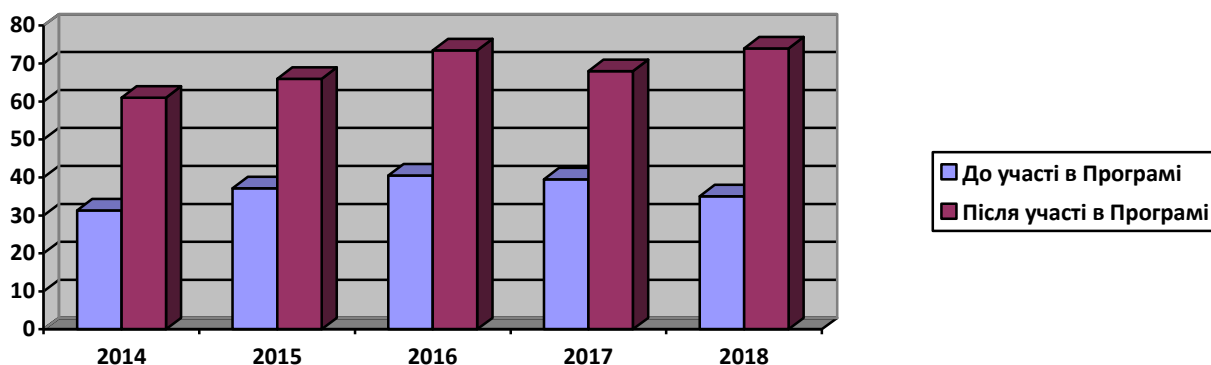


Рисунок 4. Результати оцінки рівня соціально-психологічного клімату в колективі

Зменшення кількості учнів із несприятливим соціальним статусом у колективах, істотне підвищення кількості учнів, задоволених шкільним життям у цих колективах, рівня їхньої самооцінки, мотивації та шкільної адаптації вказує на ефективність впровадження розвивальної Програми.

Таким чином, ефективність розвивальної програми «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії» була статистично доведена.

ВІДОМОСТІ ПРО АПРОБАЦІЮ ПРОГРАМИ

Апробація програми розвивальних занять «Формування сприятливого психологічного клімату в учнівському колективі через розвиток навичок соціальної взаємодії» проводилася протягом 2014 - 2018 навчальних років. У її апробації, кожного року, брали участь учні, що навчалися у 5-х класах, у загальній кількості 256 осіб.

Поточна оцінка розвивальних занять дозволила виявити фактори, які свідчили про їх результативність. Це – поглиблення саморозкриття і самопізнання учасників. Вони відзначали, що не очікували від себе такого ступеня відвертості, готовності до активної співпраці, обговорення і вирішення особистих питань. Спостерігалось також прагнення підтримувати одне одного і допомагати вирішувати особисті проблеми. Показово, що кожен учасник поступово приймав правила занять. І якщо на першому етапі функція підтримання правил здебільшого виконувалась тренером, то з часом її взяли на себе самі учасники.

У групах відбувалась диференціація, тобто розподіл ролей, і пов'язана з цим конфронтація, що дозволяло проявити себе як особистість кожному учасникові. Підвищувалась роль зворотнього зв'язку, учасники адекватно реагували на негативні оцінки, що дозволяло повною мірою використовувати потенціал груп.

У групах встановлювалися більш глибокі зв'язки, що дозволяло учасникам відверто ділитися своїм життєвим досвідом, проблемами. Помітно зростала емпатія, зменшувалась категоричність в оцінках себе та інших. Спостерігалось підвищення рефлексії до особистих і соціальних ролей, власної ідентифікації.

Аналіз результатів опитування показав, що рівень згуртованості учнівських колективів після проведення розвивальних занять за Програмою підвищився.

Ще одним показником результативності Програми є те, що учасники в повсякденному спілкуванні використовували набуті уміння.

Загалом поточна оцінка Програми показала можливість ефективного вирішення таких завдань, як розвиток комунікативних навичок, упевненості в собі, підвищення самооцінки, самоаналізу, аналізу взаємостосунків і підвищення згуртованості шкільного колективу.

Порівняння даних тестування на початку занять і після вказувало на позитивні зміни. Різниця між отриманими результатами під час першого і другого тестуванні є достовірною і вагомою.

У цілому застосована процедура оцінки результатів Програми показала, що були реалізовані всі поставлені завдання. Вона дала можливість виявити ступінь її ефективності і потенційні можливості. Також апробація протягом п'яти років, в різних учнівських колективах, дала можливість виявити попередні недоліки і дозволила вдосконалити як організаційний, так і методичний аспекти Програми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Авидон И., Гончукова О. Тренинги формирования команды. Материалы для подготовки и проведения. СПб: Речь, 2008. С. 280
2. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Изд. 2-е, переработанное и дополненное (Психотехники: Учебное пособие) Москва: Ось-89, 2000. С. 224
3. Заброцький М.М. Основи вікової психології: Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. С. 112
4. Карпенко Є. Основи психотренінгу: навч. посібник. Дрогобич, 2015. С. 78
5. Класному керівнику: створення й розвиток колективу класу. Уклад. А.Г.Дербеньова, А.В.Кундельська. Харків: Вид. група «Основа», 2012. С. 191
6. Коробко С.Л., Коробко О.І. Робота психолога з молодшими школярами: Методичний посібник. Вид 2-е, Київ: Літера ЛТД, 2008. С. 206-207
7. Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики. Ужгород: Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. С. 616
8. Матійків І. М., Якимів А. І., Черняк Т. Г. Основи тренерської майстерності: навч. метод. посіб. Львів: Компанія «Манускрипт», 2012. С. 392
9. Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. Київ: МАУП, 2004. С. 192
10. Назаренко Г.І. Створення позитивного психоемоційного клімату в шкільному колективі / Г.І.Назаренко // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2011. - № 8.
11. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. Изд. 2-е, переработанное и доп. Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. С. 384
12. Родионов В. А., Габриэлян О. С., Ступницкая М. А. Я и другие. Тренинг социальных навыков. Ярославль: Академия развития 2001, С. 224
13. Тарасов С. Г., Суходольський Г. В. Організаційна психологія. Харків: Вид-во Гуманітарний Центр, 2004. С. 256
14. Технології роботи організаційних психологів: Навч. посібник для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів після диплом. освіти. За наук. ред. Л.М. Карамушки. Київ: Фірма «Інкос», 2015. С. 324
15. Трофімов Ю.Л. Рибалка В.В., Гончарук П.А. та ін. Психологія Вид. 3-тє, стереотип. Київ: Либідь, 2001. С. 560
16. Туріщева Л.В. Психологічні тренінги для школярів. Харків: Вид. група «Основа», 2012. С. 124
17. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва: Изд-во Института Психотерапии, 2002. С. 490
18. Чиренко Н., Чернякова Н., Шелестова Л. Як згуртувати колектив. Київ: «Шкільний світ», 2011. С. 128

ДОДАТКИ

Додаток 1

Методика «Соціометрія»

Літературне джерело: Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики. Ужгород: Вид-во Олександри Гаркуші, 2012.

МЕТА. Вивчення системи міжособистісних взаємозв'язків між членами колективу в процесі їх безпосереднього спілкування, виявлення структури колективу, виявлення лідерів та ізольованих; визначення структури неформальних відносин малої соціальної групи за критерієм симпатії – антипатії; ступінь психологічної сумісності окремих членів групи; виявлення внутрішньогрупових підсистем (*мікрогруп*) та їх неформальних лідерів; визначення напрямків подальшої групової психодіагностичної та корекційної роботи.

Стимульний матеріал - індивідуальна соціометрична картка. Це засіб отримання інформації від досліджуваного. На картці фіксується основна інформація про досліджуваного, а також проводиться реєстрація його індивідуальних виборів. Для цього картка містить відповідні критерії вибору, сформульовані у вигляді питань. Щоб отримати повну інформацію про характер міжособистісних стосунків у групі, треба визначити ступінь взаємної симпатії – антипатії її членів. Зважаючи на це, критеріями вибору повинні бути питання і **позитивні** (спрямовані на виявлення симпатії між людьми), і **негативні** (спрямовані на виявлення антипатії).

Індивідуальна соціометрична картка містить 4 питання і може мати такий вигляд:

Прізвище, ім'я досліджуваного					
Дата дослідження					
Клас (група)			Освітній заклад		
№	Сфера	Питання	Вибори		
			у 1 чергу	у 2 чергу	у 3 чергу
1.	Навчання	З ким із Вашої групи Ви хотіли б навчатися в одному класі?			
2.		З ким із Вашої групи Ви не хотіли б навчатися в одному класі?			
3.	Дозвілля	Кого з Вашої групи Ви б запросили до себе на день народження?			
4.		Кого з Вашої групи Ви б не запросили до себе на день народження?			

ПРОЦЕДУРА ПРОВЕДЕННЯ СОЦІОМЕТРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Інструктаж. Важливою умовою проведення соціометрії є налагодження контакту дослідника з досліджуваними. Ефективність дослідження покращується, якщо експериментатор тримається впевнено й поводить себе доброзичливо. Інструкція дається в популярній формі. Досліджуваним не розкривають усі тонкощі проведення процедури та аналізу результатів. Можна дати приблизно таку інструкцію:

“Пропонуємо вам взяти участь у дослідженні, яке спрямоване на покращення психологічного клімату у вашій групі. Вся інформація, отримана в ході дослідження, є конфіденційною. Вона не буде розголошена в групі, кожен із вас зможе дізнатися про свої результати індивідуально.

Для заповнення картки вам необхідно вибрати і записати прізвища та імена трьох членів вашої групи відповідно до запитань у бланку».

Інтерпретація результатів

Кількісна обробка даних.

Після того, як експериментатор зібрав заповнені картки, починається обробка даних. Вона складається з трьох етапів:

- табличного;
- графічного;
- індексологічного.

Табличний етап обробки даних передбачає побудову соціоматриці – таблиці, за допомогою якої узагальнюються результати опитування. Оскільки міжособистісні стосунки в групі вивчалися у двох сферах (*сфері спільної навчальної діяльності та сфері дозвілля*), то необхідно побудувати 2 соціоматриці.

СОЦІОМАТРИЦЯ № 1. Міжособистісні стосунки в досліджуваній групі за критеріями симпатії – антипатії у сфері навчальної діяльності.

СОЦІОМАТРИЦЯ № 2. Міжособистісні стосунки в досліджуваній групі за критеріями симпатії – антипатії у сфері дозвілля.

Соціоматриця повинна містити про групу такі основні відомості:

1) список членів групи, які роблять вибори (*хто вибирає*); кожному досліджуваному в списку присвоюється відповідний порядковий номер; для полегшення подальшої інтерпретації спочатку записують прізвища, імена юнаків, а потім дівчат;

2) список членів групи, кого вибирають; для того, щоб не загроможувати соціоматрицю великою кількістю інформації, замість прізвищ та імен досліджуваних записують лише їх порядкові номери;

3) на соціоматриці одночасно фіксуються позитивні «+» та негативні «-» вибори кожного досліджуваного;

4) для кожного з досліджуваних необхідно підрахувати загальну кількість:

- отриманих позитивних виборів;
- отриманих взаємних позитивних виборів;
- отриманих негативних виборів;
- отриманих взаємних негативних виборів.

5) для групи підрахувати загальну кількість:

- позитивних виборів;
- взаємних позитивних виборів;
- негативних виборів;
- взаємних негативних виборів.

Зразок заповнення соціоматриці

МІЖСОБИСТІСНІ ПОЗИТИВНІ ТА НЕГАТИВНІ ВИБОРИ У СФЕРІ НАВЧАННЯ

№	ХТО ВИБИРАЄ	КОГО ВИБИРАЮТЬ															
		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	
1.	Бондарчук І.		+	-			-			-					+	+	
2.	Волинець О.	+		-	+					-		-			+		
3.	Гончар С.	+	+		+	-			-							-	
4.	Дмитренко В.	+	+			+	-	-	-								
5.	Коваль М.		+	-			+	+				-		-			
6.	Левицький Д.		+		-	+		+				-		-			
7.	Лоза С.		+		+	+	+					-		-	-		
8.	Макарчук В.	+		-	-					-					+	+	
9.	Мороз О.	-	-								+	-	+		+		
10.	Нестеренко А								+			-	-	-	+	+	
11.	Олексієнко Н.		+					-		-	-			+	+		
12.	Петренко К.							-		-	-	+		+	+		
13.	Радкевич М.		+					-		-	-		+		+		
14.	Терещук Г.	-						-	+	-				+		+	
15.	Ясинецька Л.			-	-				+	-	+				+		
Кількість отриманих виборів		6	9	5	5	4	4	7	5	8	5	7	3	7	10	5	90
Кількість "+" виборів		4	8	0	2	3	2	2	3	0	2	1	2	3	9	4	45
Кількість взаємних "+" виборів		1	2	0	1	2	2	2	2	0	1	0	1	2	3	3	22
Кількість "-" виборів		2	1	5	3	1	2	5	2	8	3	6	1	4	1	1	45
Кількість взаємних "-" виборів		1	1	2	2	1	1	3	2	3	3	3	1	2	1	0	26

+	Позитивний вибір	-	Негативний вибір
+	Позитивний взаємний вибір	-	Негативний взаємний вибір

Графічний етап передбачає побудову **соціограми** на основі соціоматриці. Соціограма – це графічне зображення ставлення досліджуваних одне до одного за відповідями на соціометричні питання. Соціограма дозволяє наочно проілюструвати і більш глибоко проаналізувати групові взаємозв'язки.

Соціограма складається з IV концентричних кіл:

I коло – реєструє досліджуваних із груповим статусом **“соціометрична зірка”** (ті досліджувані, які отримали **6 і більше** позитивних виборів);

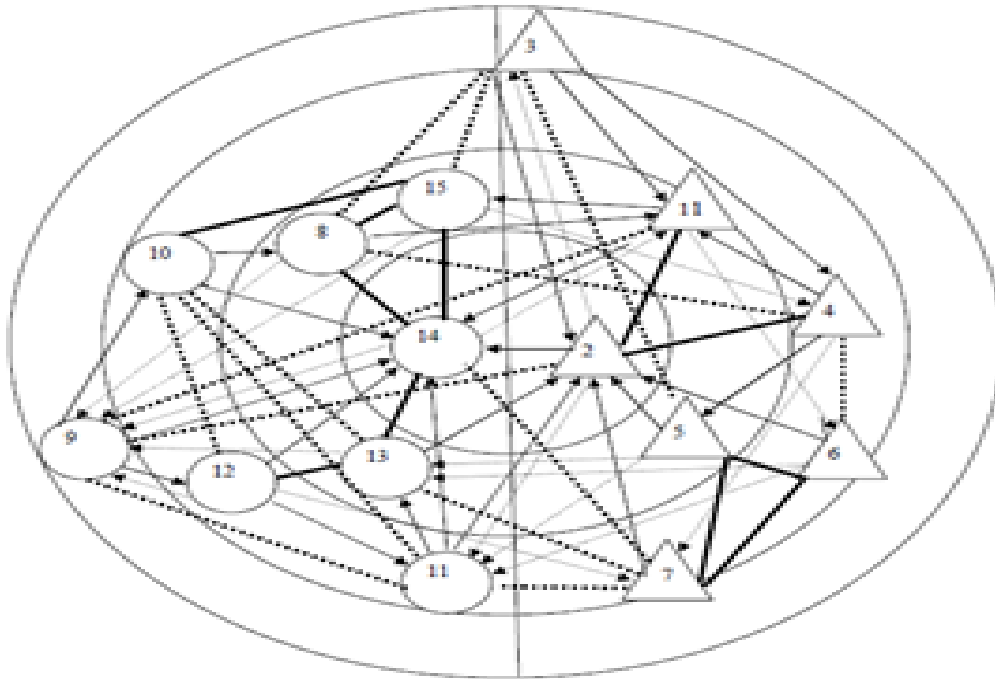
II коло – реєструє тих досліджуваних, яким у групі **надають перевагу** (отримали **3 – 5** позитивних виборів);

III коло – реєструє досліджуваних із груповим статусом **“знехтувані”** (отримали **1 – 2** позитивні вибори);

IV коло – реєструє досліджуваних із груповим статусом **“ізольовані”** (не отримали **жодного** позитивного вибору).

ЗРАЗОК ЗАПОВНЕНОЇ СОЦІОГРАМИ

МЕЖОСОБИСТІСНІ ПОЗИТИВНІ ТА НЕГАТИВНІ ВИБОРИ У СФЕРІ НАВЧАННЯ



По вертикалі соціограма поділяється на 2 рівні частини. В одній частині позначаються дівчата, в іншій – юнаки. Це дозволить краще простежити характер міжстатевих зв'язків у групі.

На соціограмі записуються порядкові номери досліджуваних. Якщо досліджуваний дівчина, то її порядковий номер записується в колі. Якщо досліджуваний юнак, то його порядковий номер записується в трикутнику.

Вибори, зроблені та отримані кожним із досліджуваних, на соціограмі позначаються стрілочками. Позитивні вибори – суцільні стрілочки, негативні – пунктирні.

Індексологічний етап. Для виявлення кількісних характеристик відносин у групі використовують соціометричні індекси. Виділяють дві групи індексів:

- 1) персональні соціометричні;
- 2) групові соціометричні.

УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ

△	юнак
○	дівчина
→	позитивний односторонній вибір
↔	позитивний взаємний вибір
⋯→	негативний односторонній вибір
⋯↔	негативний взаємний вибір

До персональних соціометричних індексів відносяться індекси позитивного і негативного соціометричного статусу досліджуваного, які характеризують його становище в групі, потенційну здатність до лідерства.

Індекс позитивного статусу визначається за формулою:

$$C^+ = \frac{B^+}{N-1}$$

де C^+ - індекс позитивного статусу;

B^+ - кількість позитивних виборів, отриманих досліджуваним ;

N - число членів групи.

Індекс негативного статусу визначається за формулою:

$$C^- = \frac{B^-}{N-1}$$

де C^- - індекс негативного статусу;

B^- - кількість негативних виборів, отриманих досліджуваним;

N - число членів групи.

Чим вищий індекс позитивного соціометричного статусу і чим нижчий індекс негативного соціометричного статусу має досліджуваний, тим більший конструктивний вплив він здійснює на членів своєї групи, тим комфортніше почуває себе у взаємостосунках із ними, потенційна здатність до лідерства в нього зростає. Високий індекс негативного статусу в поєднанні з низьким індексом позитивного статусу буде свідчити про протилежні характеристики становище досліджуваного в групі.

Груповим соціометричним індексом є **індекс групової згуртованості**.

Цей індекс визначається за формулою:

$$KB = \frac{R_1}{R}$$

де KB - коефіцієнт взаємності;

R_1 - кількість взаємних позитивних виборів;

R - загальна кількість позитивних виборів у групі.

Значення індексу групової згуртованості	Рівень групової згуртованості
0 – 0,49	Низький
0,5 – 0,59	Нижче середнього
0,6 – 0,69	Середній
0,7 – 0,85	Вище середнього
0,85 – 1	Високий

Опитувальник «Мій клас» (методика Боврозера у модифікації Ю. Гільбуха)

Літературне джерело: Коробко С.Л., Коробко О.І. Робота психолога з молодшими школярами: Методичний посібник. – 2-е видання. – К.: Літера ЛТД, 2008. – С. 206-207

Методика складається з 15 запитань, що розділені на 5 блоків. У кожному окремому блоці з трьох запитань 1-ше запитання вимірює ступінь задоволеності шкільним життям, 2-ге — ступінь конфліктності в класі (*як вона усвідомлюється окремими учнями та класом у цілому*) і 3-тє — ступінь згуртованості класу (*тобто як ця якість відбивається у свідомості учнів*).

Вказані запитання подаються на бланку за такою формою:

Пам'ятай, що ти характеризуєш свій клас. Який він є сьогодні	Обведи кружечком свою відповідь	Для учителя
1. Вам подобається навчатися у вашому класі.	Так Ні	3
2. Діти в класі завжди б'ються між собою.	Так Ні	1
3. У вашому класі кожен учень – твій друг.	Так Ні	1
4. Деякі учні вашого класу нещасливі.	Так Ні	1 п
5. Деякі діти у вашому класі є середнячками.	Так Ні	3
6. Із деякими дітьми у вашому класі ви не товаришуєте.	Так Ні	3 п
7. Діти вашого класу із задоволенням ходять до школи.	Так Ні	1
8. Багато дітей з вашого класу люблять битися.	Так Ні	2
9. Усі учні у вашому класі – друзі.	Так Ні	3
10. Деякі учні не люблять свій клас.	Так Ні	3 п
11. Окремі учні завжди прагнуть наполягти на своєму.	Так Ні	1

12 Усі учні у вашому класі ставляться добре одне до одного.	Так Ні	3
13 Ваш клас веселий.	Так Ні	2
14 Діти у вашому класі багато сваряться.	Так Ні	1
15 Діти у вашому класі люблять одне одного як друзі.	Так Ні	3

Суми балів:

- ступінь задоволеності (**З**) — 10;
- ступінь конфліктності (**К**) - 9;
- ступінь згуртованості (**ЗГ**) -12.

Заповнення учнем анкети в середньому триває 5-10 хвилин.

При поданні її класу дають таку інструкцію (*усно*): «Запитання цієї анкети спрямовані на те, щоб з'ясувати, яким є ваш клас. Обведіть кружечком слово «Так», якщо ви згодні з даним твердженням, і слово «Ні», якщо не згодні з цим твердженням. Не забудьте підписати власне ім'я та прізвище на зворотній стороні анкети».

Правила оцінювання (стовпчик «Для вчителя»)

Запитання, поруч із яким у стовпчику «Для вчителя» відсутня позначка «п» (*протилежний*), оцінюються балом «3» при відповіді «Так» і балом «1» при відповіді «Ні». Запитання із позначкою «п» оцінюються протилежно (*тобто при відповіді «Так» - 1, а при відповіді «Ні» - 3*).

За запитання, на які не дали відповіді або дали з порушенням правил, про- ставляється бал 2.

Для одержання оцінки за даним параметром бали за п'ятьма запитаннями, що його стосуються, підсумовують. Наприклад, загальну оцінку із задоволеності одержують шляхом додавання балів за запитаннями № 1, 4, 7, 10, 13.

У наведеному прикладі показано, як саме одержані загальні оцінки: 10 - для задоволеності, 9 - для конфліктності, 12 - для згуртованості.

Ця методика дає змогу діагностувати насамперед ставлення окремих учнів до свого класу. Водночас вона дає можливість отримати й узагальнену його ха- рактеристику, для цього за кожним із трьох параметрів вводять середній бал (*як середнє арифметичне*).

Методика «Самооцінка та соціальні очікування» Т. Габріяла
(модифікація методики самооцінки Т.В. Дембо – С.Я. Рубінштейна)

Літературне джерело: Коробко С.Л. Коробко О.І. Робота психолога з молодшими школярами: методичний посібник. – 2-ге видання. – К.: Літера ЛТД, 2008. – С. 64-66.

МЕТА. Виявити рівень і диференційованість самооцінки учня та отримати матеріал для висновків про сприйняття дитиною її стосунків з учителем та однокласниками.

ІНСТРУКЦІЯ. Діти, ви отримали аркуші із завданням. Вам слід оцінити себе за трьома якими: «хороший учень», «хороший товариш», «цікава людина». Ви будете це робити за допомогою відрізків. Чим вища оцінка – тим вище на відрізьку ви маєте поставити риску. (*Продемонструвати на дошці*). Отже, найвища оцінка у верхній точці відрізьку, найнижча – у нижній точці. Працюючи з першою групою відрізьків, ви оцінюєте себе, так би мовити, «від себе», тобто так, як ви про себе насправді думаєте. У другій групі відрізьків ви маєте дати оцінку собі «від імені вчителя»: як би вас оцінив ваш учитель? У третій групі відрізьків ви ставите собі оцінку, яку б вам дали однокласники. Роботу починаємо з першої групи відрізьків. Тільки після того, як усі завершать працювати з першою групою відрізьків, переходимо до другої групи. Так само до третьої групи переходимо тільки тоді, коли всі завершать роботу з другою групою відрізьків.

Перед переходом до іншої групи відрізьків психолог уточнює завдання.

Результати дослідження записуються в протокол. Для фіксації результатів використовується шкала оцінок за рівнями: високий, вищий за середній, середній, нижчий за середній, низький.

Я оцінюю себе сам

Хороший.....поганий учень.	Хороший.....поганий товариш.	Цікава.....нецікава людина.

Мене оцінює вчитель

--	--	--

Хороший.....поганий учень.	Хороший.....поганий товариш.	Цікава.....нецікава людина.
-------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

Мене оцінюють однокласники

Хорошийпоганий учень.	Хороший...поганий товариш.	Цікава.....нецікава людина.

Протокол

Прізвище, ім'я учня	Результати дослідження (рівні : високий, вищий за середній, середній, нижчий за середній, низький)								
	Оцінка «від себе»			Оцінка «від учителя»			Оцінка «від однокласників»		
	хороший учень	хороший товариш	цікава людина	хороший учень	хороший товариш	цікава людина	хороший учень	хороший товариш	цікава людина

**Анкета «Оцінювання рівня шкільної мотивації та адаптації»
Н. Лусканової**

Літературне джерело: Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики. Ужгород: Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. С. 616

Вік: із 10 років

МЕТА. Оцінити рівень шкільної мотивації.

Інструкція для дітей. Зараз я поставлю вам декілька запитань про те, як ви себе почуваєте в школі: що подобається, а що - ні. На кожне запитання ви можете відповісти «так» (+) або «ні» (-). В анкеті немає «правильних» чи «неправильних» відповідей. Відповідайте так, як ви відчуваєте.

Інструкція для психолога. Для проведення анкетування необхідно підготувати бланки з номерами запитань. Під час анкетування психолог докладно пояснює можливі варіанти відповіді і відповідні їм позначення.

З учнями, які на всі запитання відповіли тільки позитивно або тільки негативно, необхідно провести повторне опитування.

Бланк відповідей

Прізвище, ім'я _____ Клас _____

1	Тобі подобається в школі?	а) так; б) не дуже; в) ні.	
2	Вранці ти завжди з радістю ідеш до школи чи тобі часто хочеться залишитись удома?	а) іду з радістю; б) буває по-різному; в) частіше хочеться залишитись вдома.	
3	Якби вчитель сказав, що завтра до школи не обов'язково приходити всім учням, ти б пішов до школи чи залишився вдома?	а) пішов би до школи; б) не знаю; в) залишився б удома.	
4	Тобі подобається, коли відмінюються якісь уроки?	а) не подобається; б) буває по-різному; в) подобається.	
5	Ти хотів би, щоб тобі не задавали ніяких домашніх завдань?	а) не хотів би; б) не знаю; в) хотів би.	
6	Ти хотів би, щоб у школі залишилися	а) ні;	

	тільки перерви?	б) не знаю; в) хотів би.	
7	Ти часто розповідаєш про школу своїм батькам і друзям?	а) часто; б) рідко; в) не розповідаю.	
8	Ти хотів би, щоб у тебе був менш суворий учитель?	а) мені подобається наш вчитель; б) не знаю; в) хотів би.	
9	У тебе в класі багато друзів?	а) багато; б) мало; в) немає друзів.	
10	Тобі подобаються твої однокласники?	а) подобаються; б) не дуже; в) не подобаються.	
Загальна кількість балів			

Обробка результатів

За варіант відповіді «а» нараховується 3 бали, за варіант «б» - 1 бал, за варіант «в» - 0 балів.

Максимальна оцінка 30 балів. Чим вищий бал, тим вищий рівень шкільної мотивації та адаптації.

Інтерпретація

I рівень – 25-30 балів – високий рівень шкільної мотивації, навчальної активності. У дітей наявний пізнавальний мотив, бажання якомога успішніше виконувати всі шкільні вимоги. Учні чітко виконують усі вказівки вчителя, старанні та відповідальні.

II рівень – 20-24 бали – достатній рівень шкільної мотивації. Діти успішно справляються з навчальною діяльністю. Їх приваблюють навчальні ситуації, але вони менше залежні від жорстких вимог і норм. Подібний рівень мотивації є середньою нормою.

III рівень – 15-19 балів – позитивне ставлення до школи, але школа приваблює таких дітей поза навчальною діяльністю. Діти доволі комфортно почуваються в школі, проте частіше відвідують її, щоб спілкуватися з друзями, з учителем. Пізнавальні мотиви таких дітей сформовані недостатньо, навчальний процес їх приваблює мало.

IV рівень – 10-14 балів – низька шкільна мотивація. Діти неохоче відвідують школу, віддають перевагу пропускам занять. На уроці часто займаються сторонніми справами, іграми. Відчувають серйозні труднощі в навчальній діяльності. Перебувають у стані нестійкої адаптації до школи.

V рівень – нижче 10 балів – відсутня шкільна мотивація, негативне ставлення до школи, шкільна дезадаптація. Діти відчувають серйозні труднощі в навчанні, вони не справляються з навчальною діяльністю, відчувають проблеми в спілкуванні з однокласниками, у взаєминах з учителем. Школу вони нерідко

сприймають як вороже середовище, перебування в якому для них нестерпне. Учні можуть проявляти агресію, відмовляються виконувати завдання, дотримуватись норм і правил.

Додаток 5

Тест «Оцінка рівня соціально-психологічного клімату в колективі»

А.Ф. Фідпера

Літературне джерело: Лемак М.В., Петрище В.Ю. Психологу для роботи: діагностичні методики. Ужгород: Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. С. 616

Вік: із 10 років

ІНСТРУКЦІЯ. Використовуючи схему, необхідно прочитати вислови зліва, потім— справа, а потім відмітити ту оцінку, яка найбільше відповідає запиту.

3 — якість, що зазначена зліва, виявляється в колективі завжди;

2 — якість виявляється в більшості випадків;

1 — якість виявляється досить часто;

0 — ні ця, ні протилежна якість не виявляються досить чітко або в рівній мірі;

-1 — часто виявляється якість, розташована справа;

-2 — виявляється в більшості випадків;

-3 — виявляється завжди.

Показник якості спілкування	Оцінка	Показник якості спілкування
1. Переважає бадьорий, життєрадісний настрій	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Переважає пригнічений настрій
2. Доброзичливі стосунки, взаємні симпатії	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Конфліктність стосунків, антипатії
3. У стосунках між угрупованнями всередині колективу існує взаємне порозуміння	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Угруповання конфліктують між собою
4. Членам колективу подобається разом спілкуватися, приймати участь у спільній діяльності	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Проявляють пасивність при спробі більш тісного контакту, виражають негативне ставлення до спільної діяльності
5. Успіхи та негаразди товаришів викликають співчуття, щире участь усіх членів колективу	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Успіхи та негаразди інших або залишають байдужими, або викликають заздрість
6. Із повагою ставляться до точки зору одне одного,	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Кожний вважає власну точку зору визначальною, головною,

терпимі щодо думок іншого		нетерпимі щодо думок і висловів інших
7. Досягнення та невдачі колективу співпереживаються як власні	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Досягнення та негаразди не знаходять відгук у членів колективу
8. Почуття гордості за колектив	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	До заохочень і позитивних відзнак колективу залишаються байдужими
9. Колектив активний, повний енергії	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Колектив інертний та пасивний
10. Співчутливо і доброзичливо відносяться до нових членів колективу, допомагають адаптуватися до нової ситуації	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Новачки відчувають себе сторонніми. До них часто виявляють ворожість
11. Спільні проєкти викликають захоплення у всіх, наявне бажання працювати колективно	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Колектив неможливо організувати займатися спільною справою, кожний думає лише про власні інтереси
12. У колективі існує справедливе ставлення до всіх членів, підтримують слабких, захищають їх	(3, 2, 1, 0, -1, -2, -3)	Колектив помітно поділений на «привілейованих» та «пересічних»; зверхнє ставлення до слабких

Обробка результатів

Оціночна шкала:

- 22 бали і вище—високий ступінь створення сприятливих умов для роботи колективу;
- від 8 до 22—середній ступінь;
- від 0 до 8—низький ступінь;
- від 0 до - 8—початковий ступінь несприятливості;
- від 8 до - 10—середній ступінь несприятливості;
- від - 10 і менше—високий ступінь несприятливості.

«Шкільний шлях»



«Планета Дружба»



«НЛО»



«Шифровка»

Завдання: розшифрувати прислів'я і пояснити їх.

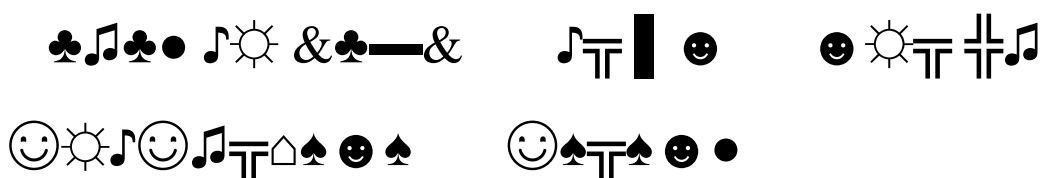
1. Без вірного друга великая туга..



2. Істинний друг пізнається в біді.



3. Ненадійний друг гірший відвертого ворога.



(Пояснення до шифровок)

А - ●	Б - ■	В - ☺
Г - ☹️	Д - ♫	Е - ♫
Є - ▲	Ж - ▣	З - □
И - —	І - ☀️	Й - &
Я - @	К - ♥	Н - ♣
О - ♠	П - ♦	Р - ⌵

С - ∞
Ш - †

Т - △
Ю - *
Л-®

У - ■
Ь - #

Додаток 10

«Катастрофа»

Рекомендації для досягнення згоди

1. Уникайте захищати свої індивідуальні судження. Підходьте до завдання логічно.
2. Уникайте зміни своєї точки зору тільки заради досягнення згоди, не намагайтесь уникати конфліктної ситуації. Підтримуйте тільки ті рішення, із якими ви можете погодитися хоча б частково.
3. Уникайте таких методів «зменшення конфлікту», як голосування, компромісні рішення з метою досягнення згоди при розв'язуванні групового завдання.
4. Розглядайте різницю в думках як допомогу, а не як перешкоду при прийнятті рішень.

Роздаткові матеріали до вправи «Катастрофа»

На думку «експертів», основними речами, необхідними людині, яка потрапила в корабельну катастрофу, є предмети, що допоможуть вижити до прибуття рятувальників.

Навігаційні засоби мають порівняно невелике значення: якщо навіть маленький рятувальний пліт і в змозі досягти землі, неможливо на ньому забезпечити достатньо їжі та води для життя протягом цього періоду.

Отже, найважливішими є дзеркало для гоління і дволітрова каністра нафтогазової суміші. Ці предмети можуть бути використані для сигналізації повітряним та морським рятувальникам. Іншими за значенням є такі речі, як п'ятилітрова каністра з водою і коробка з армійським раціоном.

Представлена нижче коротка інформація, яка дається для оцінки кожного предмета, вочевидь, не перераховує всі можливі способи застосування даного предмета, а швидше вказує на значення даного предмета для виживання.

1. Дзеркало для гоління. Важливе для сигналізації повітряним та морським рятувальникам.
2. Дволітрова каністра нафтогазової суміші. Важлива для сигналізації. Нафтогазова суміш може бути запалена і буде пливти по воді для привернення уваги рятувальників.
3. П'ятилітрова каністра з водою. Необхідна для вгамування спраги.
4. Одна коробка з армійським раціоном. Забезпечує основну їжу.
5. Двадцять квадратних метрів целофанової плівки. Використовується для збору дощової води, забезпечує захист від стихії.
6. Дві коробки шоколаду. Резервний запас їжі.

7. Рибальське спорядження. Оцінюється нижче, ніж шоколад, тому що в даній ситуації «синиця в руці краще журавля в небі». Немає впевненості, що ви знайдете рибу.
8. П'ятнадцять метрів нейлонового канату. Можна використовувати для зв'язування спорядження, щоб воно не потрапило за борт.
9. Плавальна подушка. Якщо хтось впаде за борт, вона може послужити рятувальним засобом.
10. Репелент, що відлякує акул.

Поставте цифру 1 навпроти найважливішого предмета, цифру 2 – навпроти другого за значенням, і так далі до п'ятнадцятого, найменш важливого для вас.

Перелік предметів	Нумерація
сірники	
люстерко для гоління	
п'ятилітрова каністра з водою	
антимоскітна сітка	
запас продуктів (одна коробка з армійським раціоном)	
карти Тихого океану	
подушка (плавальний засіб)	
дволітрова каністра нафтогазової суміші	
маленький транзисторний приймач	
антиакулячий репелент	
двадцять метрів непрозорого пластику	
дев'ять метрів нейлонового каната	
коробка шоколаду	
рибальські снасті	
ковдри	

«Моє ім'я»

**«Я –....., носій гордого та
світлого імені, його дали мені
під час народження,
нагородивши мене,
....., Та, але
іноді мені заважають,
..... Та Моє ім'я
веде мене життєвим шляхом,
даючи змогу гідно приймати
уроки життя. Воістину я
власник величного імені».**

Інформаційне повідомлення «Взаємодія»

***Взаємодія** — взаємозалежний обмін діями, організація людьми взаємних дій, спрямованих на реалізацію спільної діяльності.*

Під час взаємодії відбувається обмін діями, зароджуються спорідненість, координація дій, а також стійкість їх інтересів, планування спільної діяльності, розподіл функцій тощо. За допомогою дій відбуваються взаємне регулювання, взаємний контроль, взаємовплив, взаємодопомога.

Види взаємодії. Традиційно види взаємодії поділяють на дві групи: співробітництво і суперництво.

1. **Співробітництво** передбачає такі дії, які сприяють організації спільної діяльності, забезпечують її успішність, узгодженість, ефективність. Цей вид взаємодії позначають також поняттями «кооперація», «згода», «пристосування», «асоціація». Співробітництво приваблює продуктивністю у вирішенні проблеми, партнерськими відносинами. Успішне співробітництво сприяє покращенню відносин і бажанню продовжувати взаємодію в майбутньому. Проте ця стратегія поведінки вимагає часу й зусиль для її реалізації.

2. **Суперництво.** Цю групу утворюють дії, які певною мірою розхитують спільну діяльність, створюють перепони на шляху до порозуміння. Їх позначають також поняттями «конкуренція», «конфлікт», «опозиція». Той, хто обирає дану стратегію поведінки, перш за все виходить із оцінки особистих інтересів, як високих, а інтересів свого суперника, як низьких. У певних випадках наявність суперництва є рухомою силою прогресу, наприклад: спортивні змагання, випадки суперництва при влаштуванні на роботу, конкурсні іспити при вступі у вищі навчальні заклади. Така стратегія руйнує стосунки між людьми, створює спокусу – виграти будь-якою ціною, аж до застосування нечесних і жорстоких методів. Вибір на користь суперництва (*боротьби*) характерний для деструктивної моделі взаємодії.

Отже, можна зробити висновок, що найпродуктивнішим видом взаємодії є співробітництво[11].

«Чорне-Червоне»

Ваш хід	Хід іншої команди	Ваші бали	Бали іншої команди
Чорне	Чорне	- 3	- 3
Чорне	Червоне	+ 5	- 5
Червоне	Чорне	- 5	+ 5
Червоне	Червоне	+3	+ 3

«Теремок»

Обговорення

1. Як розподілялися ролі?
2. Чи отримали ви ту роль, яку хотіли, чи співпала ваша роль із вашою поведінкою в реальному житті?
3. Чи легко вам було виконувати завдання? Чи одразу ви дійшли згоди, чи були конфліктні ситуації?
4. Які способи переконання своїх партнерів ви використовували?
5. Чи було у вас єдине розуміння цілей та завдань?
6. Чи були вами виявлені помилки у взаємодії групи?
7. У кого вийшло осмислити свої взаємовідносини, норми, правила, особисте становище в колективі та проаналізувати відносини, що між вами існують?

