

*Класний
Керівник*

*Батьківські
Збори*

10-11 клас

ВИДАВНИЦТВО
РАНОК



Класний

Керівник

*Батьківські
Збори*

10-11 клас

ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

УДК 808.51
ББК 74.200.25
Б28

Серія «Класний керівник»

Б28 **Батьківські збори. 10—11 класи / Упоряд. М. О. Володарська. — Х.: Ранок, 2011. — 160 с. — (Класний керівник). ISBN 978–617–540–186–6**

Даний посібник містить розробки тематичних бесід із батьками; анкети, тести для батьків та учнів, пам'ятки та поради для батьків із виховання дітей, а також педагогічні практикуми для батьків.

Видання допоможе класному керівникові дослідити взаємовідносини в родині учнів класу, більше дізнатися про особистості учнів та їхніх батьків, покращити спілкування між учителем та батьками, надати батькам слушні поради з актуальних проблем сучасного виховання, за допомогою батьків визначити доцільні методи виховання учнів та сприяти зміцненню батьківського колективу.

УДК 808.51
ББК 74.200.25

ISBN 978–617–540–186–6

© М. О. Володарська, упорядник, 2011
© ТОВ Видавництво «Ранок», 2011

ПЕРЕДМОВА

У цьому посібнику представлені розробки батьківських зборів у старшій школі, подано рекомендації щодо їхньої організації та проведення. Традиційні теми наповнені сучасним змістом і багатим дидактичним матеріалом.

Окрім сценаріїв самих зборів, у виданні пропоновані методики анкетування, довідкова педагогічна інформація. Описані форми й технології роботи з батьківським колективом. Особливу увагу приділено питанням вибору майбутньої професії та підготовки до складання державної підсумкової атестації і ЗНО.

Наш посібник стане в пригоді класним керівникам — як початківцям, так і досвідченим педагогам, а також студентам педагогічних вузів та зацікавленим батькам.

ТЕМА 1

Одвічна проблема поколінь

- Мета:** обговорити з батьками проблеми розвитку індивідуальності підлітків; сприяти взаєморозумінню батьків та учнів, умінню долати конфліктні ситуації в системі «учень — батьки»; стимулювати потребу батьків в емоційному контакті з дітьми; сприяти осмисленню батьками конфліктної ситуації та шляхів виходу з неї.
- Коментар:** класний керівник аналізує анкети учнів «Чи конфліктна ви особистість», анкети, питальники для учнів і батьків, пам'ятки для батьків, оформлення.
- Форма проведення:** зустріч батьків і дітей.
- Оформлення:** афоризми на дошці.
- «Старі люди мають право повчати, радити. Умій шанувати це моральне право».
В. О. Сухомлинський
- «Майже завжди доводиться шкодувати, що сварка не була припинена на початку».
Л. М. Толстой
- «У кожного часу свої пісні».
Російське прислів'я
- «Стосунки батька й сина — річ непроста, і щоб їх налагодити, потрібно чимало зусиль з обох боків».
Дж. Олдрідж

Анкета для учнів і батьків

Продовжте речення:

Конфлікт — це...

Причиною конфлікту може бути...

Для того щоб уникнути конфлікту, потрібно...

Дітям

Закінчи:

1. Я люблю, коли вдома _____
2. Мені подобається, коли батьки _____
3. Я не люблю, коли мама _____
4. Я любив би вас ще більше, якби ви _____
5. Найголовніше в сім'ї _____

Батькам

Закінчіть:

1. Я люблю, коли вдома _____
2. Мені подобається, коли син (дочка) _____
3. Я не люблю, коли син (дочка) _____
4. Я пишався би своїми дітьми ще більше _____
5. Найголовніше в сім'ї _____

Чи знаємо ми одне одного?

Питальник для дітей

1. Назви улюблене виховне висловлювання своїх батьків
2. Улюблений колір мами (тата) _____
3. Улюблений актор мами (тата) _____
4. Улюблений співак мами (тата) _____
5. Улюблена страва мами (тата) _____
6. Улюблений вид спорту мами (тата) _____
7. Чи знаєш ти друзів батьків? _____
8. Що твої батьки цінують у людях? _____

Чи знаємо ми одне одного?

Питальник для батьків

1. З якими ласкавими словами звертається до вас ваша дитина? _____
2. Улюблений колір дочки (сина) _____
3. Улюблений актор дочки (сина) _____
4. Улюблений співак дочки (сина) _____

5. Улюблена страва дочки (сина) _____
6. Улюблений вид спорту дочки (сина) _____
7. Чи знаєте ви друзів своїх дітей? _____
8. Що ваші діти цінують у людях найбільше? _____

Пам'ятка для батьків

«Як поводитися в конфліктній ситуації»

Перед тим як вступати в конфліктну ситуацію, подумайте, який результат від цього ви хочете одержати.

Переконайтеся в тому, що цей результат для вас справді важливий.

У конфлікті визнавайте не тільки свої інтереси, а й інтереси іншої людини.

Дотримуйтеся етики поведінки в конфліктній ситуації, розв'яжуйте проблему, а не зводьте рахунки.

Будьте рішучі й щирі, якщо переконані у своїй правоті. Спробуйте почути доводи свого опонента.

Не принижуйте й не ображайте іншу людину, щоб потім не згоряти від сорому при зустрічі з нею і не мучитися каяттям.

Будьте справедливі й чесні в конфлікті, не жалійте себе.

Умійте вчасно зупинитися.

Дорожіть власною повагою до самого себе, зважившись іти на конфлікт із тим, хто слабший за вас.

Анкета для учнів «Чи конфліктна ви особистість?»

1. Уявіть, що в громадському транспорті починається суперечка. Що ви зробите:
 - а) не буду втручатися у сварку;
 - б) можу втрутитися, підтримати того, хто правий;
 - в) обов'язково втручуся й буду обстоювати власну точку зору.
2. На зборах у класі критикують старосту або членів ради школи за допущені помилки. Ваша поведінка:
 - а) ніколи не критикую;

- б) критикую залежно від особистого ставлення до нього чи до них;
 - в) завжди критикую.
3. Класний керівник пропонує план роботи, який здається вам нераціональним. Ваша поведінка:
- а) запропоную свій план, який вважаю кращим;
 - б) боюся критикувати вчителя;
 - в) обстоюватиму свій план, якщо мене підтримають інші учні.
4. Чи любите ви сперечатися з однокласниками:
- а) тільки з тими, хто не ображається;
 - б) так, але тільки з принципових питань;
 - в) сперечаюся з усіма, незважаючи на осіб.
5. Хтось намагається пролізти вперед вас без черги:
- а) обурююся подумки;
 - б) і я не гірший, теж намагаюся пролізти без черги;
 - в) відкрито висловлюю своє незадоволення.
6. Ваш однокласник виступає на конференції. Робота цікава, але в ній є помилки. Ваша думка вирішальна:
- а) скажу про позитивні й негативні моменти роботи;
 - б) відзначу позитивні моменти й запропоную їх доопрацювати;
 - в) будь-що-будь критикуватиму.
7. Розраховуючись у крамниці, ви бачите, що вас обрахували:
- а) йду, проковтнувши образу;
 - б) попрошу ще раз перерахувати куплене;
 - в) я це так не залишу.
8. Ви сперечаєтеся з батьками і переконуєтеся, що батьки праві:
- а) батьки завжди праві, тому ніколи з ними не сперечаюся;
 - б) визнаю свою помилку й прошу вибачення;
 - в) продовжую доводити свою правоту, навіть якщо це не так.
- Підрахуйте свої бали: а) 4 бали, б) 2 бали, в) 0 балів.

24–38 балів. Ви не любите конфлікти! Якщо вступаєте в суперечку, то завжди думаєте про те, як це може позначитися на стосунках з іншими людьми.

9–23 бали. Ви наполегливо обстоюєте свою думку, незважаючи на те, як це позначиться на стосунках з іншими людьми.

8 балів і менше. Ви навмисне шукаєте привід для суперечки, критикуєте інших із вигодою для себе. Ви любите нав'язувати свою думку всім, навіть якщо не праві; завжди шукаєте докола себе винних людей. Сварка — це ваша улюблена розвага.

Хід зборів

Бесіда.

Шановні батьки!

Ваші діти — учні 10 класу. Вони перебувають на фінішній прямій, яка приведе їх до закінчення школи й вступу у велике життя. Що ж слід зробити для того, аби діти, навчаючись у 10–11 класах школи, змогли утвердитися у своїх знаннях, майбутньому професійному виборі? Що слід зробити для того, аби це самоствердження було успішним, без драм і страждань для самого учня і людей, які його оточують?

Доки дитина не досягла підліткового віку, батьки вирішують, що для неї краще, як вона повинна поводитись у тій чи іншій ситуації. Зі вступом у підлітковий вік у дитини виникають закономірні питання: «Чому я повинна їх слухати?», «Чому вони мають бути завжди праві?». Таким чином, батьки повинні розуміти, що це не протест, що це період пошуку себе, цілей, звичок, думок, переконань.

Дитину не можна змусити робити щось просто так. Для цього потрібні розумні й переконливі аргументи. Якщо таких аргументів немає, між батьками й дітьми виникають непорозуміння, діти чинять опір аргументам батьків. Причиною цього може бути:

1. Відсутність авторитету батьків в очах дитини.
2. Розбалуваність дітей змалку. Дитина відразу перестає слухатися, коли їй висувають вимоги, яких раніше не було.
3. Конфлікти між батьками. Конфліктність у характері самих батьків, яка може істотно вплинути на становлення характеру дитини та на її самоствердження.

Для того щоб дитина могла самоствердитися й досягти успіхів у дорослому житті, батьки повинні:

- реалістично оцінювати її успіхи й досягнення;
- конструктивно критикувати, пропонуючи шляхи розв'язання проблеми;
- бачити й позитивно оцінювати будь-які успіхи дитини на шляху до мети;
- підтримувати дитину морально й матеріально (необхідні книги, спортивна форма, музичні інструменти, словники тощо);
- щиро радіти її перемогам і досягненням;
- не лаяти її, якщо щось не вдалося;
- вірити в успіх і вселяти цю віру дитині.

Аналіз анкетування учнів

Далі класний керівник може запропонувати послухати лист учениці 11 класу, опублікований у газеті: «Скільки себе пам'ятаю, я завжди конфліктувала з батьками. Напевно й не сварлива, а маленькі сварки все одно були. Ну чому дорослі нас не розуміють? Напевно, дається взнаки різниця у віці, виховання. Я хочу покласти цю річ так, а мама — інакше; я хочу піти прогулятися, а мамі треба поспілкуватися; я не хочу робити уроки (з якихось своїх особистих причин), а мама лає за неробство. З боку старших завжди виникають якісь перешкоди, заборони на шляху до дій, до прояву ентузіазму. «Мені на дискотеку треба бігти, до друзів», — кажу я мамі, а вона цього не розуміє: там, на її думку, одна розпуста, алкоголь та наркотики.

А дитині б — танці до упаду та увага з боку протилежної статі. Вона ж усе одно туди потрапить, навіть обманом,

проте всі умовляння спричиняють скандал. Навіщо все це потрібно?

Батьки хочуть самоствердитися в очах свого чада, дати йому гідне виховання, але дитина навряд чи це зрозуміє. А тут іще перехідний вік навалився, гормони розходилися, на обличчі прищі. Скрізь — проблеми.

Старше покоління весь час критикує нас, молодих: “Ось ви такі-сякі, нічого не вмієте, ледарі. Ось ми у ваші роки...” І це все замість того, щоб підтримати, сказати ласкаві слова, допомогти. Краще “давити” на психіку, “забивати” своїм авторитетом, а потім думати: «Ну що я зробив не так? Чому моя дитина погано вчиться? Чому веде сибаритський спосіб життя? Чому вона стала наркоманом?» А тому що стрижень ламається, іржавіє, і рідні люди стають найлютішими ворогами. А треба вчитися поступатися один одному, вчитися прощати. Адже ми люди, ми вміємо говорити. Отже, треба говорити вголос, бо часто саме через недомовки виникає нерозуміння.

Безперечно, слухати поради старших треба, у них великий життєвий досвід, але ж вони не будуть жити за тебе, у кожного своя голова на плечах. І скільки б не стверджували, що треба вчитися на чужих помилках, насамкінець навчишся тільки тоді, коли помилишся сам. З часом усе минеться: і печаль, і смуток. Ти виростеш, зрозумієш, що дорожчих за матір і батька немає нікого. Згадаєш, яким пустуном ти був, скільки нервів їм зіпсував, та буде вже пізно, вже нічого не зміниш.

Отож думай про свої вчинки (іноді не дуже хороші), думай про близьких тобі людей, піклуйся про них. Життя пролетить, мов одна секунда, з’являться свої діти, почнуть влаштовувати тобі різні «приємності», а ти називатимеш їх максималістами й неробами. Ось тоді ти й згадаєш свою молодість і всі свої проблеми, а може, й не згадаєш, доводячи своїм дітям, що ти ідеальний, безгрішний і взагалі — сам Бог. Хтозна, що буде там, у далекому майбутньому, але ж ти живеш зараз, значить, по можливості повинен не робити безглузких помилок сьогодні. І взагалі, зміни

себе, свою поведінку — і весь світ навколо тебе зміниться. Навіть батьки не здаватимуться тобі страшними консерваторами, а, навпаки, найкращими та найдобрішими людьми».

Отже, вічна проблема — це непорозуміння між двома поколіннями. Непорозуміння між «батьками» і «дітьми» було завжди, але найстрашнішим є те, що це непорозуміння може викликати конфлікт.

Як ви думаєте, чому батьки і діти частенько сваряться?

Відповіді дітей: «Батькам ніколи вдумуватися в проблеми дітей, вони відразу починають “виховувати”, карати». *Відповіді батьків:* «Діти не хочуть зрозуміти, що батьки втомилися на роботі, що в них чимало проблем, і не здогадуються допомогти їм, заспокоїти їх».

Учитель. Але навіть тоді, якщо ви добре знаєте одне одного, у сім'ї усе одно іноді трапляються сварки й конфлікти. Як же їх уникнути, що треба, а що не треба робити в таких ситуаціях.

Батьки отримують картки з проблемними ситуаціями.

Ситуація № 1

Ви втомилися й погано себе почуваєте, а до вашого сина (дочки) прийшли друзі прослухати новий диск. Із чого ви почнете свою розмову?

Ситуація № 2

Ваша дитина була на дні народження у друга. Повернулася додому, і ви відчули запах алкоголю. Якою буде ваша реакція?

Ситуація № 3

Вас викликають до школи після численних зауважень у щоденнику вашої дитини. Якими будуть ваші дії?

Ситуація № 4

Ваш сімейний бюджет малий, а дитина постійно вимагає модні речі. Якими будуть ваші дії?

Ситуація № 5

Після зборів батьки повертаються додому не в дусі й вимагають пояснень від дитини. Вони говорять, що з такими результатами її нікуди не візьмуть після школи, а та спокійно відповідає: «Значить, піду працювати». Як вчинити в такій ситуації?

Ситуація № 6

Батьки подарували гроші своїй дитині з певною метою, а вона їх витратила, придбавши те, що їй давно хотілося. Батьки були обурені, на свою адресу дитина почула багато неприємних слів. Зрештою вона, грюкнувши дверима, пішла з дому.

Ситуація № 7

Між матір'ю та донькою протягом півроку відбуваються суперечки з приводу того, коли п'ятнадцятирічна донька повинна повертатися додому. Мати наполягає на тому, що вона має приходити не пізніше 9-ї вечора, а дочка вважає, що тут узагалі неможливі жодні обмеження.

Ситуація № 8

Ви повертаєтеся з роботи додому й уже на сходах чуєте гучну музику, веселощі у вашому будинку. Ви заходите й бачите свою дитину та її друзів, які розважаються. У кімнатах — цілковитий безлад. Ваша дитина дивиться на вас і каже: «Привіт! Ми трохи погуляємо. Не заперечуєш?»

Обговорення ситуацій

Робота в групах «батьки» і «діти».

Учитель. Шановні батьки, дорогі діти, візьміть, будь ласка, аркуші й ліворуч напишіть те, що вас не влаштовує в дітях (батьках), а праворуч — те, що вам у них подобається.

Цю роботу виконують колективно, обговорюють разом; можна увімкнути неголосну веселу музику, щоб батьки й діти не дослухалися до думок одне одного. Робота триває 3 хвилини.

Учитель. Робота завершена. Молодці, ви дуже активно працювали. А тепер прошу зачитати ті думки дітей і батьків, що записані справа, тобто позитивні якості.

Наші батьки люблять своїх дітей, вони дбайливі, досвідчені, працелюбні. Наші діти розумні, веселі, цілеспрямовані, модні. А мені здається, що ви все-таки не дуже добре знаєте одне одного. Не згодні? Давайте перевіримо.

Батьки і діти працюють за питальником «Чи знаємо ми один одного?», кожний індивідуально, по 5 хвилин. Потім учитель пропонує дати відповіді. Відповідають попарно дитина й батьки з однієї сім'ї.

Учитель тактовно підбиває підсумок.

Підсумок зборів

Шановні батьки, дорогі діти, підсумком усього почутого й побаченого можуть бути висловлювання видатних людей (зачитує висловлювання В. Сухомлинського, Л. Толстого, Дж. Олдріджа).

Наш видатний педагог В. А. Сухомлинський в одній зі своїх робіт, адресованій молоді, розповів таку бувальщину:

«У маленькій лікарні на околиці великого міста лежали дві матері — Чорнокоса й Білокоса. Вони народили синів. Сини народилися в один день: у Чорнокосої матері — уранці, у Білокосої — увечері. Обидві матері були щасливі. Вони мріяли про майбутнє своїх синів.

— Я хочу, щоб мій син став видатною людиною, — казала Білокоса мати. — Музикантом або письменником, відомим на весь світ. Або скульптором, який створив витвір мистецтва, що житиме вічно. Або інженером, який побудував космічний корабель, що полетить до далекої зірки. Ось для чого хочеться жити.

— А я хочу, щоб мій син став доброю людиною, — сказала Чорнокоса мати. — Щоб ніколи не забував матір і рідний дім. Щоб любив Батьківщину та ненавидів ворогів.

За тиждень щасливі чоловіки, які стали тепер батьками, забрали додому дружин і синів.

Минуло тридцять років. У ту саму маленьку лікарню на околиці великого міста прийшли дві жінки — Чорнокоса й Білокоса. У їхніх косах вже сріблилася сивина, обличчя були вкриті зморшками, але жінки були такими ж красивими, як і тридцять років тому. Вони впізнали одна одну. Їх обох поклали лікуватися в ту саму палату, де три десятиліття тому вони народили синів. Вони розповідали про своє життя. В обох було багато радощів і ще більше горя. Їхні чоловіки загинули на фронті. Але, розповідаючи про своє життя, вони чомусь не згадували про синів. Нарешті Чорнокоса мати запитала:

— Ким же став твій син?

— Видатним музикантом, — з гордістю відповіла Білокоса мати. — Він зараз диригує оркестром, який виступає в найбільшому театрі нашого міста. Він користується величезним успіхом. Невже ти не знаєш мого сина? — і Білокоса мати назвала ім'я музиканта. Так, звісно, Чорнокоса мати добре знала це ім'я, воно було відоме багатьом. Нещодавно вона читала про великий успіх цього музиканта за кордоном.

— А твій син ким став? — запитала Білокоса.

— Хліборобом. Ну, щоб тобі було зрозуміліше — механізатором у селі, тобто і трактористом, і комбайнером, і на тваринницькій фермі доводиться працювати. З ранньої весни до пізньої осені, поки сніг укріє землю, син мій оре землю і сіє хліб, збирає врожай і знову оре землю, сіє й знову збирає. Живемо ми в селі — десь кілометрів сто звідси. У сина двоє дітей — трирічний хлопчик і дівчинка нещодавно народилася.

— Усе-таки щастя тебе обійшло, — сказала Білокоса. — Твій син став звичайною, нікому не відомою людиною.

Чорнокоса мати нічого не відповіла.

Не минуло й дня, як до Чорнокосої матері приїхав із села син. Місяць лежали в лікарні дві матері, щодня приїжджав до Чорнокосої матері син-хлібороб із далекого села, привозив синівську посмішку, і, здавалося, мати тільки від тієї посмішки видужує. Білокосій матері здавалося, що,

коли до її сусідки приїжджав син, навіть лікарняним стінам хотілося, щоб мати сина-хлібороба швидше одужала.

А до Білокосої матері так ніхто й не прийшов. Минув місяць. Лікарі сказали Чорнокосій матері: «Тепер ви абсолютно здорова жінка». За Чорнокосою матір'ю приїхав син. Він привіз декілька великих букетів червоних троянд. Квіти подарував лікарям і сестрам. Усі в лікарні посміхалися.

Прощаючись із Чорнокосою матір'ю, Білокоса попросила її залишитися з нею на кілька хвилин наодинці. Коли з палати всі вийшли, Білокоса мати із сльозами на очах запитала:

— Скажи, дорога, як ти виховала такого сина? Адже ми народили їх в один день. Ти щаслива, а я... — і вона заплакала.

— Зараз ми попрощаємося і більше ніколи не побачимося,— сказала Чорнокоса,— тому що такого дивовижного збігу не може бути вдруге. Отож я скажу тобі всю правду. Син, якого я народила в той щасливий день, помер... Помер, коли йому й року не виповнилося. А це... не кровний мій син, але рідний! Я всиновила його трирічним хлопчиком. Він, звісно, майже не пам'ятає цього. Але я для нього — рідна мати. Ти бачила це на власні очі. Я щаслива. А ти нещасна людина, і я глибоко співчуваю тобі. Якби ти знала, як я переживала в ці дні за тебе. Вже хотіла було піти з лікарні, адже кожний приїзд мого сина завдавав тобі важких мук. Вийдеш із лікарні, піди до сина й скажи: його бездушся обернеться проти нього. Як він ставиться до матері, так і його діти ставитимуться до нього. Байдужість до батька-матері не прощають».

Учитель. Як ви вважаєте, діти, чому так сталося? Чому в Білокосої матері виріс байдужий син? Що, можливо, не так робила мати, коли її син був іще маленьким? А що треба робити, щоб діти вирости добрими, чуйними, уважними?

(Відповіді батьків і дітей.)

Отож, нехай те, про що ви всі зараз почули, допоможе вам зміцнити ваші стосунки в сім'ї. А ви,

батьки, пам'ятайте: «Мудре російське слово «воспитанник» має один і той самий корінь, що й слово «питать». Дитину годують не тільки хлібом насущним, але й духовною їжею». А дітям я б хотіла запропонувати слова М. Цветаєвої: «Не гнівайтесь дуже на батьків, пам'ятайте, що вони були вами, а ви будете ними».

Дякую всім за участь у дружній зустрічі двох поколінь.

ТЕМА 2

Мета: Психологічні особливості старших підлітків розповісти батькам про психологічні особливості старших підлітків, про механізми впливу на дітей, про тип контролю дисципліни; довести, що тільки при цілковитій взаємодії обох батьків можливе повноцінне виховання дитини.

Коментар: перед батьківськими зборами класний керівник задля отримання самохарактеристики учнів проводить анкетування, що визначає рівень їхньої самооцінки; «мозковий штурм» учнів класу «Як сформулювати в собі відповідальність?»; готує пам'ятки для батьків.

Методика вивчення рівня самооцінки.

Мета: виявити рівень загальної самооцінки підлітків.

Хід роботи. Учням пропонують заповнити питальник, що містить 32 судження, з приводу яких можливі п'ять варіантів відповідей. Кожну відповідь кодуєть балами за такою схемою:

дуже часто — 4,
часто — 3,
іноді — 2,
рідко — 1,
ніколи — 0.

Судження

1. Я хочу, щоб мої друзі підбадьорювали мене.
2. Я постійно відчуваю свою відповідальність за навчання.
3. Мене непокоїть моє майбутнє.
4. Багато хто ненавидить мене.
5. Я не такий ініціативний, як інші.
6. Мене непокоїть мій психічний стан.
7. Я боюся видатися невігласом.
8. Зовнішність інших людей набагато привабливіша, ніж моя.
9. Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я часто роблю помилки.
11. Шкода, що я не вмію говорити з людьми так, як слід.
12. Шкода, що мені не вистачає впевненості у собі.
13. Я волів би, щоб інші люди частіше схвалювали мої дії.
14. Я занадто скромний.
15. Моє життя марне.
16. Багато хто неправильно думає про мене.
17. Мені ні з ким поділитися своїми думками.
18. Люди чекають від мене забагато.
19. Люди не дуже цікавляться моїми досягненнями.
20. Я трохи соромлюсь.
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміє мене.
22. Я не відчуваю себе в безпеці.
23. Я часто хвилююсь, та даремно.
24. Я почуваю себе ніяково, коли входжу до кімнати, де вже сидять люди.
25. Я почуваю себе скуто.
26. Я відчуваю, що люди говорять про мене за моєю спиною.

27. Я впевнений, що люди майже все сприймають легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною має статись якась прикрість.
29. Мене непокоїть думка про те, як люди ставляться до мене.
30. Шкода, що я не дуже комунікабельний.
31. У суперечках я висловлююсь тільки тоді, коли впевнений у своїй правоті.
32. Я думаю про те, чого чекає від мене клас.

Обробка даних.

Для виявлення рівня самооцінки потрібно підсумувати бали за всіма 32 судженнями. Сума балів:

від 0 до 25 — свідчить про високий рівень самооцінки, за якого людина, як правило, не обтяжена «комплексом неповноцінності», правильно реагує на зауваження й рідко сумнівається у власних діях;

від 26 до 45 — свідчить про середній рівень самооцінки, коли людина рідко страждає від «комплексу неповноцінності» й лише іноді намагається підлаштуватися під думку інших;

від 46 до 128 — вказує на низький рівень самооцінки, за якого людина болісно сприймає критичні зауваження на свою адресу, намагається завжди зважати на думку інших і часто страждає від «комплексу неповноцінності».

Пам'ятка для батьків «Ваша дитина — підліток»

Любіть дитину не за те, що вона розумна чи красива, а за те, що рідна.

Головне новоутворення підліткового періоду — відкриття своєї індивідуальності, свого «я».

У цей час починається перебудова організму — дитина стає імпульсивною, у неї часто змінюється настрій, виникають конфлікти з ровесниками та батьками.

У дітей настає криза, пов'язана з бажанням здобути самостійність, звільнитися від батьківської опіки, з'являється страх перед невідомим дорослим життям.

Зростає дух незалежності, який впливає на стосунки підлітків у сім'ї, у школі.

Бажання звільнитися від зовнішнього контролю поєднується зі зростанням самоконтролю й початком свідомого самовиховання.

Підліток дуже вразливий і легко підпадає під вплив як позитивний, так і негативний.

Дитина має підвищений рівень тривожності.

Внутрішній світ дитини ще нестабільний, тому батькам не слід залишати своїх дітей без нагляду.

Розширюється коло спілкування.

Зростає інтерес до свого тіла, зовнішності.

З'являються нові авторитети.

Недоліки й суперечності в поведінці близьких і старших сприймаються гостро й хворобливо.

Батьків підлітки хочуть бачити як друзів і порадників, а не як диктаторів.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Ваші діти вступили в період ранньої юності. Хочу познайомити вас із психологічними особливостями ранньої юності. Вони такі:

- формується особистісна ідентичність, відкриття власного «я»;
- гармонізується фізичний і психічний розвиток;
- зміцнюються й удосконалюються процеси розумового розвитку, мислення набуває особистісного, емоційного характеру;
- розвивається рефлексія, самосвідомість;
- самосвідомість спрямована в майбутнє;
- розвивається емоційна сфера;
- покращується комунікативність, з'являються самостійність, урівноваженість, самоконтроль;

- спілкування з однолітками, пошук свого «я», друга, об'єкта любові;
- змінюються стосунки з дорослими;
- професійне самовизначення.

Одна з головних особливостей підліткового віку — зміна авторитетів і перебудова взаємин із дорослими.

«Ми й дорослі» — це постійна тема дітей підліткового віку. Однією з найважливіших потреб перехідного віку є звільнення від контролю та опіки з боку дорослих (батьків, учителів). Сім'я — це найважливіший чинник у вихованні дитини, на який впливає все — і виховання, яке дають їй батьки, і атмосфера в родині.

Неабиякий вплив на підлітків має стиль спілкування з батьками.

Механізми впливу на дітей.

1. Підкріплення: заохочення поведінки, яку дорослі вважають правильною, або покарання за вчинки, що їй не відповідають.
2. Наслідування: дитина наслідує батьків та інших дорослих.
3. Розуміння: коли батьки знають проблеми дитини й допомагають їй в усьому.
4. Рольове взаємодоповнення. (Сім'я, у якій батьки добре ведуть домашнє господарство, може виростити дитину ні до чого не пристосовану.)
5. Психологічна протидія. (Юнак, свободу якого обмежують, може бути самотійним і, навпаки, якщо батьки все дозволяють, може вирости залежним.)

Тип контролю дисципліни.

Активність, самотійність, ініціатива дитини. Протилежність — пасивність, залежність, сліпа слухняність.

У родині не завжди практикується один і той самий стиль дисципліни: батьки, як правило, більш суворі, а матері — м'якші. Батько й мати можуть доповнювати, а можуть і нівелювати вплив одне одного.

1. Демократичний стиль спілкування: найбільшою мірою виховує самостійність дитини. Крайні типи стосунків дають погані результати.

2. Авторитарний стиль: викликає в дітей відчуження, почуття власної незначущості.

Авторитарні методи пов'язані із:

— традиціями;

— стосунками на роботі;

— звичкою зганяти зло на дітях через власні неприємності;

— розв'язанням своїх проблем за допомогою сили.

Однак якщо з маленькими дітьми такий стиль спілкування може виявитися ефективним, то в підлітковому віці це вже загрожує конфліктами! А стиль спілкування вже сформувався.

3. Ліберальний стиль: викликає в дитини почуття, що батьки байдужі до неї. Послаблення та посилення батьківського виховання призводить до формування особистості зі слабким «я».

Перехідний вік — це період відмежовування підлітків від батьків.

Емоційний перехід — показує, наскільки важливий для дитини емоційний контакт із батьками. Надмірна любов шкодить, виховує залежність від батьків, і дітям важко буде в дорослому світі. Статус «матусин синочок» обтяжує. Підлітки бачать розбіжність між словами та ділом (між тим, що говорять батьки, родичі, учителі, і тим, як вони насправді поведуться в житті) — це сприймається гостро й болісно.

Чим гірші стосунки з батьками, тим ближче будуть діти до однолітків і тим більше вони залежатимуть від них.

Діти хочуть бачити батьків друзями й порадиниками, тобто їм потрібний їхній досвід. Зрозуміти іншу людину можна тільки за умови поваги до неї. Слід зазначити, що і хлопчики, і дівчатка найчастіше відвертіші з матір'ю, аніж із батьком, тимчасом як цей вид спілкування має неабияке значення.

Стосунки дітей і батьків нерівноправні. Чимало батьків, звикнувши «розпоряджатися» дітьми, болісно сприймають послаблення своєї влади. А підлітки неуважні до своїх батьків через свій вік. Особливо важко батькам, тому їм слід учитися батьківства. Це є наслідком зміни цінностей, оскільки в сучасному суспільстві працюють і батько, і мати. Іноді матері заробляють більше від батьків, унаслідок чого виникають конфлікти з дітьми і в сім'ї. Саме тому батькам треба вчитися чуйності, уважності тощо. І, найголовніше, не забувати про те, що повноцінне виховання дитини можливе лише при повній взаємодії як батька, так і матері. «Не думайте, що ви виховуєте дитину тоді, коли розмовляєте з нею, або повчаєте її, або караете її. Ви виховуєте її щомиті, навіть тоді, коли вас немає вдома» (А. С. Макаренко).

Самооцінка старшокласника та оцінні здібності

Самооцінка — це один із різновидів оцінних здібностей старшокласника.

Самооцінка сприяє саморозвитку особистості будь-якої людини. Нормальна самооцінка сприяє формуванню розвинутої особистості. Завищена або занижена самооцінка призводить до того, що людина не реагує на зауваження людей, які її оточують (батьків, учителів), як наслідок недоліки у поведінці можуть перетворитися на звички, від яких потім буде дуже важко позбавитися.

Головна причина неправильної самооцінки полягає не в тому, що люди (старшокласники) не бачать свої недоліки, а в тому, що навіть за допомогою сторонніх людей вони не здатні їх розрізнити. Саме тому головне завдання у формуванні нормальної самооцінки — це навчити людину бачити свої помилки та недоліки, визнавати їх, а також у міру можливості й виправляти. До того ж намагатися виправляти їх постійно.

Самооцінка — це найважливіший складник самоконтролю. Самоконтроль пов'язаний із самопізнанням. Від само-свідомості залежать дії і вчинки.

Значення самооцінки учнів неабияке, оскільки чим старшими вони стають, тим більше орієнтуються не на думку інших людей, а на свою власну.

Правильна самооцінка важлива для налагодження нормальних стосунків учнів із батьками, однолітками, учителями. Помилки, перебільшення власних можливостей заважають правильному розвитку особи, унаслідок чого виникають важко вирішувані особистісні й міжособистісні суперечності.

Питання для обговорення:

Що означає «бути відповідальною людиною»?

Чи впливає відповідальність на формування самоконтролю та самооцінки?

Як сформувати в собі відповідальність? (Аналіз результатів попереднього «мозкового штурму» учнів класу.)

Навчання є головною працею учнів. Саме тому ця проблема дуже актуальна, оскільки багато учнів працюють нижче за свої можливості (занижена самооцінка). Деякі учні вважають, що вчителі занижують рівень їхніх знань (завищена самооцінка). Як ми вже сказали, що і те й інше погано. І завищена, і занижена самооцінка породжують чимало поганих звичок, від яких надалі буде важко позбавитися. Самооцінка учнів проявляється в самохарактеристиці.

Самохарактеристика відображає особливості усвідомлення людиною своїх дій, учинків, уміння оцінювати власні можливості.

(Для отримання самохарактеристики учнів перед батьківськими зборами проводять анкетування, що визначає рівень самооцінки.)

На підставі отриманих результатів батькам дають загальні та індивідуальні рекомендації.

Загальні рекомендації батькам

Необхідно:

створювати «ситуацію успіху»;

піднімати учнів в їхніх власних очах;

хвалити учнів навіть за невеликий успіх.

Інфантилізм (психологічний тренінг)

Інфантилізм (від латин. *infantilis* — дитячий) — паталогічне відставання людини в розвитку, яке виявляється у збереженні в дорослому віці фізичних та інтелектуальних рис, властивих дитячому вікові.

Термін вживають як щодо фізіологічних, так і щодо психічних явищ.

У переносному значенні інфантилізм (як дитячість) — це прояв наївного підходу в побуті, у політиці тощо.

Сучасна проблема юнаків і дівчат полягає в тому, що більшість із них не здатні дотримуватися своїх слів й надто легковажно ставляться до власних обіцянок.

У старших класах при недотриманні режиму спочатку проводять загальну індивідуальну бесіду й тільки в тому разі, коли учні знову не виконують вимог, про провину повідомляють батьків. Таке розв'язання проблеми дозволяє учням формувати самостійність і відповідальність за свої вчинки.

Однак найчастіше учні дуже легко дають обіцянки, заздалегідь знаючи, що не виконають їх.

Погано те, що така поведінка стає для молоді звичкою. Надалі ця необов'язковість може призвести до серйозних проблем — і не лише в школі, але й у житті.

Така поведінка характерна не тільки для школи, але й для дому.

Ця необов'язковість має конкретну назву — інфантилізм.

І це означає, що самосвідомість учнів «застрягла» на рівні 5–7-го класу. Причиною цього найчастіше є те, що в середній школі майже всі проблеми таких дітей вирішують батьки та вчителі, наслідком чого і є споживацьке ставлення з боку молоді. Ні за що не треба відповідати, будь-які проблеми будуть розв'язані, не треба дотримуватися слова, даного іншим.

Знімається відповідальність за провину учнів. Саме це й призвело до того, що молоді люди не можуть тримати свого слова, вони до цього просто не привчені.

Варіантів виходу із цієї ситуації небагато:

— або про кожну провину (порушення загальноприйнятих правил) повідомляти батькам, оскільки дисципліни слід обов'язково дотримуватися;

— або проводити роботу щодо виховання в молоді вміння відповідати за свої вчинки, тобто батьки повинні самі навчитися дотримуватись своїх обіцянок і доводити справу до кінця; про жодні потурання не може бути й мови.

Інакше батьки ризикують отримати цілковиту непокору з боку своїх дітей.

Слід зазначити, що в тому разі, коли батьки самі роблять помилки, спілкуючись із дітьми, вони повинні вміти визнавати власну провину, а часом і вибачатися перед своєю дитиною, незважаючи на самолюбство.

Уміння батьків визнавати свої помилки так само вчитиме їхню дитину багатьох речей, оскільки перед її очима завжди перебуватиме позитивний приклад. Позитивний приклад із боку своїх батьків — один із найкращих чинників виховання. Бажаю вам злагоди та взаєморозуміння у сім'ї!

Підсумок зборів

Наприкінці зборів класний керівник ще раз підкреслює важливість обговорюваної проблеми й пропонує батькам не забувати про те, що кожний підліток є носієм неабиякої мудрості, а їхнє завдання — пізнати цю мудрість і використувати її задля взаємного духовного зростання!

ТЕМА 3

Сім'я як чинник соціалізації в юнацькому віці

Мета: познайомити батьків із психологічними механізмами соціалізації в сім'ї, розглянути основні стилі виховання, а також наслідки дисгармонійних сімейних стосунків.

Коментар: класний керівник готує пам'ятки для батьків.
Оформлення: На дошці написаний афоризм С. Бранта — «Дитя вдалося у батьків: вони — зразок для малюків».

Пам'ятка для батьків

Як ставитися до дітей 15–18-річного віку:

У 15–18-річному віці молоді люди вже намагаються визначитися щодо багатьох важливих позицій:

- їхні дружні зв'язки стають міцними й можуть зберігатися до кінця життя;
- у навчальній діяльності починають проявлятися професійні схильності та інтереси;
- дорослі знову стають для них авторитетними, але вже залежно від особистих рис;
- великого значення набуває пошук об'єктів наслідування та поклоніння;
- інтимні переживання відіграють головну роль і на якийсь час можуть відсунути на другий план решту інтересів та захоплень.

Як слід поводитися з дитиною:

- діліться з дитиною удачами, успіхами та проблемами, радьтеся з нею;
- дозволяйте дитині проводити час із друзями вдома;
- будьте готові до того, що ваша дитина вступить із кимось в інтимні стосунки або набуде шкідливих звичок;
- у разі виникнення серйозних проблем допомагайте своїй дитині знайти вихід, переконуйте її, що є люди з іншими, значно кращими інтересами;

- доводьте дитині, що вона має позитивні риси, які слід активно розвивати.

Ніколи

- не нав'язуйте свою волю у виборі друзів, зовнішнього вигляду (зачіски, одягу, макіяжу тощо), у визначенні сфери діяльності для самореалізації, зокрема професійної;

- не змушуйте сина чи дочку до відвертості; якщо ви не наполягатимете, то вони самі звернуться до вас зі своїми проблемами;

- не панікуйте, дізнавшись про ранній (на ваш погляд) сексуальний досвід своєї дитини, а допоможіть впоратися з розчаруванням, якщо воно виникло у зв'язку із цим, або в разі потреби проконсультуйтеся з лікарем.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Природа розпоряджається так, що кожна дитина народжується лише кандидатом на звання людини. Однак, щоб стати особистістю й набути належних моральних якостей, вона повинна не тільки навчитися ходити, їсти, користуватися певними предметами, обслуговувати себе, отримати професію, але й — найголовніше — навчитися жити з іншими людьми, оскільки міжособистісне спілкування є одним із соціально-психологічних механізмів становлення особистості.

Моральні якості (доброта або байдужість до людей, егоїзм або жорстокість, прихильність або зло) зовсім або майже зовсім не залежать від генетики. Тобто результати виховання або самовиховання можуть бути куди вищими за наші природні задатки.

Становлення дитини як соціальної істоти неможливе без допомоги авторитетних для неї дорослих, без мікросоціуму. Найважливіше місце в цьому процесі посідає сім'я, де стосунки визначаються в діадах «дружина — чоловік»,

«батьки — діти». Для дитини ставлення дорослих є домінуючим чинником в успішності її розвитку. Від того, яким є емоційний контакт батьків із дитиною в ранньому віці, залежить чимало: відсутність, обмеження або перенасиченість емоційних контактів призводять до дефектів розвитку особистості, провокують неврози та інші психічні захворювання. Важливе значення має батьківська настанова, психологічна мотиваційна готовність до виховання. Виховний потенціал батьків, стратегія і тактика виховання визначаються позицією: хто для них дитина — об'єкт чи суб'єкт виховання? Чим старшою вона стає, тим важливіший процес самовиховання, «самостворення» себе як особистості. На цьому етапі особливої ваги набувають справи, інтереси дитини, стосунки із сиблінгами (братами і сестрами), однолітками та важливими для неї дорослими.

Результати соціологічних і психолого-педагогічних досліджень показали, що в родинях із підлітками-правопорушниками складні, деструктивні стосунки в діадах «чоловік — дружина» і «батьки — діти» зустрічаються в шість-сім разів частіше, розлучення батьків — у тричотири рази, судимість — у чотири-п'ять разів, низький рівень освіти — у тричотири рази.

Психологічні механізми соціалізації в сім'ї

Соціалізація в сім'ї здійснюється різними шляхами й відбувається в основному у двох паралельних напрямках: у результаті цілеспрямованого процесу виховання та соціального навчання.

Сімейне виховання — це цілеспрямовані, свідомі виховні дії, здійснювані батьками з метою формування певних рис, умінь.

Виховні дії здійснюються на основі механізму підкріплення — заохочуючи поведінку, яку дорослі вважають за правильну, і караючи за порушення встановлених правил, батьки прилучають дитину до певної системи норм, дотримання яких поступово стає для дитини звичкою і внутрішньою потребою; механізму ідентифікації — дитина наслідує

батьків, орієнтується на їхній приклад, намагається стати такою самою.

Розглядаючи виховну діяльність батьків, виокремлюють:

- різні стилі виховання;
- чинники виховної дії;
- виховну позицію батьків тощо.

Процес соціального навчання, у свою чергу, відбувається як при безпосередній взаємодії дитини з батьками, так і за рахунок спостереження особливостей соціальної взаємодії інших членів сім'ї між собою.

Окрім свідомого, цілеспрямованого виховання, здійснюваного батьками, на дитину впливають уся сімейна атмосфера, сімейні умови: соціальне становище, рід занять, матеріальний статок, рівень освіти, ціннісні орієнтації членів сім'ї. Саме тому будь-яка деформація батьківської сім'ї призводить до негативних наслідків у розвитку особистості дитини.

Стилі сімейного виховання

Авторитарний стиль — це такий стиль виховання, при якому всі рішення приймають батьки, які вважають, що дитина в усьому повинна підкорятися їхній волі, авторитету. Батьки обмежують самостійність дитини, не вважають за потрібне обґрунтовувати свої вимоги, супроводжуючи їх суворим контролем, суворими заборонами, вимогами та фізичними покараннями. У підлітковому віці авторитарність батьків породжує конфлікти й ворожість. Найбільш активні, сильні підлітки чинять опір і бунтують, стають надмірно агресивними, нерідко йдуть із дому, щойно можуть собі це дозволити. Боязкі, невпевнені підлітки привчаються в усьому слухатися батьків, навіть не намагаючись вирішувати що-небудь самостійно. Якщо стосовно старших підлітків матері схильні реалізовувати більш «вільну» поведінку, то авторитарні батьки твердо дотримуються обраного типу батьківської влади.

Таке виховання формує в дітей лише механізм зовнішнього контролю, заснований на відчутті провини або страху

перед покаранням, і, щойно загроза покарання ззовні зникає, поведінка підлітка може стати потенційно антигромадською. Авторитарні стосунки стоять на заваді душевній близькості з дітьми, тому між ними та батьками рідко виникає почуття прихильності, а це, у свою чергу, призводить до підозрливості, постійної настороженості й навіть ворожості до оточення.

Демократичний стиль — це такий стиль, при якому батьки заохочують особисту відповідальність та самостійність своїх дітей згідно з їхніми віковими можливостями. Підлітки беруть участь в обговоренні сімейних проблем, в ухваленні рішень, вислуховують і обговорюють думку та поради батьків. Батьки вимагають від своїх дітей осмисленої поведінки та намагаються допомогти їм, з розумінням ставлячись до їхніх запитів. При цьому батьки проявляють твердість, дбаючи про справедливість і послідовне дотримання дисципліни, що формує правильну, відповідальну соціальну поведінку.

Стиль потурання — це такий стиль виховання, при якому дитина отримує майже повну свободу, практично не знає заборон та обмежень з боку батьків або не виконує вказівок батьків, які не вміють, не здатні або просто не бажають займатися вихованням дитини. Стаючи дорослішими, такі підлітки конфліктують із тими, хто не потурає їм, вони зазвичай не здатні враховувати інтереси інших людей, встановлювати міцні емоційні зв'язки, не готові до обмежень і відповідальності. З іншого боку, наслідком прояву байдужості та емоційного відчуження з боку батьків є поява відчуття страху та невпевненості в таких дітей.

Нездатність сім'ї контролювати поведінку підлітка може призвести до того, що він потрапить до асоціальних груп, оскільки психологічні механізми, необхідні для самостійної, відповідальної поведінки в суспільстві, у нього не сформувалися.

Хаотичний стиль — це такий стиль виховання, при якому відсутній єдиний підхід до виховання, коли немає чітко виражених, визначених, конкретних вимог до дитини або

спостерігаються протиріччя, розбіжності у виборі виховних засобів між батьками.

При такому стилі виховання фруструється одна з важливих базових потреб особистості — потреба в стабільності та впорядкованості навколишнього світу, наявності чітких орієнтирів у поведінці й оцінках. Непередбачуваність батьківських реакцій позбавляє дитину відчуття стабільності й провокує підвищену тривожність, невпевненість, імпульсивність, а в складних ситуаціях навіть агресивність і некерованість, соціальну дезадаптацію. При такому вихованні не формуються самоконтроль і почуття відповідальності, характерні незрілість суджень, занижена самооцінка.

Опікунський стиль (гіперопіка, концентрація уваги на дитині) — це такий стиль виховання, при якому батьки прагнуть постійно бути біля дитини, розв'язувати за неї всі посталі проблеми. Батьки пильно стежать за поведінкою підлітка, обмежують його самостійну поведінку, весь час бояться, що з ним може щось трапитися.

Незважаючи на зовнішню турботу, опікунський стиль виховання призводить, з одного боку, до надмірного перебільшення власної значущості в підлітка, а з іншого — до формування в нього тривожності, беспорядності, запізненої соціальної зрілості.

Дисгармонія сімейних стосунків

Під дисгармонійною сім'єю мають на увазі таку сім'ю, яка не виконує свої функції, не забезпечує належне задоволення потреб усіх членів сім'ї, не надає можливості їхнього особистісного зростання внаслідок порушення рольової структури сім'ї, відсутності емоційної прихильності, порушення комунікативних процесів тощо. Дисгармонія подружніх стосунків породжує дисфункціональні дитячобатьківські стосунки, до яких підлітки дуже чутливі.

Порушення ролей підлітка в сім'ї

Рольова структура в гармонійній сім'ї має бути цілісною, узгодженою системою, що забезпечує потреби її членів

і відповідає їхнім можливостям. У дисгармонійних сім'ях ця структура спотворюється і, передусім, відзначається порушення позиції дитини.

Наприклад, дитина виконує такі ролі:

— «улюбленець» — надмірна зосередженість на дитині; виникає найчастіше тоді, коли подружні стосунки чимось не задовольняють батьків (невідповідність характерів, емоційна холодність тощо) або взагалі відсутні (розлучення, смерть одного з подружжя). Нерідко при цьому мати або (рідше) батько, самі не усвідомлюючи того, хочуть, щоб дитина задовольнила хоча б частково потреби у взаємній винятковій прихильності, які в гармонійній сім'ї задовольняються в психологічних стосунках подружжя. З'являється прагнення віддати дитині (як правило, протилежної статі) «усі почуття», «усю любов». Нерідко мати відмовляється від повторного заміжжя, кар'єри. При настанні підліткового віку в батьків виникає страх перед самостійністю дітей, бажання утримати їх. Зазвичай при цьому батьки не усвідомлюють спонукальних мотивів своєї поведінки;

— «бєбі», «маленька дитина», («перевага в дитини дитячих рис») — дитина, яка навіть подорослішала, є в сім'ї лише дитиною, від якої нічого не залежить. Батьки намагаються ігнорувати дорослішання дітей, зберегти в них такі дитячі якості, як безпосередність, наївність, грайливість, при цьому знижуючи рівень вимог до дитини та стимулюючи розвиток психологічного інфантилізму.

Психологічний інфантилізм — це форма затримки при проходженні стадій онтогенетичного розвитку, при якій виявляються недорозвиненими як фізичні, так і психічні функції. При цьому зберігається можливість повної компенсації психічного розвитку надалі.

Нерідко батьки відкрито визнають, що маленькі діти їм подобаються більше, з великими вже не так цікаво. Таке ставлення може бути обумовлене страхом батьків переходити на нову стадію життєвого циклу, сімейних взаємин, невпевненістю у своїх виховних можливостях;

— «хуліган», «невиправний», «важкий» тощо — в основі цієї ролі часто лежить «проекція на підлітка власних небажаних рис». Батько бачить у підліткові риси характеру, які відчуває, але не хоче визнати в самому собі, наприклад агресивність, схильність до лінощів, неохайність, потяг до алкоголю, негативізм, нестриманість. Ведучи боротьбу із цими реальними або уявними рисами підлітка, батько (частіше батько) отримує від цього емоційну насолоду для себе. Такі батьки багато й охоче говорять про свою непримирнену та постійну боротьбу з негативними рисами й слабкостями своєї дитини, про покарання, тимчасом як у їхніх висловлюваннях відчувається впевненість, що це не допоможе, оскільки дитина така «за характером»;

— «вундеркінд», «надія сім'ї» — в основі лежить прагнення батьків шляхом заміщення задовольнити власні незадоволені потреби (наприклад недостатню реалізацію кар'єри, невдалий шлюб, відчуття своєї неповноцінності тощо) й бажання через ідентифікацію з дитиною компенсувати все це. У такому разі підліткові висуюють надмірно завищені вимоги, а ставлення до нього значною мірою залежить від його успіхів (у спорті, у мистецтві тощо);

— «козел-відбувайло» — дитина служить громовідводом для розрядки емоцій своїх батьків, які зазнають конфліктних, фруструючих переживань у сім'ї або поза сім'єю. В основі цієї ролі також лежить механізм заміщення, що дозволяє адресувати негативні емоції особі, не здатній опиратися, якою в сім'ї незрідка і є саме дитина;

— «суддя», «примиритель» — дитина надто рано стає причетною до всіх труднощів сімейного життя, регулює й судить подружні конфлікти. Батьки зайняті з'ясуванням стосунків і залучають до конфліктів дитину, не враховуючи її переживання, наприклад вимагають від неї сказати, хто винен, використовують як знаряддя у боротьбі один проти одного або в ролі посередника для примирення.

Специфічні рольові стосунки можуть складатися в тих сім'ях, де є істотна різниця у віці між батьками (чоловік старший за дружину більш як на 10 років). Для таких

батьків часто характерний авторитарно-симбіотичний стиль виховання, але з високим рівнем прийняття дитини, тобто при значній любові, зацікавленості, прагненні проводити багато часу з дитиною батьки застосовують при вихованні авторитарне суворе ставлення й контроль. Матері з «різновікових» сімей реалізують кооперативний тип стосунків із дитиною при високому прийнятті її як особистості. У такому типі сімей жінка займає рольову позицію «дружина-дитина», і виникає коаліція «мати — дитина», для якої характерні партнерські стосунки матері з дитиною при пригніченні з боку чоловіка-батька.

Порушення емоційних стосунків батьків із підлітками

Емоційні стосунки в сім'ї відіграють важливу інтегруючу роль, завдяки якій члени сім'ї відчують свою спільність, тепло й підтримку одне одного. Стосунки любові та симпатії сприяють зменшенню фруструючих переживань, без яких не обходиться сімейне життя і виховання дітей.

Порушення емоційних стосунків у сім'ї негативно впливає на формування особистості підлітка. Виокремлюють два найбільш поширені види порушень емоційного ставлення батьків до підлітка.

1. «Нерозвиненість батьківських почуттів» — знаходить вияв у небажанні мати справу з підлітком, поверхневому інтересі до його справ. Батьки часто скаржаться на те, що батьківські обов'язки дуже обтяжливі, втомливі, що вони відволікають від чогось важливішого та більш цікавого. Причиною нерозвиненості батьківських почуттів можуть бути, зокрема, особливості сімейного виховання, наприклад те, що сам батько в дитинстві не мав належної уваги з боку своїх батьків, не отримував батьківського тепла. Так, жінки, на яких у дитинстві їхні власні матері звертали недостатню увагу та які не мали від батьків належної підтримки, схильні застосовувати каральні методи виховання (сваритися, шльопати) і зганяти гнів на своїх дітях. Установлено, що в дуже молодих батьків батьківські почуття також

значно слабші, але вони мають тенденцію посилюватися з віком.

2. «Відхилення в настановах батька стосовно підлітка залежно від статі» — нерідко таке ставлення батька до підлітка обумовлюється не реальними рисами підлітка, а тими, які батько приписує його статі, — «взагалі чоловікам» або «взагалі жінкам». У такому разі за наявності переваги, наприклад, жіночих якостей спостерігається неусвідомлене неприйняття підлітка чоловічої статі, та навпаки. Підлітки відчують це неприйняття, наслідком чого може бути порушення статевої ролі ідентифікації, використання неадекватних захисних механізмів, невротичних реакцій.

Порушення комунікативних процесів

У процесі спілкування в сім'ї відбуваються узгодження взаємних потреб, сприйняття та інтерпретація поведінки один одного, вироблення загальної позиції та уявлень тощо, і саме особливості спілкування в сім'ї значною мірою впливають на формування та розвиток особистості дитини.

Неефективна комунікація, що полягає в суперечливих висловлюваннях або невербальних проявах, у розбіжності між вербальним і невербальним рівнями повідомлень, у помилках взаємного сприйняття членами сім'ї одне одного та власної сім'ї загалом, у наявності значної кількості «закритих» для обговорення тем тощо, призводить до формування комунікативних і особистісних проблем у дитини.

Комунікація в сім'ї найперше безпосередньо пов'язана з Я-образом дитини, для формування якого вона повинна інтегрувати повідомлення, котрі отримує від кожного з батьків окремо і від обох разом.

Я-образ — це сукупність чуттєвих образів (відчуттів, сприйнять, уявлень) і своїх прикметних образів стосовно самого себе та інших.

Якщо настанови батьків невиразні або суперечать одна одній, інформація, яку отримує дитина, виявиться незв'язною, що призведе до неповного образу «я» і заниженої

самооцінки. Дитина не може діяти згідно з однією із вказівок, не порушуючи при цьому вказівок іншого, а тому неодмінно викличе незадоволення одного з батьків.

Часто батьки, які зовні критикують підлітка, на прихованому рівні підтримують засуджувану поведінку й сприяють її збереженню. Цей феномен може набувати різних форм: порожні погрози, відкладені покарання, байдужість до симптому, що його демонструє дитина, і прийняття його, підвищений інтерес до симптому дитини або значна побічна винагорода. Як наслідок, у сім'ї з дисфункціональною комунікацією формується особистість, яка «не має засобів для точного самосприйняття та самовираження, а також для правильної інтерпретації повідомлень, що надходять ззовні; припущення, на яких ґрунтуються її дії, будуть помилковими, а її спроби пристосуватися до навколишньої дійсності — безладними й неадекватними».

Засвоєний у батьківській сім'ї неясний і суперечливий стиль комунікації людина згодом відтворює і у власній сім'ї.

Таким чином, підбиваючи підсумки, можна сказати, що сім'я — це найважливіший інститут соціалізації підростаючого покоління. Вона є персональним середовищем життя і розвитку дітей, підлітків, юнаків, якість якої визначається низкою параметрів конкретної сім'ї.

Для кожної людини сім'я виконує емоційну та рекреативну функції, що захищають її від стресових та екстремальних ситуацій. Сім'я відіграє велику роль у процесі соціального розвитку людини у зв'язку з тим, що її схвалення, підтримка, байдужість чи засудження позначаються на вимогах людини, допомагають їй або заважають шукати вихід зі складних ситуацій. Діти потребують батьківської любові й турботи. З другого боку, вони хочуть бути самостійними, мати рівні з батьками права. Довіра, повага, розуміння, любов — це те, що має бути в стосунках із батьками. Сім'я може виступати як позитивним, так і негативним чинником виховання. Авторитет батьків є найважливішою умовою нормального розвитку особистості дитини, засво-

ення традицій, норм і правил поведінки в суспільстві. Від умов виховання в сім'ї залежить адекватна й неадекватна поведінка дитини. Найчастіше діти стають «важкими» саме через недоліки сімейного виховання. Численні дослідження впливу сім'ї на формування особистості підлітка, старшого школяра дозволяють зробити такі висновки:

1. Характерною рисою перехідного віку є дистанціювання від дорослих і демонстративне бажання здійснювати самостійні вчинки. Як наслідок, загострюються стосунки в сім'ї між батьками та дітьми. 10,2 % дітей часто конфліктують із батьками.
2. Підлітки значно більше дистанційовані від батьків, ніж від матерів. Почуття любові, дружбу й повагу до батька та матері підлітки переживають приблизно однаково. Батьки частіше викликають роздратування та почуття страху, матері — почуття прихильності й співчуття.
3. Важливим чинником у формуванні особистості дитини є наявність сімейних традицій.

Підсумок зборів

Шановні батьки!

Сім'я стосовно дітей — це передусім провідник соціального впливу. Але вона не просто є посередником між суспільством і дитиною, а значною мірою визначає характер виховання. Головне у вихованні маленької людини — це досягнення душевної єдності, морального зв'язку батьків із дитиною. У кожному випадку кваліфіковане педагогічне керівництво процесом виховного впливу сім'ї є неодмінною умовою успіху.

Для того щоб максимізувати позитивний і звести до мінімуму негативний вплив сім'ї на виховання дитини, слід пам'ятати такі внутрішньосімейні психологічні чинники, що мають виховне значення:

- брати активну участь у житті сім'ї;
- завжди знаходити час для того, щоб поговорити з дитиною;

- цікавитися проблемами дитини, вникати в усі труднощі, що виникають в її житті, і допомагати їй розвивати свої вміння і таланти;
- у жодному разі «не тиснути» на дитину, допомагаючи їй у такий спосіб самостійно приймати рішення;
- мати уявлення про різні етапи в житті дитини;
- поважати право дитини на власну думку;
- уміти стримувати власницькі інстинкти й ставитися до дитини як до рівноправного партнера, який поки що має менший життєвий досвід;
- з повагою ставитися до прагнення інших членів сім'ї робити кар'єру та самоудосконалюватися.

ТЕМА 4

Мета: розповісти батькам, як допомогти дитині правильно вибрати майбутню професію; виявити ступінь інформованості батьків про професійну спрямованість їхніх дітей; допомогти батькам знайти шляхи взаємодії з дітьми в питаннях первинного професійного самовизначення.

I варіант

Вибір майбутньої професії

Коментар: класний керівник аналізує твори учнів «Професія, у якій я себе бачу,— це...», готує анкети для батьків, запрошує виступити психолога за результатами визначення профпридатності учнів.

Анкета для батьків

(для виявлення ступеня інформованості батьків про професійну спрямованість їхніх дітей)

1. Яку професію хоче обрати ваша дитина?
2. Коли з'явилось у неї таке бажання?
3. Якщо після школи їй не вдасться відразу здійснити свої наміри, чим вона буде займатися? Що в такому випадку порадять батько, мати?
4. Яку професію радять вибрати дитині батько, мати?
5. Підкресліть ті твердження, з якими ви згодні:
 - а) вважаю, що в моєї дитини є здібності до професії, яку я їй рекомендую;
 - б) сподіваюсь, що в моєї дитини з'являться здібності до професії, яку я їй рекомендую.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Вибір професії або професійне самовизначення — це основа самоствердження людини в суспільстві, одне з головних її рішень у житті.

Чим старші люди, тим більше розгалужуються їхні життєві шляхи, а водночас змінюються і життєві орієнтири. Ті, хто хотів вступити і вступив у технікум або у вуз, спочатку виглядають задоволеними.

Але в тих, хто обрав професію не цілком продумано, надалі часто виникають труднощі: один не може впоратися з навчанням, інший розчаровується в спеціальності, третій сумнівається в правильності вибору.

У ранній юності людині здається, що вона сама обирає свій життєвий шлях, і вона справді робить це, хоча на її вибір впливають і попереднє виховання, і соціальне середовище, і багато інших чинників.

Проблема профпридатності, як і раніше, залишається актуальною, оскільки відомо, що багато учнів обирають майбутню професію випадково і ставлення до неї змінюється вже в процесі навчання.

Зрозуміло, що коли таке ставлення стає вже в роки навчання у відповідному закладі негативним, то про жодну продуктивну та якісну роботу згідно з обраною спеціальністю не може бути й мови.

У житті кожної людини настає момент, коли доводиться вирішувати, де продовжити освіту або куди піти працювати, тобто практично вибрати професію, свій життєвий шлях.

Кожний громадянин нашої країни має право на вибір професії, рід занять і роботи.

Проте це право іноді дуже важко реалізувати — бракує знань про самі професії, тих вимог, які вони висувають до особи працюючого, і вмінь оцінити власні здібності, виявити свої інтереси та схильності.

Чому проблема вибору професії є однією з найголовніших у житті людини?

Учені-соціологи підраховали, що приблизно 40 % молоді через незнання правил вибору професії, відсутність досвіду в професійній діяльності обирають професію, що не відповідає їхнім інтересам, схильностям, здібностям, внутрішнім переконанням.

Це у свою чергу спричиняє розчарування, навіть психічні розлади.

Великий також економічний збиток держави. Щорічно вона втрачає мільярди гривень, оскільки понад третини випускників шкіл поступають учитися й працювати за спеціальностями, що не відповідають їхнім індивідуальним запитам і потребам суспільства.

Соціально-економічні перетворення в нашій країні зумовили появу ринку праці та конкуренції на ньому. А це означає, що кожній людині потрібно досягнути премудрощі своєї психіки, нервової системи, темпераменту, вольової сфери, щоб навчитися вигідно пропонувати свою кандидатуру працедавцеві.

У нашому суспільстві дуже багато професій, неймовірно багато. Тому вибирати важко. І тією силою, за допомогою якої можна здолати цю трудність, є обізнаність, інформованість людини.

Корисна інформація про світ професій, про правила вибору професії, про шляхи професійної освіти — ось що потрібне кожній людині при обдумуванні свого професійного шляху.

Обдумати — значить поставити собі багато питань і спробувати знайти на них відповіді. Саме в цьому допомагають зустрічі учнів, їхніх батьків, педагогів і психологів.

Зробити правильний вибір — це відповідальний крок, особливо зараз, коли отримати професійну освіту дуже складно. Проектуванню підлітком своїх життєвих і професійних планів та можливих моделей досягнення високої кваліфікації сприяє шкільна робота профорієнтації.

Вона складається з профільної орієнтації в 9 класі та професійної орієнтації в 10–11 класах. Становлення особистості й професійне самовизначення випускника — це багатогранна діяльність. Вона включає відвідування навчально-виробничого комбінату (НВК), центру зайнятості населення (ЦЗН), участь у предметних олімпіадах і науково-дослідницьку роботу, відвідування елективних курсів із вибору та уроки технології в школі.

Робота профорієнтації дозволяє випускникові школи сформулювати власну аргументовану позицію в самовизначенні стосовно майбутньої професії.

Проведенню сьогоднішніх батьківських зборів передувала велика копітка робота. На I етапі ми вирішили з'ясувати, які професії бажають отримати наші випускники і ким хочуть бачити батьки своїх дітей.

Для цього ми провели анкетування серед випускників та їхніх батьків. Мета анкетування — отримати дані про вибір майбутньої професії випускників школи та їхніх батьків і запобігти можливим конфліктам у ході вибору майбутньої професії. (Наводять підсумки анкетування.)

Ми, дорослі, повинні допомогти нашим дітям правильно визначитися у своїх інтересах, здібностях, у ситуації на ринку праці. Як зробити правильний вибір? Які професії сьогодні потрібні суспільству?

Питання для обговорення:

- Як ставляться до вибору професії батьки?
- Як вдається поєднувати успішне навчання з активною життєвою позицією?
- Як батьки оцінюють здібності дітей до навчання?
- Чи не лякає вас величезний конкурс?
- Чи правда те, що батьки готові до навчання дитини далі й згодні з професією, яку вона вибрала?
- Чи зможете ви забезпечити навчання на комерційній основі?

Багато старшокласників думають, що при вступі все вирішують гроші, а не знання. Яка роль особистих здібностей?

Кожний може навчитися багатьох і різних справ. Але не всього відразу. Саме тому й доводиться робити вибір. Кожна професія висуває свої специфічні вимоги.

Але в той же час можна виокремити ряд рис, необхідних людині для виконання будь-якої роботи, зокрема:

- сумлінність,
- старанність,
- організованість,
- ініціативність,
- уміння витримувати невдачі,
- витримка,
- наполегливість,
- увага.

Інтереси, схильності та здібності людини тісно пов'язані між собою. Інтерес виникає на основі пізнавального потягу до діяльності й в процесі свого розвитку може перерости в стійку особистісну потребу — схильність.

Як правило, школяр на заняття, до яких він схильний, витрачає більше часу, працює з бажанням, прагне досягти успіхів та отримати результат.

Питання для обговорення:

- Які підготовчі, очні та заочні курси, факультативні заняття, елективні курси функціонують у школі, у мікро-соціумі?

- Що із цих видів можна конкретно рекомендувати тому чи іншому учню?

- Чи збігаються думки самих учнів про вибір професії, думки психологів (після проведення тестів із визначення проф-орієнтації та схильностей учнів) із думками батьків у тому, до якої професійної діяльності вони готують своїх дітей?

Шановні батьки! Хто вважає, що головне при виборі професії — це порада батьків?

А хто вважає, що головне — це особистий інтерес дитини?

Щоб правильно вибрати майбутню справу до душі й до снаги, треба свідомо й самостійно стати на позицію однакової поваги до різних видів роботи. Це аж ніяк не просто. Навіть багато дорослих працюючих людей можуть мати упереджену й несправедливу думку про «інші» види діяльності.

А справи людей часом можуть бути напрочуд різноманітні: є люди, які найкращий час свого життя присвячують вивченню журавлини й заклопотані збереженням боліт, інші бачать сенс своєї праці якраз у тому, щоб осушувати, знищувати болота. Немає «цікавих» і «нецікавих» професій.

Багато учнів випускних класів перебувають у постійному пошуку, не сидять на місці, цікавляться новою інформацією про навчальні заклади, дізнаються, де можна отримати підготовку до вибраної професії.

Робити відразу все не вміє ніхто. Треба обирати ту ділянку, в якій можна реалізувати свої сили. Зробити хороший вибір — означає вибрати професію, яка:

- по-перше, потрібна людям, суспільству;
- по-друге, може бути доступною і посильною в майбутньому;
- по-третє, може приносити задоволення, радість.

Формулу хорошого вибору можна коротко виразити трьома словами: «треба», «зможу», «хочу».

Я назву ті професії, які сьогодні вибирають випускники. Це юристи, хіміки-технологи, менеджери туризму та сервісу,

журналісти, стоматологи, будівельники та архітектори, інженери й екологи, автомеханіки, педагоги й лікарі.

Часто батькам важко відповісти, що цікавить їхніх дітей та які їхні плани на майбутнє. Зрозуміти, наскільки усвідомленим є професійний вибір дитини, чи є в неї адекватні уявлення про професію, що її цікавить, чи знає вона свої здібності, допоможе бесіда. Можна поставити школяреві питання, спеціально сформульовані для тих, хто обирає професію.

Питання для випускників, що обирають професійний шлях

Відповіді найкраще зафіксувати, так їх легше проаналізувати й обговорити надалі з дитиною. Для того щоб бесіда не перетворилася на порожню формальність, усі нотатки потрібно робити після неї. Дуже добре, якщо в ході бесіди виникнуть нові теми для обговорення. Запропоновані питання допоможуть з'ясувати, чи є в школяра професійний план — чи обрана професія, чи продумані шляхи її отримання, чи є знання про неї правильними й достатніми, чи є впевненість у своєму рішенні. Крім того, з'явиться можливість порівняти інтереси й досвід дитини з обраним нею видом професійної діяльності. Для цього при аналізі відповідей потрібно зрозуміти, чи немає явних протиріч між схильностями учня до тих чи інших шкільних і позашкільних занять та особливостями тієї справи, якій він хоче присвятити своє життя.

1. Які шкільні предмети подобаються найбільше?
2. Які шкільні предмети найбільше не подобаються?
3. Які гуртки, факультативи відвідує або відвідував(ла) за власним бажанням?
4. Чим подобається займатися у вільний час?
5. Яка галузь діяльності цікавить найбільше — природничо-наукова (хімія, біологія, медицина тощо), точні науки (математика, фізика), гуманітарна (література, журналістика, психологія, педагогіка тощо), суспільно-наукова (економіка, право), мистецтво, спорт, інші галузі — чи будь-які інтереси відсутні?
6. Яка професія обрана?

7. Які шляхи її отримання намічені?
8. Що приваблює в обраній професії:
- умови праці;
 - сама праця;
 - висока матеріальна забезпеченість;
 - контакти з людьми;
 - можливість творити;
 - часті відраджень;
 - корисність результатів;
 - перспективність (можливість професійного зростання);
 - можливість без особливих зусиль отримати цю професію;
 - інше.

Вибір професії — це обдумування професійного життєвого шляху. Звісно, при цьому мається на увазі не весь цей шлях, а його початок — професійний старт.

Як і будь-яка справа, задуми, проекти можуть бути хорошими й поганими. Дорослі повинні допомогти вибудувати правильний (обґрунтований, реалістичний, морально виправданий) проект професійного старту.

Надалі виникнуть нові можливості й багато хто прокладе свій життєвий курс уже більш самостійно, обдумано й творчо.

Я думаю, що наша сьогоднішня розмова була для вас корисною і допоможе кожному випускникові та батькам визначитися в майбутньому житті.

Ось найкраща порада, яку можна дати юнацтву: «Знайди те, що тобі подобається робити, а потім знайди того, хто буде тобі за це платити» (Кетрін Вайтхорн).

Бажаю всім успіху!

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник говорить про важливість обговорюваної проблеми й пропонує батькам звертатися по допомогу до нього, учителів-предметників та шкільного психолога.

Батьки повинні знати, що вони можуть звернутися по допомогу також до районного та міського центру практичної психології і соціальної роботи, де надають консультаційні й діагностичні послуги щодо профорієнтації. Для підлітків проводять тренінгові заняття з професійного самовизначення.

У процесі вивчення різних шкільних предметів виявляються схильності, здібності, інтереси дитини: цілком природно, що вона встигає краще з тих предметів, до вивчення яких має здібності. Часто, спираючись на результати успішності, учень здійснює відповідний професійний вибір. Іноді на цей вибір впливає особистість викладача. У будь-якому випадку потрібне додаткове вивчення учнями своїх здібностей, інтересів, бажань, потреб із метою уточнення професійного вибору.

Саме батьки та найближчі родичі значною мірою впливають на професійний вибір: школа не є найбільш значущим чинником професійного самовизначення молодих людей.

Тому батьки повинні усвідомлювати свою відповідальність за поради, побажання, а іноді й вимоги, адресовані дитині.

Як правило, батьки високо оцінюють значення освіти в сучасному житті, активно формують у своєї дитини прагнення до вищої освіти.

Побажання батькам: вивчіть інтереси, можливості та здібності своєї дитини. Орієнтуйтеся на реальні шляхи побудови професійної кар'єри, не відкидайте можливості отримання початкової професійної освіти.

При виборі професії необхідно також мати інформацію про перспективи розвитку ринку праці.

Не можна залишити без уваги й такий чинник професійного самовизначення, як вплив однолітків. Через вікові особливості для багатьох підлітків думка однолітків є більш значущою, ніж думка батьків і вчителів.

Тому батькам при спілкуванні з дитиною необхідно враховувати ступінь впливу однолітків на рішення сина (дочки) про вибір професії. Обговорення рішення підлітка щодо професійного вибору має бути тактовним.

Класний керівник звертається до батьків по допомогу в організації роботи з профорієнтації (виступів фахівців на класній годині, відвідин учнями виробничих підприємств тощо).

II варіант

Проектування професійного життєвого шляху

Коментар: класний керівник разом із психологом проводить профорієнтаційні тести за методикою «Диференціально-діагностичний питальник» (ДДП) Климова та за питальником Голланда, готує тест Голланда для батьків.

Методика «Диференціально-діагностичний питальник» (ДДП) Климова

Методика призначена для відбору на різні типи професій згідно з класифікацією типів професій Климова. Цю методику можна використовувати при профорієнтації підлітків і дорослих.

Зміст методики: випробовуваний повинен вибрати в кожній із 20 пар запропонованих видів діяльності тільки один вид і у відповідній клітинці аркуша відповідей поставити знак «+».

Аркуш відповідей зроблений так, щоб можна було підрахувати число знаків «+» у кожному з п'яти стовпчиків. Кожний з п'яти стовпчиків відповідає певному типу професії. Випробовуваному рекомендують вибрати той тип професії, який отримав максимальне число знаків «+».

Назва типів професій за стовпчиками:

I «Людина — природа» — усі професії, пов'язані з рослинництвом, тваринництвом та лісовим господарством.

II «Людина — техніка» — усі технічні професії.

III «Людина — людина» — усі професії, пов'язані з обслуговуванням людей, зі спілкуванням.

IV «Людина — знаковий образ» — усі професії, пов'язані з підрахунками, цифровими та буквеними знаками, зокрема й музичні спеціальності.

V «Людина — художній образ» — усі творчі спеціальності.

Час обстеження не обмежується. Хоча випробовуваного слід попередити про те, що давати відповіді на питання треба відразу, швидко й що на виконання завдання відведено приблизно 20–30 хв.

Інструкція. Припустімо, що після відповідного навчання ви зможете виконувати будь-яку роботу. Однак якби вам довелося обирати тільки між двома варіантами, чому ви надали б перевагу?

Текст питальника

- 1а. Доглядати за тваринами.
- 1б. Обслуговувати машини, прилади (стежити, регулювати).
- 2а. Допомогати хворим.
- 2б. Складати таблиці, схеми, програми для обчислювальних машин.
- 3а. Стежити за якістю книжкових ілюстрацій, плакатів, художніх листівок, грамплатівок.
- 3б. Стежити за станом, розвитком рослин.
- 4а. Обробляти матеріали (дерево, тканину, метал, пластмасу тощо).
- 4б. Доправляти товари до споживача, рекламувати, продавати.
- 5а. Обговорювати науково-популярні книги, статті.
- 5б. Обговорювати художні книги (п'єси, концерти).
- 6а. Вирощувати молодняк (тварин якої-небудь породи).
- 6б. Тренувати товаришів (молодших) для виконання та закріплення яких-небудь навичок (трудових, навчальних, спортивних).
- 7а. Копіювати малюнки, зображення (настроювати музичні інструменти).

- 7б. Управляти якою-небудь машиною (вантажним, підіймальним або транспортним засобом) — підіймальним краном, трактором, тепловозом тощо.
- 8а. Повідомляти, роз'яснювати людям потрібні їм відомості (у довідковому бюро, на екскурсії тощо).
- 8б. Оформляти виставки, вітрини (брати участь у підготовці п'єс, концертів).
- 9а. Ремонтувати речі, вироби (одяг, техніку), житло.
- 9б. Шукати й виправляти помилки в текстах, таблицях, малюнках.
- 10а. Лікувати тварин.
- 10б. Виконувати обчислення, розрахунки.
- 11а. Виводити нові сорти рослин.
- 11б. Конструювати, проектувати нові види промислових виробів (машини, одяг, будинки, продукти харчування тощо).
- 12а. Розглядати суперечки, сварки між людьми, переконувати, роз'яснювати, карати, заохочувати.
- 12б. Аналізувати креслення, схеми, таблиці (перевіряти, уточнювати, упорядковувати).
- 13а. Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності.
- 13б. Спостерігати, вивчати життя мікробів.
- 14а. Обслуговувати, налагоджувати медичні прилади, апарати.
- 14б. Надавати людям медичну допомогу при пораненнях, забиттях, опіках тощо.
- 15а. Художньо описувати, зображувати події (спостережувані та уявні).
- 15б. Складати точні описи-звіти про спостережувані явища, події, вимірювані об'єкти тощо.
- 16а. Робити лабораторні аналізи в лікарні.
- 16б. Приймати, оглядати хворих, розмовляти з ними, призначати лікування.
- 17а. Фарбувати або розписувати стіни приміщень, поверхню виробів.

176. Здійснювати монтаж або складання машин, приладів.
- 18а. Організовувати культпоходи однолітків або молодших дітей у театри, музеї, екскурсії, туристичні походи тощо.
- 18б. Грати на сцені, брати участь у концертах.
- 19а. Виготовляти за кресленнями деталі, вироби (машини, одяг), зводити будівлі.
- 19б. Займатися кресленням, копіювати креслення, карти.
- 20а. Вести боротьбу з хворобами рослин, зі шкідниками лісу, саду.
- 20б. Працювати на клавішних машинах (друкарській машинці, телетайпі, набірній машині тощо).

Питальник Голланда

Кожна людина за своїми особистісними рисами відповідає певному типу професій. Ця модифікація тесту Голланда заснована на співвідношенні типів професії з індивідуальними особливостями людини, покликана допомогти вибрати професію з урахуванням, у першу чергу, індивідуальних особливостей.

1-й етап

Інструкція. Слід «приміряти» на себе шість тверджень, що стосуються різних типів професій, знайти для них місце в таблиці та зазначити.

№ з/п	Абсолютно правильно	Мабуть, правильно	Неправильно	Не знаю
1				
2				
3				
4				
5				
6				

Твердження 1. Ти — практик, схильний займатися конкретними справами. Надаєш перевагу роботі, що приносить

конкретні, відчутні результати для себе та для інших. Тебе не лякає фізична праця. Тебе цікавить робота з технікою, що вимагає практичного складу розуму, добре розвинених рухових навичок.

Твердження 2. Ти, ймовірно, теоретик, ніж практик. Тобі подобається займатися вивченням, дослідженням якої-небудь проблеми, отриманням нових знань. Ти надаєш перевагу роботі, що приносить радість пізнання, а іноді й радість відкриття, роботі, що вимагає абстрактного складу розуму, здібностей до аналізу та систематизації інформації, широкого кругозору.

Твердження 3. Ти — «комунікатор», який любить працювати з людьми і для людей, тому тебе, ймовірно, зацікавить робота, пов'язана з навчанням, вихованням, обслуговуванням клієнтів, наданням допомоги тим, хто її потребує, тощо. Тобі цікава емоційно насичена, жива робота, що передбачає інтенсивну взаємодію з людьми та вміння спілкуватися.

Твердження 4. Тобі подобається працювати з документами, текстами, цифрами, зокрема з використанням комп'ютерних засобів. Робота спокійна, без особливого ризику, з чітким колом обов'язків. Вона може бути пов'язана з обробкою інформації, з розрахунками, обчисленнями, що вимагають точності, акуратності, посидючості. Тобі хотілося б уникнути частого спілкування, потреби керувати іншими людьми та відповідати за їхні дії.

Твердження 5. Ти — організатор, зорієнтований на активну перетворювальну діяльність. Ти надаєш перевагу роботі, що дає відносну свободу, самостійність, забезпечує належне місце в суспільстві, перевагу над іншими, матеріальне благополуччя; роботу азартну й ризиковану, яка вимагає ініціативності, завзятості, вміння брати відповідальність на себе.

Твердження 6. Ти, ймовірно, «вільний художник». Тобі підходять види діяльності, що дають можливість творчого самовираження, де немає жорсткого режиму, формальностей; роботу, що дає простір фантазії, уяві, що вимагає розвиненого естетичного смаку, спеціальних здібностей (художніх, літературних, музичних).

2-й етап

Інструкція. Припустімо, що після відповідного навчання ти зможеш виконувати будь-яку роботу. Із запропонованих нижче пар професій потрібно вибрати одну, яка тобі більше підходить (з огляду на твої здібності та можливості). Поряд із назвою професії в дужках стоїть код. У бланку відповідей, навпроти коду вибраної професії, постав знак «+». Підрахуй кількість плюсів у кожному рядку. Наприклад, з пари «інженер» — «соціолог» тебе більше приваблює професія соціолога. Код цієї професії — 2. Значить, у бланку відповідей у графі «Код професії» потрібно поставити «+» поряд із цифрою 2. (Якщо зміст професії не зовсім зрозумілий, скористайся словником професій).

Код професії	Вибір (фіксувати плюсом)	Сума плюсів
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

Філософ (2) — Лікар (3)
 Інженер (1) — Соціолог (2)
 Кухар (1) — Статистик (4)
 Нотаріус (4) — Брокер (5)
 Лісник (1) — Директор (5)
 Вірусолог (2) — Актор (6)
 Еколог (2) — Бухгалтер (4)
 Фармацевт (2) — Юрист (3)
 Механік (1) — Дизайнер (6)
 Журналіст (5) — Режисер (6)
 Агроном (1) — Топограф (4)
 Програміст (2) — Адвокат (5)

Бібліограф (2) — Аудитор (4)
 Бджоляр (1) — Комерсант (5)
 Суддя (3) — Стенографіст (4)
 Генетик (2) — Архітектор (6)
 Метролог (1) — Картограф (4)
 Економіст (4) — Менеджер (5)
 Водій (1) — Бортпровідник (3)
 Телефоніст (1) — Орнітолог (2)
 Тренер (3) — Телерепортер (5)
 Геолог (2) — Перекладач-гід (3)
 Кондитер (1) — Священник (3)
 Історик (2) — Інспектор ДАІ (4)

Офіціант (3) — Товарознавець (5)
 Головний бухгалтер (4) — Працівник карного розшуку (5)
 Страховий агент (3) — Архівіст (4)
 Інспектор митниці (5) — Художник-модельєр (6)
 Антрополог (2) — Екскурсовод (3)
 Продавець (3) — Оператор поштового зв'язку (4)
 Слідчий (3) — Мистецтвознавець (6)
 Соціальний працівник (3) — Підприємець (5)
 Перукар-модельєр (6) — Психолог (3)
 Радіомонтажник (1) — Художник по дереву (6)
 Озеленювач (1) — Біолог-дослідник (2)
 Майстер із пошиття одягу (1) — Хореограф (6)
 Програміст ЕОМ (4) — Манекенниця (6)
 Викладач ВНЗ (3) — Музикант-виконавець (6)
 Фотокореспондент (5) — Реставратор (6)
 Художник-фотограф (1) — Торговий адміністратор (5)
 Кінолог (2) — Літературний перекладач (6)

Підрахуй кількість плюсів у бланку відповідей. Максимальна кількість плюсів вказує на належність до одного із шести професійних типів.

1. Реалістичний тип

Професіонали цього типу схильні займатися конкретними речами та їхнім використанням, надають перевагу заняттям, що потребують застосування фізичної сили, спритності. Зорієнтовані в основному на практичну працю, швидкий результат діяльності. Здібності до спілкування з людьми, формулювання й виклад думок розвинені слабше.

Люди цього типу частіше обирають спеціальності механіка, електрика, інженера, агронома, садівника, кондитера, кухаря та інші професії, які передбачають рішення конкретних завдань, наявність рухливості, наполегливості, зв'язок із технікою. Спілкування не є найважливішим у структурі діяльності.

2. Інтелектуальний тип

Професіонали цього типу відзначаються аналітичністю, раціоналізмом, незалежністю, оригінальністю, не схильні орієнтуватися на соціальні норми.

Володіють досить розвиненими математичними здібностями, хорошим формулюванням та викладом думок, схильністю до розв'язання логічних, абстрактних задач.

Люди цього типу надають перевагу професіям науководослідницького напрямку: ботанік, фізик, філософ, програміст тощо, у діяльності яких потрібні творчі здібності та нестандартне мислення. Спілкування не є найважливішим видом діяльності.

Найчастіше люди цього типу обирають такі професії: бухгалтер, патентознавець, нотаріус, топограф, коректор та інші, спрямовані на обробку інформації, представлені у вигляді умовних позначок, цифр, формул, текстів.

Сфера спілкування в таких видах діяльності обмежена і не є провідною, що цілком влаштовує цей тип особистості. Комунікативні й організаторські здібності розвинені слабо, зате прекрасно розвинені виконавські якості.

3. Соціальний тип

Професіонали цього типу гуманні, чутливі, активні, зорієнтовані на соціальні норми, здатні до співпереживання, уміння зрозуміти емоційний стан іншої людини.

Мають хороші вербальні (словесні) здібності, із задоволенням спілкуються з людьми. Математичні здібності розвинені слабше.

Люди цього типу зорієнтовані на роботу, головним змістом якої є взаємодія з іншими людьми, можливість розв'язувати завдання, що передбачають аналіз поведінки навчання людей. Можливі сфери діяльності: навчання, лікування, обслуговування тощо, що потребують постійного контакту та спілкування з людьми, здібностей до переконання.

4. Артистичний тип

Професіонали цього типу оригінальні, незалежні в ухваленні рішень, рідко орієнтуються на соціальні норми й схвалення, мають незвичайний погляд на життя, володіють гнучкістю й швидкістю мислення, високою емоційною чутливістю. Стосунки з людьми вибудовують, спираючись на свої відчуття, емоції, уяву, інтуїцію. Мають хорошу ре-

акцію та загострене сприйняття. Люблять і вміють спілкуватися.

Професійна схильність найбільшою мірою пов'язана з акторсько-сценічною, музичною, образотворчою діяльністю.

5. Підприємницький тип

Професіонали цього типу меткі, практичні, швидко орієнтуються в складній ситуації, схильні до самостійного ухвалення рішень, соціальної активності, лідерства; мають потяг до пригод (можливо, авантюрих). Володіють досить розвиненими комунікативними здібностями.

Не схильні до занять, що потребують посидючості, великої і тривалої концентрації уваги. Надають перевагу діяльності, що потребує енергії, організаторських здібностей. Професії: підприємець, менеджер, продюсер тощо, пов'язані з керівництвом, управлінням і впливом на різних людей у різних ситуаціях.

6. Конвенціональний тип

Професіонали цього типу практичні, конкретні, не люблять відступати від задуманого, енергійні, зорієнтовані на соціальні норми.

Надають перевагу чітко визначеній діяльності, вибирають із довкілля цілі та завдання, поставлені перед ними звичаями й суспільством. В основному обирають професії, пов'язані з канцелярською та розрахунковою роботою, з будівництвом й оформленням документів, встановленням кількісних співвідношень між числами, системами умовних знаків.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Вибір професії — це одне з найвідповідальніших рішень, які приймає людина в житті. Це прийняття рішення

за наявності великої кількості альтернативних варіантів та необхідності враховувати різні чинники.

Характерною рисою молодшої людини 16–17 років є те, що саме в цей, завершальний, період навчання в школі перед нею стоїть важливе завдання: складання іспитів, зокрема й ЗНО — нове за формою і змістом, — адже від підсумкових результатів залежить майбутнє, можливість реалізувати себе у виборі професії.

Таким чином, випускникам властиве почуття тривоги, навислої загрози, в основі яких лежить страх пропустити шанс самореалізації. Психічна напруга, якої зазнають учні 11-го класу, різко зростає в другому півріччі. У зв'язку із цим уже третій рік поспіль у нашій школі проводять заняття з майбутніми випускниками за програмою «Психологія іспиту», мета яких — надати психолого-педагогічну допомогу випускникам в нелегкий, напружений період, пов'язаний із складанням іспитів та вступом або у вищий, або в середній спеціальний навчальний заклад.

Програма складається із 3 блоків.

1 блок — «Саморегуляція». Мета: познайомити учнів із поняттям «психічна саморегуляція», дати уявлення про різні методи саморегуляції емоційних станів (аутогенне тренування, релаксація, самопереконання, ресурсні стани); опанувати кілька прийомів аутотренінгу та релаксації; сформувані навички подолання негативних емоційних станів.

2 блок — «Ділове спілкування». Мета: познайомити учнів з умовами та прийомами ефективного ведення ділової бесіди та її фазами; проаналізувати різні тактики й стилі ведення бесіди; сформувані навички правильної побудови ділової розмови.

3 блок — «Публічний виступ». Мета: познайомити учнів із компонентами й різними стратегіями публічного виступу, сформувані навички публічного виступу; дати уявлення про прийоми, що дозволяють більш успішно відповідати на іспиті; виробити навички подолання тривоги та хвилювання під час іспиту.

Слід сказати, що випускники, як, утім, і всі діти, потребують підтримки й розуміння батьків. Тож сьогодні ми поговоримо про роль батьків у складанні іспитів та проектуванні професійного життєвого шляху своїх дітей.

Відомо, як важливо для батьків, щоб їхня дитина була успішною. Із самого раннього віку батьки створюють усе необхідне для цього, і, окрім «простої» батьківської любові й турботи, тут криється один важливий момент: успішність дитини — це показник успішності й компетентності батьків, як в їхніх власних очах, так і в очах соціуму. Прагнення матері зробити все можливе для розвитку своєї дитини — це і її прагнення показати собі й іншим, що вона досить гарна мати, тобто вона оцінює себе передусім через батьківську роль: якщо її дитина хороша й успішна, це означає, що вона сама успішна.

Ми всі добре знаємо, що необхідно поступово передавати дитині відповідальність за її шкільні справи. Але в реальному житті «хороші батьки» — це батьки, які беруть активну участь у справах дитини й активно їх контролюють. І для таких батьків іспит — це ще одна ділянка прояву їхньої активності.

Оскільки перед батьками дітей, які складають іспити, стоїть завдання не лише суто навчальної допомоги, але й підтримки, зниження тривоги, то, на наш погляд, необхідно допомогти самим батькам почувати себе більш упевнено.

Як показує досвід, хороший підтримувальний ефект має легалізація, тобто промовляння батьківських і дитячих страхів та побоювань. Коли обговорюється не сам факт успіхів або неуспіхів дитини, а прагнення батьків довести, що їхня дитина досить хороша, то це дозволяє поділитися тривогами й нарешті з'ясувати, чим саме лякає ситуація іспиту. Що може зробити батько для того, щоб дитина добре склала іспити? Насправді зовсім небагато, можливості батьків обмежені.

Іспит — це випробування не батьків, а дітей. Якщо діти вже настільки великі, що вони складають іспити, то це їхнє

життєве завдання, з яким вони повинні впоратися самотужки. Але окрім випускних іспитів будуть ще й вступні. Дуже часто батьки нав'язують дітям свої ідеали. Приміром, мати хотіла або стала лікарем. Вона дуже любить свою справу і вважає, що її син або дочка так само повинні обрати цю професію. Таким чином, батьки намагаються зробити своїх дітей щасливими, припускаючи, що їхні ідеали збігаються. Але частенько виходить навпаки. Ми проаналізували, скільки учнів обрали майбутню професію згідно зі своїми схильностями, які були виявлені на заняттях. Результат виявився обнадійливим — 100 %. Хоча в 10 класі він становив близько 40 %. Щодо загальних результатів, то за профорієнтаційним тестом ДДП були отримані такі результати: спеціальності категорії «Людина — людина» обрали 5 випускників; «Людина — техніка» — 6 випускників; «Людина — природа» — 5 випускників.

Тепер давайте проаналізуємо, наскільки добре ви знаєте схильності своїх дітей. Я пропоную вам тест Голланда. Ви повинні вибрати з двох варіантів професій один, той, який, на вашу думку, вибрала б ваша дитина.

Після цього ми звіримо ваші відповіді з відповідями випускників.

Підрахуємо однакові літери.

Р — реалістичний (виконання конкретних завдань);

І — інтелектуальний;

С — соціальний;

К — конвенціональний (конкретна рутинна інформація);

П — підприємницький (керівництво, красномовство, динамічність);

А — артистичний.

Тепер погляньмо, чому надають перевагу одинадцятикласники.

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник пропонує батькам послухати притчу.

Наберися сміливості — зроби спробу

Одного разу цар вирішив піддати випробуванню усіх своїх придворних, щоб дізнатися, хто з них здатний обійняти в його царстві важливу державну посаду. Його оточила сила-силенна владних і мудрих мужів.

«О мудреці мої,— звернувся до них цар,— у мене є для вас одне важке завдання, і я хотів би знати, хто зможе впоратися з ним».

Він підвів усіх присутніх до величезних дверей, таких величезних, яких іще зроду ніхто не бачив.

«Це найбільші і найважчі двері, які коли-небудь були в моєму царстві. Хто з вас зможе відкрити їх?» — запитав цар.

Одні придворні тільки заперечно хитали головою. Інші, яких уважали мудрими, заходилися роздивлятися двері, проте незабаром зізнались, що не зможуть відкрити їх. Ну, якщо вже мудрі зізналися в цьому, то й інші зізналися, що це завдання їм теж не під силу.

І тільки один візир підійшов до дверей. Він уважно їх роздивився й обмацав, потім і сяк і так спробував їх зрушити з місця й, нарешті, штовхнув.

О диво, двері відчинилися! Вони були просто прикриті, але не замкнені. Потрібна була лише воля, щоб це перевірити, та завзятість, щоб рішуче діяти.

І тоді цар оголосив: «Ти отримаєш цю посаду при дворі, тому що покладаєшся не лише на те, що бачиш і чуєш, а сподіваєшся на власні сили і не боїшся зробити спробу».

Обговорення прослуханого.

ТЕМА 5

Роль сім'ї у формуванні здорового способу життя

Мета: розповісти батькам про те, що формування здорового способу життя є одним із важливих напрямків сімейного виховання; порадити їм, як слід розмовляти з дитиною про тютюнопаління; проінформувати, яку допомогу чи інфомацію вони можуть одержати в школі.

Коментар: класний керівник дає завдання учням, аналізує відповіді, готує лист і пам'ятку для батьків.

Завдання для учнів.

Ми завжди маємо можливість навчатися на певному досвіді. Той досвід, якого набули ваші батьки, коли були молодими, можливо, буде цінним уроком для вас.

Якщо у вас є бажання, візьміть інтерв'ю у ваших батьків або в іншого дорослого родича, використовуючи наведені нижче питання. При цьому інтерв'ю слід брати в кожного члена родини, а відповіді записати на аркуші паперу.

Питання для інтерв'ю:

Хто у твоїй сім'ї розповів тобі про тютюнопаління та його шкідливість, коли ти був молодим?

Скільки тобі виповнилося років?

Що саме тобі розповіли?

Якщо з тобою ніхто не говорив про куріння, чи хотів би ти, щоб тобі про це розповіли? Чому?

Як ти вважаєш, чи була ця інформація адекватною/корисною?

Які знання ти хотів би отримати щодо куріння?

У якому віці ти викурив свою першу цигарку?

Це сталося в компанії?

Чи думав ти про шкідливість куріння, коли був молодим? Чому «так» або чому «ні»?

Чи курили тоді дівчата? Як до цього ставилися хлопці?

Які хвороби, пов'язані з курінням, турбували тебе?
 Як твої друзі убезпечували себе від хвороб?
 Якби ти мав можливість усе змінити, що б ти зробив по-іншому?

Лист до батьків

Шановні батьки!

Наша школа розпочинає нову кампанію просвіти з питань тютюнопаління.

Ваша дитина отримає знання про те, що таке залежність від тютюну та як убезпечити себе не тільки від неї, але й від хвороб, котрі пов'язані з курінням.

Куріння, поза всяким сумнівом, є проблемою для нашої країни. Молоді люди зазнають ризику набути тютюнової залежності, вони повинні мати інформацію та навички для того, щоб не розпочинати курити або звільнитися від цієї шкідливої звички. Просвіта з питань тютюнопаління не утримує молодих людей від куріння; це швидше примушує їх розуміти пов'язаний із цим ризик і дозволяє їм приймати відповідальні рішення щодо дилеми: курити чи не курити. Дослідження показують, що цей вид навчання найбільш ефективний тоді, коли його проводять ще до того, як молоді люди набули тютюнової залежності.

Ваша зацікавленість цією діяльністю та її підтримка були б дуже корисні. Якщо у вас є якісь питання з приводу запропонованої програми, будь ласка, повідомте мене про це.

З повагою... *(Підпис, ім'я та по батькові класного керівника або шкільного психолога.)*

Пам'ятка для батьків

«Як розмовляти батькам із дитиною про тютюнопаління»

- Простудіюйте інформаційний матеріал.
- Виберіть спокійну ситуацію, коли у вас та вашого(ої) сина (дочки) є час для розмови.

- Починайте з легких питань.
- Слухайте міркування уважно та спокійно. Запитайте про відчуття вашої дитини, про те, що вона думає з цього приводу, та вислухайте її.
- Спробуйте уникнути «нотацій», але все-таки скажіть про свої почуття та думки.
- Якщо ви чи ваша дитина відчуваєтеся незручно під час розмови, припиніть її й закінчіть іншим разом.

Хід зборів

Бесіда

(Можна почати з листа, адресованого батькам.)

Шановні батьки!

Формування здорового способу життя є одним із важливих напрямків сімейного виховання, адже всі батьки бажають, щоб їхня дитина виросла фізично й психічно здоровою, без шкідливих звичок. Багато в чому формування здорового способу життя залежить від таких чинників: стилю життя сім'ї, способу організації життя, характеру взаєностосунків між подружжям, участі обох батьків у вихованні, правильної організації вільного часу сім'ї, ставлення самих батьків до вживання алкоголю, куріння, використання наркотичних речовин. Отже, спосіб життя сім'ї в основному обумовлює й спосіб життя дітей. Численні дослідження свідчать про те, що сімейні конфлікти між самими батьками, батьками та дітьми, застосування фізичних покарань, нерозуміння батьками дітей, відсутність батьківської уваги, підтримки дитини — усе це стає причиною того, що процес становлення особистості підлітка проходить важче, ніж зазвичай.

Загальновідомо, що батьки для різних груп підлітків і молоді є одним з основних джерел інформації з багатьох питань. Окрім того, саме до батьків у першу чергу звертаються молоді люди зі своїми проблемами й труднощами. У важкій ситуації діти очікують від батьків порад і допо-

моги з різноманітних проблем, тому досить часто батькам доводиться виконувати функції не лише дорослих друзів і вчителів, а й психолога, лікаря, довідкового бюро та «швидкої допомоги».

Незалежно від того, наскільки самі батьки усвідомлюють свою роль у формуванні здорового способу життя молодого покоління, підлітки визначають досить широкий аспект тем, на які вони можуть розмовляти з батьками. Якщо відкинути таку тему, як навчання й уроки, то за статистичними даними найчастіше підлітки говорять із батьками про своє майбутнє (60 %–70 %), своє здоров'я (55 %–65 %), своїх друзів (50 %–60 %), своє харчування (45 %), поведінку не тільки в школі, а й на вулиці, у транспорті, з незнайомцями (до 40 %), а також про стосунки в сім'ї (близько 40 %). Не так часто предметом розмови є економічні проблеми сім'ї (24 %), взаємини між хлопцями та дівчатами (20–25 %), статева зрілість (10 %–20 %) та інтимні стосунки між чоловіком і жінкою (5 %–10 %).

Свідченням того, що батьки є надзвичайно важливим і впливовим джерелом формування здорового способу життя, є також те, що 36 % 10–16-річних повністю довіряють батькам і відверто обговорюють із ними будь-які питання, а ще 52 % довіряють батькам, хоча деякі питання не можуть обговорювати з ними. Таким чином, 88 % підлітків довіряють батькам, а це означає, що довіряють і тій інформації, яку вони отримують від них. Лише 12 % респондентів зазначили, що вони зовсім не довіряють батькам. Про високий рівень довіри та достатньо відверті стосунки між підлітками й батьками свідчать відповіді понад половини опитаних 10–14-річних учнів, які кажуть, що батьки, як правило, знають, де й з ким вони спілкуються ввечері.

Водночас існують і певні проблеми щодо впливу батьків на формування здорового способу життя в неповнолітніх. Так, 15 % 10–14-річних відверто стверджують, що випивали алкогольні напої в більшій кількості, ніж їм дозволяли батьки; 6 % упевнені, що матір, та 6 % — що батько дозволили б їм випивати без будь-яких обмежень і заперечень. Ще

по 27 % відповіли, що їм дозволили б випити лише з особливої нагоди; близько 21 % не знають, як саме відреагувала б їхня мати, і така сама кількість не впевнена щодо батьківської реакції. Серед тих, хто ще не спробував курити на час опитування, 25 % відзначили такий «стримувальний» чинник, як «мої батьки не курять». Це другий за рейтингом чинник після усвідомлення шкідливого впливу звички курити на стан здоров'я. Крім того, ще 11 % зазначили, що у випадку куріння вони б мали проблеми з батьками.

Серед молоді віком 10–14 років курили або курять 39,5 % респондентів. Разом із тим лише незначна кількість осіб засвідчує, що вони курять через конфлікт із батьками. Напевне, таку ситуацію можна пояснити й тим, що чимала кількість батьків (38 %) курить у помешканні, де вони проживають разом із дітьми, 70 % дітей свідчать про те, що їм батьки не дозволили б курити взагалі.

Можна сказати, що батьки є одним з основних джерел отримання інформації щодо здорового способу життя для дітей, підлітків і молодих людей. Результати соціологічних опитувань засвідчують, що зі збільшенням віку кількість тих, хто обговорює ці проблеми з батьками та отримує від них інформацію, хоч і незначною мірою, усе-таки знижується. Розглядаючи варіанти відповідей на питання: «До кого або до яких джерел ти звернувся б, якби побажав отримати більше інформації про алкоголізм, наркоманію, куріння?» залежно від віку респондентів, можна отримати загальну діаграму цих показників.

Діаграма

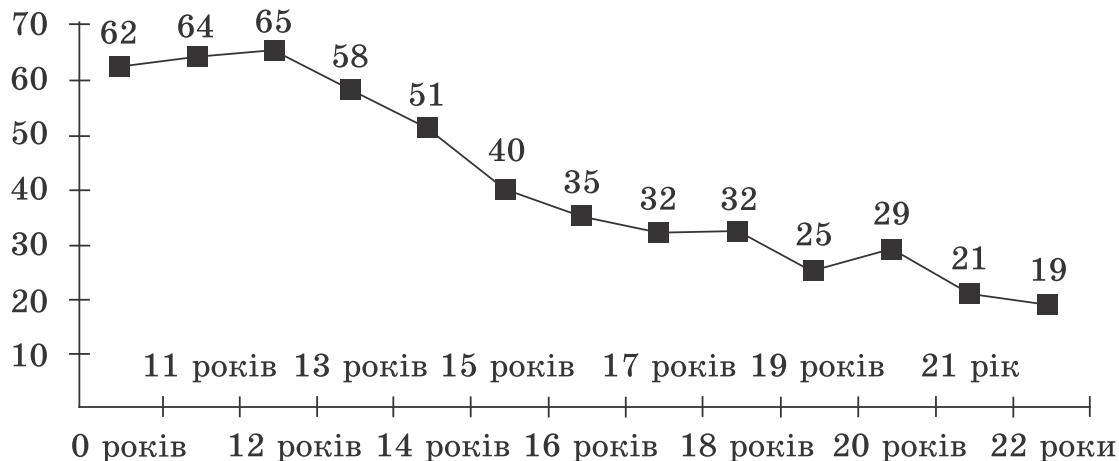
Частка молоді, котра звертається до батьків із питань алкоголізму, наркоманії, тютюнопаління (% по кожній віковій групі)

Вплив батьків на поінформованість дітей і молоді стосовно шкідливих звичок умовно можна поділити на три етапи:

I. 10–12 років — етап стабільного ставлення до рекомендацій батьків, 62–65 % дітей за інформацією про шкідливі звички звертаються до батьків.

II. 13–16 років — етап різкого зменшення впливу батьків, частка дітей зменшується від 65 % у 12 років до 35 % у 16.

III. 17–22 роки — етап повільного зменшення впливу батьків, відсоток потенційних звернень до батьків знижується від 32 % у 17 років до 19 % у 22 роки.



Що стосується значення одержаної від батьків інформації про шкідливі звички для дітей, різних за статтю та віком, то у віці 10–12 років довіра до інформації, наданої батьками, у дівчат падає від 71 % до 64 %, а в хлопців зростає від 53 % до 66 %. Відрізняється також і рівень довіри до батьківської інформації у віці 20–22 років, коли в чоловіків рівень довіри знижується до 14 %, а в молодих жінок він залишається на показнику 24–26 %. Ще одним із чинників, які визначають ставлення до інформації батьків, є проживання: окремо чи разом мешкають батьки та дорослі діти. Так, молоді люди, які проживають у батьківських сім'ях, мають намір звернутися до батьків у 46 % випадках, а діти, які проживають окремо, тільки у 18 %.

Очевидно, що сім'я має двосторонній вплив на спосіб життя молодшої людини. З одного боку, сім'я виступає як захисний чинник, що перешкоджає появі та розвитку шкідливих звичок, з іншого — як особливий чинник, що стимулює розвиток шкідливих звичок у дітей.

Захисні чинники сім'ї найбільшою мірою проявляються в тому разі, коли:

- між членами сім'ї існують добрі, відверті стосунки;
- виховання дітей передбачає прояв душевного тепла, виключає постійні ультимативні претензії;
- батьки вірять у життєві успіхи дітей, проявляють високі батьківські очікування;
- діти, з одного боку, беруть участь у прийнятті сімейних рішень, а з іншого — мають свої власні обов'язки стосовно інших членів сім'ї;
- стосунки між батьками базуються на емоційній взаємній підтримці;
- ставлення батьків до дітей базується на реальній зацікавленості, увазі до їхніх проблем і обмежуються не тільки розмовами, а й безпосередньою участю в різних аспектах життя дітей.

Негативний вплив сім'ї на спосіб життя дітей, насамперед, пов'язаний із внутрішньою кризою сім'ї:

- сімейною дезорганізованістю, яка призводить до того, що сім'я перестає вирішувати навіть елементарні проблеми утримання дитини;
- сімейними конфліктами, які є причиною різних стресів у дітей;
- проявом насилля (фізичного, психічного, сексуального);
- відсутністю почуття любові та взаєморозуміння між членами сім'ї;
- наявністю шкідливих звичок (алкоголізму, наркоманії тощо) серед членів сім'ї;
- невимогливістю та непослідовністю санкцій стосовно проявів шкідливих для здоров'я звичок у дітей, слабка дисципліна в сім'ї;
- нереалізованим очікуванням стосовно розвитку й успіхів дитини.

На жаль, підлітка й навіть молоду людину дуже часто розглядають як «майже» дорослого, а слово «неповнолітній» узагалі віддзеркалює у своєму значенні певну неповноцінність.

Знання особливостей молодіжного та підліткового віку може змінити ставлення дорослих до підлітків і, таким чи-

ном, зменшити деякі ризики для здоров'я, перш за все це стосується психологічного дискомфорту й фізичної активності.

Спеціальні навчальні програми можуть проілюструвати на конкретних життєвих прикладах батькам, дорослим членам сімей їхню відповідальність за спосіб життя дітей, причому не абстрактну відповідальність, а те, як кожний вчинок дорослого, включно з реакцією на будь-який дитячий вчинок, може позначитися на дитині. Наприклад, якщо дитина погано вчиться в початковій школі й батьки досить спокійно до цього ставляться, то в старших класах вони повинні бути готовими до того, що дитина повною мірою відповідатиме статусу «двієчника»: найімовірніше вона куритиме, прогулюватиме школу, стане членом компанії таких самих «педагогічно занедбаних» дітей.

Головне завдання впливу на спосіб життя дитини через батьківську сім'ю полягає в об'єктивній інформації про тенденції в молодіжному середовищі, адже стосовно таких ризиків для здоров'я, як куріння, алкоголізм, наркоманія, саме батьки можуть стати реальним джерелом знань і вмінь із приводу попередження ризиків. Головною умовою для цього є наявність таких знань і вмінь, оскільки вони мають ці знання й мають відверті стосунки з дітьми. Цілеспрямований потік інформації щодо здорового способу життя дітей буде корисним і для самих батьків, бо він може вплинути й на їхній спосіб життя, а це, безперечно, впливає на дітей як найближчий і найбільш наочний приклад.

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник ще раз підкреслює, що куріння є проблемою в нашій країні. Молоді люди ризикують занедужати раком легень, горла та іншими захворюваннями, які пов'язані з курінням. Згідно зі статистикою, яку надають лікарні, у багатьох молодих людей є тютюнова залежність. Молодь курить, незважаючи на рекомендації дорослих не робити цього. Їй необхідна інформація та навички, щоб уникнути залежності від тютюну. Багато молодих людей починають курити в підлітковому

віці. Батьки повинні говорити про куріння зі своїми дітьми, а шкільні програми сприятимуть полегшенню виховних заходів.

Далі необхідно познайомити батьків із тим, яку допомогу чи інформацію вони можуть одержати в школі.

Шановні батьки!

Ваш син або дочка будуть брати участь у новій шкільній програмі стосовно тютюнопаління та хвороб, пов'язаних із цим. Він (вона) зможуть одержати важливу інформацію та здобути навички для того, щоб допомогти запобігти його (її) захворюванню цими серйозними хворобами.

Дуже важливо, щоб ви допомогли вашому сину (дочці) в його (її) навчанні.

Ви можете це зробити таким чином:

- спитайте свою дитину, що він (вона) дізнався(лася) в школі про куріння та хвороби, пов'язані з ним;
- обговоріть ваші відчуття з приводу цих проблем;
- уважно й спокійно слухайте, коли він (вона) хоче обговорити цю проблему.

Ми вдячні вам за вашу підтримку.

Які питання можуть ставити батьки стосовно тютюнопаління?

Вони можуть бути різними, залежно від віку дитини та ситуації. Зокрема, це можуть бути загальні питання:

«Що ти дізнався про куріння сьогодні (на цьому тижні, під час навчання)?»

«Яка інформація з тієї, що ти почув, є найважливішою?»

«А що інші учні думають, говорять, відчувають із приводу цих тем?»

«Чи зрозумів ти тему? Що ти вважаєш легким або важким?»

«Чи можеш ти пояснити інформацію?»

«Можливо, ми зможемо обговорити питання разом і ти допоможеш мені дещо з'ясувати?»

«Як ти вважаєш, що важливо знати мені?»

«Чи стосується ця інформація тебе?»

Можуть виникнути й особливі питання:

«Що таке куріння, тютюнова залежність, які хвороби розвиваються у зв'язку з курінням?»

«Як людина набуває залежності від тютюну?»

«Як розвиваються хвороби, пов'язані з курінням?»

«Як визначити, чи маєш ти залежність від тютюну?»

«Як ти вважаєш, що відчуває людина, яка має тютюнову залежність?»

«Що ти можеш зробити для такої людини?»

«Що ти відчуваєш стосовно однокласників, які курять?»

«Чи налякала тебе ситуація з тютюнопаління? Якщо так, то чому?»

Профілактика тютюнопаління — це процес взаємодії, взаємної підтримки. Саме тому в цьому процесі найважливішою є така форма роботи, як діалог. Діти потребують відвертого спілкування з батьками. (Далі слід обговорити відповіді, які учні одержали після інтерв'ю.)

ТЕМА 6

Мета: проаналізувати причини та наслідки тютюнопаління.

І варіант

Курити чи не курити?

Коментар: класний керівник проводить тест серед учнів, аналізує відповіді, готує практичне завдання та пам'ятку для батьків «Чи знаєте ви, що...?»

Тест для учнів

1. Куріння — це...
2. Цигарка в руці — це...
3. Не курити — означає не...
4. Для того щоб кинути курити, треба...
5. У моїй сім'ї курить лише...
6. Куріння в нашій сім'ї — це...
7. Куріння дає мені можливість...

Пам'ятка для батьків «Чи знаєте ви, що...?»

У того, хто почав курити у віці 15 років, ризик смертності від раку легенів збільшується порівняно з тими, хто почав курити після 25 років (у чоловіків — у 3,5 разу, у жінок — у 2,4 рази).

В Україні середня тривалість життя чоловіка на 14 років, а в жінки на 9 років менша, ніж у чоловіків і жінок у Фінляндії.

Теоретично тільки 50 % молодих людей в Україні доживуть до 60 років, тимчасом як у Великобританії — 90 %.

Смертність від хвороб серцево-судинної системи серед українських чоловіків у віці від 45 до 74 років у 4 рази вища, ніж у французів, і в 3 рази — ніж в італійців.

Куріння є причиною 32 % смертей серед чоловіків в Україні.

50 % курців у розвинених країнах помирають від хвороб, спричинених курінням. Це рак легенів, захворювання дихальної та серцево-судинної систем.

В Україні 70 % чоловіків і 33 % жінок курять, у США, відповідно, 27 % і 23 %.

Тривалість життя людини, яка викурює пачку й більше сигарет у день, зменшується на 7 років порівняно з тією, що не курить.

Жінки, які під час вагітності курять або є пасивними курцями, мають велику вірогідність ускладнень під час вагітності, під час пологів, народження дитини з низькою масою тіла та маленькою голівкою. Ці діти нерідко відста-

ють у фізичному й розумовому розвитку, часто хворіють, окрім того, такі діти мають високий ризик захворювання раком легенів.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Звичка — друга натура. Як часто ми чуємо ці слова. У кожної людини — свої звички, як шкідливі, так і корисні. Звички — це автоматизовані дії, які проявляються незалежно від бажань. Корисні звички допомагають відчувати себе зібраним, організованим, готовим до подолання труднощів. Вони виручають навіть при стресі або в умовах дефіциту часу. На жаль, у людей виникають не лише корисні, але й шкідливі звички. Причому з'являються вони не випадково. В основі звичок лежить механізм підкріплення. Якщо звичка отримала неодноразове позитивне підкріплення, то вона закріпиться і позбавитися її буде дуже важко. Проблему шкідливих звичок у наших дітей вирішують і педагоги, і психологи, з їхніми шкідливими наслідками намагаються боротися й батьки. Спробуємо на практиці показати, як це можна здійснити.

До шкідливих звичок належить і куріння. Усі тютюнові компоненти діють на організм одночасно, в організмі немає жодного органа чи тканини, які б не зазнавали тютюнової агресії.

Куріння вкорочує життя. Тривалість життя людей, які щодня викурюють понад 10 сигарет, на 8 років нижча за середню. Тютюн є однією з головних причин виникнення раку: курці хворіють на рак легенів у 30 разів частіше.

Куріння назавжди ушкоджує апарат спадковості й негативно позначається на дітородінні. Речовини тютюну накопичуються в жіночих яйцеклітинах, отруюючи їх. Це спричинює безпліддя, яке в курців зустрічається вдвічі частіше. Куріння утруднює закріплення зародка в стінці

матки, викликає загибель ембріона на ранній стадії розвитку, ушкоджує його нервову та серцево-судинну систему, отже, призводить до зниження інтелекту та відставання в розвитку.

Під впливом нікотину звужуються кровоносні судини, що призводить до кисневого голодування усіх тканин та органів. Малі дози нікотину спочатку підвищують збудливість кори головного мозку, викликаючи короточасне невелике збудження. Потім настає фаза пригнічення, тобто погіршення працездатності мозку. Мозок перевтомлюється і потребує збуджувального допінгу, що й змушує людину закурити. Так розвивається залежність нервової системи від додаткових подразників, яка переходить у звичку тютюнопаління. Статистика свідчить про те, що лише у 5–7 % курців — звичка, а 93–95 % мають залежність від тютюнопаління.

На сьогодні сигаретами «бавляться» близько 20 % дітей у віці від 12 до 14 років. За прогнозами фахівців, із трьох тисяч осіб, які почали курити до 15 років, 250 не доживуть до пенсійного віку. Кожний третій підліток у віці 14–16 років курить систематично.

Дослідники встановили, що люди, які почали курити до 15-річного віку, помирають від раку легенів у 5 разів частіше, ніж ті, які приохотилися до куріння після 25 років.

Ознайомлення батьків із результатами тестування дітей та їхнє обговорення.

Практичне завдання для батьків.

Педагог об'єднує батьків у 2–3 групи та пропонує їм завдання: сформулювати відповіді на питання.

- Як ви думаєте, чому наші діти починають курити?
- Систематизуйте ознаки, за якими можна визначити, що дитина курить.

Представник від кожної групи викладає варіанти відповідей. Відповіді обговорюють групою.

Далі групам батьків пропонують обговорити ряд ситуацій та знайти оптимальний вихід із них.

Ситуація 1.

Ви приходите додому в невизначений час, несподівано для дочки, і бачите, що вона гарячково курить біля відчиненого вікна. Угледівши вас, дочка не припиняє курити, а з викликом говорить, що в такий спосіб вона розслабляється після напруженого навчального дня. Якими будуть ваші дії?

Ситуація 2.

Ви знайшли тютюн у кишені куртки свого сина. Що ви будете робити?

Ситуація 3.

Ваша дочка-відмінниця починає демонстративно курити і вживати нецензурні вислови. Якими будуть ваші дії?

Після обговорення та заслуховування варіантів виходу із ситуацій педагог узагальнює думки учасників дискусії, наголошуючи на шанобливе, тактовне, толерантне ставлення до дитини та її проблем.

Нотатки для батьків.

Учені довели, що коли підлітки курять тютюн і вживають алкоголь, то збільшується вірогідність того, що надалі вони спробують наркотики.

Заранній початок статевого життя, зґвалтування, небажані вагітності, венеричні хвороби підлітків і вживання алкоголю пов'язані між собою. Підлітки, які п'ють, частіше потрапляють у названі вище ситуації.

Дослідження свідчать, що різні відхилення у поведінці підлітків майже не зустрічаються в ізольованому вигляді. Зазвичай вживання тютюну, алкоголю, наркотиків супроводжується брехнею, дрібним крадіємством і хуліганством, прогулами занять і поганою успішністю в школі.

Тютюнопаління та вживання алкоголю є складним, суперечливим явищем сучасної масової культури. З одного боку, вживання цих речовин не заборонене, а іноді навіть заохочується рекламою з комерційною метою. З іншого боку, тютюнопаління є доведеним чинником виникнення серцево-судинних та онкологічних захворювань, а вживання

алкоголю — ще й причиною безлічі нещасних випадків і злочинів. Тютюнопаління та вживання алкоголю дорослими людьми, найімовірніше, їхня особиста справа, в усякому разі тоді, коли це не завдає шкоди оточенню. Вживання тютюну й алкоголю підлітками — це ненормальна поведінка.

Тютюнопаління: історична довідка

Тютюнопаління, або вдихання диму, людина практикує від початку використання вогню. Магія вогню і задимленість печери заспокоювали людей, зігрівали, а отруєння чадним газом притлумлювало голод і злість. Хоронителі вогнища, помітивши це, кидали у вогонь ті рослини, які заспокійливо діяли на одноплемінників.

Уважають, що у Європу тютюн завіз у XV столітті Христофор Колумб, хоча щодо цього є й інші припущення. Походження слова «тютюн» так само досі точно не встановлено. Напевно можна сказати тільки те, що воно «родом» з Америки.

XVI століття — це час поширення тютюну в Європі. Жан Ніко (французький дипломат і вчений) подарував французькій королеві Катерині Медичі сухе листя тютюну, порекомендувавши їй вдихати його аромат при головному болю, від якого вона страждала. Так з'явилася мода на нюхальний тютюн. Пізніше однією з найшкідливіших отрут тютюнового диму стали називати нікотин.

У Росію тютюн потрапив на початку XVII століття. За часів правління перших Романових влада переслідувала тютюнопаління: курців сікли різками й навіть відправляли в заслання. Дозвіл на куріння тютюну дав Петро I.

На початку XIX століття мода курити люльки й сигари виникла в Москві та Санкт-Петербурзі серед вищих верств суспільства. Саме тоді з'являються й перші тютюнові фабрики. У середині XIX століття в Москві вже було 4 великі тютюнові фабрики.

Виробництво перших сигарет «Ява» в Росії припадає на 1947 рік.

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник наголошує на важливість обговорюваної проблеми та розповідає про вплив тютюнопаління на організм людини.

Захворювання, що розвиваються при тютюнокурінні: хвороби нирок; виснаження головного мозку; м'язова астения; рак легенів; карієс; кашель; хвороби серця; зниження працездатності; послаблення пам'яті.

Якщо людина, закуривши один раз, продовжує курити й це стає її звичкою, починає формуватися нікотинний синдром, або нікотинна токсикоманія. Виокремлюють три стадії нікотинної токсикоманії.

Перша стадія — побутове куріння. Людина курить спочатку епізодично — 1–2 сигарети на тиждень, залежно від ситуації. Потім виникає щоденне куріння до 3–5 сигарет на день. Курцеві здається, що його працездатність підвищується, покращується самопочуття.

Друга стадія — звичне куріння. З'являється нав'язливе бажання курити. Виникає залежність від куріння. У цій стадії погіршується самопочуття: з'являються головні болі, дратівливість, порушується сон, підвищується стомлюваність.

Третя стадія — упереджене куріння. Залежність має фізичний характер. Виникає нездоланне бажання курити. Розвивається важка абстиненція. З'являється звичка курити натщесерце, відразу після їжі, нерідко вночі.

Після закінчення батьківських зборів класний керівник роздає пам'ятки для батьків.

II варіант

Профілактика зловживання психоактивних речовин.

Оформлення: плакат із висловом Сократа; плакат «Три функції батьків».

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Сьогодні ми зібралися з вами для того, щоб поговорити про те, як ми можемо допомогти нашим дітям відмовитися від уживання ПАР (психоактивних речовин), а тим, хто їх іще не вживав, ніколи цього не робити. Психоактивними речовинами можна вважати алкоголь і наркотики.

Але спершу послухайте вислів про молодих людей однієї дуже відомої людини: «Сучасна молодь звикла до розкоші, їй притаманні погані манери, вона зневажає авторитети, не шанує старших, діти сперечаються з дорослими, жадібно ковтають їжу і дратують учителів».

Як ви вважаєте, кому може належати цей вислів і про молодь якого століття у ньому йдеться?

Ці слова належать Сократу, такою він бачив молодь V століття до н. е.

Висновок: молоде покоління споконвіку викликало в дорослих обурення й шокувало своєю грубою поведінкою. Сучасна молодь так само любить красиве життя, має погані манери й не шанує старших.

З одного боку, немає приводу для хвилювання — усе відбувається точнісінько так, як і 26 століть тому.

Однак, з іншого боку, наших дітей оточує зараз море спокус, а серед них алкоголь та наркотики, які можуть зруйнувати їхнє молоде життя.

Учені підраховали, що пиячити так, як зараз пиячать в Україні, залишилося 20–30 років, а потім — катастрофа. Наркоманія може прискорити настання цієї катастрофи у 2–3 рази.

Багаторічні спостереження довели: якщо діти курять і вживають алкоголь, то збільшується вірогідність того, що надалі вони спробують і наркотики.

Заранній початок статевого життя, зґвалтування, небажані вагітності, венеричні хвороби підлітків і вживання алкоголю пов'язані між собою. Підлітки, які п'ють, частіше потрапляють у названі вище ситуації.

Зазвичай вживання тютюну, алкоголю, наркотиків супроводжується брехнею, дрібним крадіємством і хуліганством, прогулами занять і поганою успішністю в школі.

Звісно, що тютюнопаління і вживання алкоголю — це складне й суперечливе явище сучасної масової культури. З одного боку, вживання ПАР заохочує реклама в комерційних цілях. З іншого боку, тютюнопаління є ризиком появи серцево-судинних та онкологічних захворювань, розпивання спиртних напоїв — це причина нещасних випадків і злочинів. Для дорослих людей тютюнопаління і вживання алкоголю — їхня особиста справа, звісно, у тому разі, якщо це не позначається на оточенні.

Вживання тютюну й алкоголю підлітками — це ненормальна поведінка.

Яким чином батьки можуть вплинути на вибір дітей? Чи треба пробувати алкоголь, тютюн і наркотики? Послухайте, будь ласка, притчу:

«Подорожанин, який ішов уздовж річки, почув відчайдушні дитячі крики. Підбігши до берега, він побачив, що у воді тонуть діти, і кинувся їх рятувати. Цієї миті поруч проходив чоловік, тож подорожанин покликав і його на допомогу. Той став допомагати тим, хто ще тримався на плаву. Побачивши третього подорожанина, вони покликали і його на допомогу. Але той, не звертаючи увагу на заклики, пришвидшив ходу.

— Хіба тобі байдужа доля дітей? — запитали рятувальники.

Третій подорожанин відповів:

— Я бачу, що ви й удвох поки що впораєтеся. Зараз добіжу до повороту, дізнаюся, чому діти падають у річку, й спробую запобігти цьому».

Ця притча розповідає про те, що до розв'язання проблеми «дітей, які тонуть», існує 2 підходи:

— 1-й — запобігти,

— 2-й — рятувати.

Завдання батьків і педагогів — «добігти до повороту річки й не дати дітям впасти у воду», тобто займатися профілактикою.

У кожному разі батьки повинні виконувати три функції:

1. Формувати переконання про шкоду наркотиків, алкоголю, сигарет, небезпеки їхнього вживання та фатальної закономірності розплати. Прищеплювати синові або дочці самостійність у вчинках.
2. Здійснювати поточний контроль.
3. І найголовніше, слід розповісти дітям про альтернативу цим звичкам. Такою альтернативою може бути ваша любов до дитини, добрі стосунки в сім'ї.

Відсутність уваги, підтримки та схвалення призводить до формування в дитини таких рис особистості, як незахищеність, відсутність відчуття безпеки, невпевненість і тривожність. А це, у свою чергу, може штовхнути її до пошуку способів отримання упевненості в собі, зняття стресу шляхом вживання ПАР за компанію та самостійно.

Звісно, ми не можемо, оберігаючи дітей від знегод життя, тримати їх під скляним куполом. Але ми можемо й повинні подбати про те, що їх оточує. Ми можемо створити свій маленький і дуже добрий всесвіт у сім'ї, у своєму домі. І нехай хоча б тут їх оточує любов!

Якщо ми хочемо прищепити своїм дітям якісь норми поведінки, у першу чергу слід самим дотримуватися їх. Дослідження свідчать про те, що більшість людей курять, вживають алкоголь тому, що це робили їхні батьки.

Слід зазначити, що саме по собі вживання алкоголю на очах у дітей не впливає на них шкідливо. Однак не можна пити при дітях дуже багато. Той факт, що ви можете залежно від ситуації пити помірно або зовсім не пити, є хорошим прикладом для ваших дітей.

Іноді батьки, які не п'ють і не курять, теж припускаються помилки, не обговорюючи цю проблему з дітьми, оскільки батьки — це не єдине їхнє оточення.

Не слід примушувати пити при дітях гостей, якщо вони цього не хочуть. Звісно, що найскладнішою є ситуація в тих сім'ях, де дуже багато п'є глава сім'ї. Вчинки батька та реакція на нього матері формують небезпечні моделі поведінки в дітей.

З усього сказаного зрозуміло, що ваш вплив на дітей має неабияке значення, адже діти є дзеркалом ваших дій і думок. Тож будьте прикладом для своїх дітей в усьому, і тоді вам не доведеться їх «рятувати з річки поганих звичок»!

Дякую за увагу.

ТЕМА 7

Мета: проаналізувати причини й наслідки вживання наркотиків, дати поради батькам.

I варіант

Гра в «білу смерть»

Коментар: класний керівник готує пам'ятку для батьків.

Пам'ятка для батьків

«Ознаки вживання дитиною наркотиків»

Зовнішні ознаки:

- бліда шкіра;
- розширені або звужені зіниці;
- почервонілі або затьмарені очі, уповільнена мова;
- часта застуда;
- погана координація рухів.

Очевидні ознаки:

- сліди від уколів, порізи, синці;
- згорнуті в трубочку папірці, фольга;
- маленькі ложечки, капсули, пляшечки, флакончики, невідомі пігулки, порошки.

Поведінкові ознаки.

- Він (вона) почав(ла) часто невмотивовано зникати з дому. Ваша спроба дізнатися, де і з ким дитина проводить час, викликає в неї спалах гніву або роздратування.

- Він (вона) почав(ла) часто обманювати — з приводу відсутності вдома, справ у школі, спілкування з друзями, з питань витрачання грошей.

- За короткий проміжок часу у вашого(ї) сина (дочки) майже повністю змінилося коло друзів. Нові друзі не приходять у гості, а забігають на хвилинку, про щось тихо шепочуться на порозі та йдуть геть.

- З'явилося багато таємничих дзвінків і дивних переговорів по телефону. Причому ваша дитина не бажає пояснювати, хто дзвонив, а в розмові часто звучать дивні жаргонні слова.

- Вашого(у) сина (дочку) зовсім перестали цікавити сімейні справи. Він (вона) змінив(ла) своє ставлення до вас: став(ла) холодним(ою), байдужим(ою), недовірливим(ою), потайливим(ою), чужим(ою).

- У нього (у неї) посутньо змінився характер — з'явилася невмотивована дратівливість, частішими стали спалахи істерії, крику, різкі зміни в настрої.

- Він (вона) залишив(ла) колишні інтереси — не читає, не дивиться телевизор, пригнічений(а), відповідає коротко, одним словом (так, ні, нормально) і вкрай роздратовано.

- У нього (у неї) змінився режим сну. Він (вона) може спати цілими днями, не прокидаючись, а іноді майже всю ніч ходить по кімнаті, натикаючись на предмети.

- Усе частіше він (вона) повертається додому в стані легкого сп'яніння, координація рухів трохи порушена, погляд відсутній, намагається не потрапляти вам на очі й швидко лягти спати.

- У вас вдома почали зникати гроші або речі, або і те й інше одночасно. Спершу це відбувається вкрай рідко, згодом — систематично.

Майте на увазі, що окремі, названі вище ознаки можуть бути симптомами різних психологічних труднощів підліткового віку. У деяких випадках у такий спосіб можуть проявлятися захворювання психіки.

Підозра на вживання дитиною наркотиків може бути заснована на наявності 8 з 10 описаних вище змін поведінки.

Поради батькам

Залежність від наркотиків є серйозною проблемою сучасного суспільства. Наркотики незрідка нівечать життя і молодим людям, і їхнім рідним. Тим часом саме родичі здебільшого можуть запобігти біді, що насувається.

Як ви можете допомогти своїй дитині?

Намагайтеся дізнатися якомога більше про все, що стосується зловживання наркотиками. Озброєні знаннями, ви матимете перевагу.

Розмовляйте зі своєю дитиною про проблеми, пов'язані з наркотиками. Застерігайте її. Обґрунтуйте свою позицію. Не чекайте, доки в неї з'являться певні ознаки вживання наркотиків. Не дайте їй захопити вас зненацька.

Залишаючись жорстким у своїх настановах, ніколи не відмовляйте дитині в можливості що-небудь висловити або обговорити. Ваша зайва суворість може викликати «мовчазний бойкот» у вашої дитини. Але ви — дорослий, і те, щоб двері для розмови були відкриті, — ваша турбота.

Завжди цікавтеся тим, що роблять ваші діти, у яких компаніях проводять час. Батьки повинні знати, де бувають діти і хто їхні друзі.

Якщо ви запідозрили, що ваша дитина вживає наркотики, уважно придивляйтеся до неї. Заведіть щоденник, у який записуйте всі особливості поведінки вашої дитини, вказуючи дату й час.

Перед тим як провести з дитиною серйозну розмову, складіть для себе список аргументів, щоб пояснити їй, чому виникла потреба в такій розмові. Робіть це тільки тоді, коли дитина перебуває в нормальному тверезому стані і коли ви тримаєте себе в руках.

Головну увагу при розмові з дитиною концентруйте на її поведінці, користуйтеся конкретними прикладами та висловлюйтеся спокійно й стримано. Підкресліть, що ви не сприймаєте тільки її поведінку, а не саму дитину як особистість. Проявляйте свою любов до неї, незалежно від будь-яких умов.

Дуже важливо, щоб і батько, і матір були одностайні та послідовні у своїх підходах. Ви повинні триматися разом і не давати дитині використовувати ваші протиріччя між собою.

Не розраховуйте відразу на згоду. Будьте готові, що розмова викличе у вашої дитини роздратування. Чекайте таких слів, як: «Ти мені не віриш. У мене немає таких проблем із наркотиками. Ти взагалі про мене ніколи не піклуєшся». Слід чекати, що дитина спробує «натиснути» на ваші почуття. Але ваша тверда позиція якраз і буде для неї найкращою турботою.

Як «розірвати павутину»?

Якщо ви підозрюєте, що ваша дитина вживає наркотики, не вдавайте, що нічого не сталося. Не зволікайте — зверніться до фахівця-нарколога. Не слід боятися слова «нарколог», бо в цій ситуації допомогти вам зможе тільки професіонал. Разом ви зможете обдумати, як переконати дитину прийти на прийом.

Куди звернутися по допомогу?

Ви можете звернутися в наркологічний диспансер за місцем проживання.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Чи знаєте ви, що вашим дітям раз у раз пропонують наркотики? Будь-хто, за доступною ціною і навіть безкоштовно?!

Лякає те, що сталося останнім часом: масова підліткова й молодіжна свідомість визнала наркотики банальністю. Сьогодні «курнути косяк» у шкільному туалеті — подвиг не більший, ніж колись затагнути «Космосом». У наш час молоде покоління стає повноправним учасником великої

гри в «білу смерть», клієнтом злочинної системи, влаштованої саме так, як розповідають телесеріали про наркомафію. Про наслідки новонавернені не замислюються. Вони вірять у нешкідливість препаратів, передають один одному точні рецепти самолікування.

У нічних клубах, відвідувачами яких є не лише молодь, але й школярі-старшокласники, і де можна дістати будь-що, дуже популярні «екстазі» у вигляді пігулок, марок, наклейок, жуйок і так званої «енергетичної» води. Усе продається майже легально. «Агов, ти, прищуватий, закомплексований, боязкий, незграбний, “ковтни екстезі”». Ну що ти, хіба це наркотик! Це еліксир свободи й насолоди для матусиних синків та донечок», — уважають «експерти» з нічного життя. І станеться диво: боязкість і скутість зникнуть. Як класно танцювати в стилі супертехно! Як класно відчутти себе надзвичайним! А абстиненція (похмілля, коли організм вимагає нової дози) не така вже й важка і не здатна зіпсувати прекрасні спогади. «Ось бачиш, а ти боявся», — скажуть бувальці. І він (вона) вже не боїться. А якщо тут «замішана» ще й любов, перше і найсильніше почуття, чи здатна ваша дівчинка витримати, коли він, її обранець, уміє кайфувати, ковтаючи «колеса», понюшки кокаїну? «Хто не ризикує, той не кайфує!» — пояснила гарненька шістнадцятирічна дівчинка з поцяткованими від уколів венами. Яке вже там шампанське — атавізм, коли є анаша, «винт», «хімка», морфій, героїн. І ось ваші діти вже в павутиновому лабіринті, з якого виходу частіше за все немає.

Наші діти стали об'єктом полювання для тих, хто прагне заробити — багато, гарантовано, швидко й за всяку ціну. Сьогодні наркологи запевняють: ваше сімейне благополуччя більше не є порятунком для ваших дітей від згубної пристрасті. До наркотиків прилучатися не страшно (не в брудному підвалі), а весело: у рейв-дансингу, наприклад, де барви і світло так звабливо пульсують разом із музикою; або біля школи в сонячний день, коли раптово потепліло й не хочеться йти додому; або в затишній вітальні на вечірці у приятеля; а можна і в інституті, коли не хочеться йти

на нецікаву лекцію; або коли посварився з викладачем, не склав залік, іспит. А може, ти вже «все» спробував і тобі нудно, потрібні гострі відчуття. Ось тут і з'являються «доброзичливці», які пропонують тобі плюнути на все й розслабитися або «відтягнутися». Коли вперше пропонують наркотик, постає ситуація вибору: спробувати чи ні. І в цій ситуації спокуси або провокації повинна допомогти закладена раніше «культура відмови». Звісно, можна просто рішуче відмовитися, але це не завжди легко й навіть не завжди можливо.

Потрапивши у важку ситуацію вибору (адже відмова «робити, як усі» може означати відмову провести вечір у приємній на перший погляд компанії, розрив із коханою людиною, втрату друзів), можна послатися на те, що наркотики на неї (нього) дуже погано діють або просто не подобається їхній колір чи запах.

Відмова з вибаченням подібна до універсального водійського: «Я за кермом» або «У мене алергія», «Я підтримую форму для спорту», «А в мене сьогодні ще зустріч». Спробуйте провести вдома зі своїм сином або дочкою такого роду рольовий тренінг. Не стійте осторонь, вважаючи, що вам не треба цього робити. Наївно припускати, що у ваших дітей ніколи не виникне ситуація першої пропозиції (якщо, звісно, ви не збираєтеся все життя тримати їх у клітці без права виходу у світ). Саме тому їх треба озброїти різними способами відмови. Як же застерегти дітей від наркотиків?

У першу чергу — бути гранично щирими з ними. Не лякати й, тим паче, не погрожувати їм. Вони мало думають про майбутнє і живуть сьогоднішнім днем. Свобода, незалежність і думка однолітків, а не батьків, — ось головні цінності ваших дітей. Постарайтеся поважати цю їхню свободу й ненав'язливо говоріть із ними про майбутнє.

Якщо ж ви переконаєтеся в тому, що ваш син або дочка пробували наркотики, знайдіть гарного лікаря, оскільки вживання наркотиків не забавка, а серйозне захворювання з фізичною і психологічною залежністю. При цьому довіряйте не рекламним буклетам, а рекомендаціям обізнаних

людей. Як би ви не соромилися, завжди виявляється, що не лише вас спостигла ця біда.

Фахівці звертають увагу на такі ознаки, прояв яких може свідчити про те, що підліток уживає наркотики:

1. Раптова, різка зміна поведінки вдома, у школі (безпричинні пропуски занять; зниження успішності або працездатності; пізнє повернення додому, часто в такому стані, що нагадує алкогольне сп'яніння, але без запаху спиртного; важке пробудження вранці).
2. Раптова і невмотивована грубість, сонливість удень; непосидючість, активна жестикуляція; порушення координації рухів: рухи можуть бути скутими або сповільненими, а при деяких формах сп'яніння (унаслідок використання гашишу, снодійних, транквілізаторів) — розмашистими, різкими, грубими, неточними. Зазвичай для стану наркотичного сп'яніння характерна нестійкість при ходьбі, похитування з боку на бік (людина не може пройти по прямій лінії). Сидячи й стоячи, особливо із заплющеними очима, погойдує тулубом.
3. Зникнення коштовностей або грошей із домівки.
4. Збільшення суми грошей на кишенькові витрати.
5. Поява «власних» грошей, оскільки підліток, який втягнувся у вживання наркотиків, може стати агентом (дилером) з їхнього поширення.
6. Підвищений інтерес до фармакології: поява невідомих вам порошків, яких раніше не було у вашому домі, капсул, пігулок, порожніх упаковок, а також інструкцій до ліків, списків телефонів та адрес аптек, фармакологічної літератури, довідників.
7. Зіжмакана фольга, голки та шприци.
8. Раптові зміни настрою: від активності до пасивності, від радості до смутку, від жвавого стану до млявої інертної поведінки.
9. Незвичайні реакції: дратівливість, агресивність, гарячковість або надмірна розкутість і балакучість.
10. Втрата апетиту, зниження ваги.

11. Втрата інтересу до речей, які раніше були для підлітка важливими, — хобі, навчання, спорту, друзів.
12. Різка зміна кола друзів.
13. Невмотивованість і нехарактерні напади сонливості.
14. Прояв потайливості в поведінці.
15. Брехливість, відмова повідомляти про своє місцеперебування.
16. Уживання при безпосередньому спілкуванні з однолітками або по телефону слів із жаргону наркоманів.
17. Неохайне вбрання, незвичайні плями, запахи або сліди на тілі та одязі підлітка.
18. Бліда шкіра, одутле маскоподібне обличчя, землистий відтінок шкіри, сальний наліт на обличчі (у тих, хто зловживає снодійними та заспокійливими засобами); при сп'янінні гашишем, снодійними, транквілізаторами, засобами побутової хімії до обличчя припливає кров, воно стає червоним, наявне також почервоніння білків очей; при сп'янінні ефедром, опієм стають дуже блідими шкірні покриви.
19. Дрібні ушкодження шкіри — порізи, садна (загоюються довго).
20. Зміна мовлення: підкреслена виразність мовлення характерна при зловживанні опіатами, ефедром, гашишем. При інших формах сп'яніння (унаслідок використання снодійних, транквілізаторів, вдиханні парів легких розчинників) мовлення найчастіше сповільнене, невиразне, з нечіткою артикуляцією, немов «каша в роті».
21. Сліди від уколів на тілі по ходу вен (у ділянці ліктьових згинів, передпліччях, кистях, стопах, щиколотках тощо).

Підозріла поведінка групи, до якої залучений підліток: група підлітків прагне сховатися в різних затишних місцях — улітку в парках, на дитячих майданчиках, дачах; узимку на горищах, у підвалах, сходових площадках. Спостерігаються дивні форми поведінки групи: неадекватний голосний сміх, загальна емоційна схвильованість, невмотивована агресивність.

Названі ознаки не завжди свідчать про те, що підліток уживає наркотики. Однак їхній прояв має стати приводом для уважного ставлення батьків до підлітка та його проблем. Не робіть занадто поспішних висновків, але й не втрачайте пильності. Якщо у вас виникає підозра, що підліток перебуває в стані наркотичного або токсикоманічного сп'яніння, слід звернутися за консультацією до лікаря-нарколога.

Деякі об'єктивні ознаки вживання наркотиків, які слід знати батькам:

1. Амфетаміни (екстезі, ЛСД): низька стомлюваність, рухливість, неадекватно підвищений настрій.
2. Похідні конопель (анаша, гашиш, «центр», марихуана): почервоніння очей, сухість у роті, спрага, протяжна мова, безпричинний сміх або відчуття страху, обжерливість.

При передозуванні: блювота, прискорене серцебиття з перебоями, як наслідок відчуття швидкої смерті через зупинку серця. Небезпека при вживанні анаші: зниження розумових здібностей, зниження результатів навчання в школі, в інституті, на роботі, так зване «перегорання» у підлітків — уповільнений статевий розвиток, ураження легенів, можливі галюцинації; нерідко перехід до так званих важких наркотиків — опіатів.

3. Опіати (морфій, героїн, кодеїн, «ханка», «хімка»): червоні очі, як у кролика, і різко звужені зіниці; свербіж усього тіла, особливо крил носа; сухість у роті, зниження апетиту; нетривала ейфорія, слідом за якою настає сонливість.

При передозуванні спостерігається процес «зависання», коли в людини закриваються очі й вона засинає на ходу. Опіати, особливо героїн, швидко спричинюють залежність, що призводить до фізичних і психічних порушень, а також до необхідності збільшення дози для отримання того ж таки ефекту.

4. Похідні ефедри хвощової (ефедрин, ефедрон, «винт», «мулька», «джеф»): червоні очі, але зіниці різко збільшені; спрага, втрата апетиту; нервові збудження,

балакучість; непосидючість, тремтіння рук; безсоння, іноді до 5–7 днів; прискорене серцебиття.

Після ін'єкції ефедрону людина стає понад міру бадьорою, активною, переживає оманливий стан «гострого розуму», надзвичайне сексуальне збудження, стан невагомості. Фізична та психічна залежність слабша, ніж в опіатів, але через півроку може розпочатися інтелектуальна деградація. Після неодноразового прийому цих препаратів розвивається потреба швидкого повторного введення наркотику, іноді через 20 хвилин. Часте вживання наркотику призводить до утворення дуже помітних на руках «доріг» від уколів. Прийом похідних ефедри призводить до швидкого «зношування» організму. Саме тому ефедромана зі стажем 1 рік вважають довгожителем. Чому серед наркоманів переважає такий великий відсоток молоді? Річ у тому, що молодь більше за інших прагне до вседозволеності, хто вважає занадто тисними ті рамки, в які його намагаються загнати. Інакше кажучи, саме таким ось чином підлітки виражають свій протест суспільству, у якому вони живуть, ростуть і виховуються.

Існує думка, що наркоманами стають діти з неблагополучних сімей. Це помилка! Наведімо кілька прикладів спростовує це ствердження.

Історії з життя

«Батьки ніколи не займалися моїм вихованням. Я дитина вулиці, ріс сам по собі, робив усе, що хотів. Моїми шкільними успіхами ніхто не цікавився. Як наслідок, потрапив у погану компанію, став уживати наркотики. Батьки, як і раніше, нічого не помічали в моїй поведінці. У Центр я звернувся сам. Вчасно захопився. Тепер сподіваюсявилікуватися і повернутися до нормального життя». (Григорій, 20 років.)

«Я ріс дуже розпещеною дитиною. Мені купували все, що я просив, і виконували всі мої забаганки. Я ніколи не знав слова “не можна”. Можливо, саме тому я й став уживати наркотики. Це була свого роду моя відповідь тому ото-

ченню, у яке я потрапив, коли виріс. Саме із цього оточення я й пішов у світ наркотичних ілюзій, де мені було дуже добре. Як я сюди потрапив? Спохопилися батьки. А тепер я й сам зрозумів, що так більше жити не можна». (Іван, 23 роки.)

«Мене завжди виховували дуже суворо: туди не ходи, цього не роби, говори тільки хороші слова, руки на столі тримай правильно. Тобто крок управо — крок уліво категорично заборонявся. Тому мою втечу від дійсності можна розглядати як втечу з власної сім'ї. Як не дивно, на сполох забила моя колишня однокласниця, яка випадково почула про цей Центр. Вона “поставила на вуха” моїх батьків, і ось я тут. Що буде далі — не знаю. Така апатія до всього, що навіть лікуватися не хочеться. Можливо, це минеться, і лікарі допоможуть мені повернутися в нормальний світ, світ без наркотиків. Оскільки я розумію, що жити так, як жила я, дуже погано». (Олена, 18 років.)

Підбиваючи підсумки вищесказаного, можна зробити висновок, що наркоман — це далеко не завжди виходець із неблагополучної сім'ї. Навпаки, сім'я юного наркомана здебільшого благополучна й навіть дуже респектабельна, принаймні суто зовні.

Що робити?

Отже, у сім'ї трагедія — дитина стала наркоманом. Ясна річ, її потрібно лікувати. Це нелегко. Передусім треба усвідомити те, що наркомана можна успішно лікувати тільки за умови, якщо він сам цього захоче. Колись багатьох наркоманів після лікування просто примушували йти працювати, але це не рятувало їх від відновлення наркотизації, адже, по суті, вони погано адаптовані до життя в реальному світі. Вони не готові повною мірою до тієї відповідальності, яка на них навалюється після відмови від наркотиків. Інакше кажучи, без хорошої психологічної мотивації не може бути й позитивного результату. Процес позбавлення від наркотичної залежності досить тривалий, і його не можна проводити абияк. Не можна пролікувати дитину в клініці

й викинути її на вулицю. Упродовж усього процесу реабілітації пацієнт потребує психологічної підтримки, причому не лише фахівця, але й батьків.

Після зняття інтоксикації для пацієнта починається процес реабілітації. Він може тривати кілька місяців.

Краще, якщо в період реабілітації пацієнт перебуватиме в умовах закритого заміського Центру. Там він повністю ізольований від небажаних контактів. Окрім того, його постійно консультують і психотерапевт, і психолог. Мета таких консультацій — вироблення вміння протистояти спокусі наркотизації, активізація його адаптивного потенціалу, вироблення й закріплення навичок тверезості та здорового способу життя. Під час реабілітації з дитиною можуть перебувати батьки. Вони можуть або відвідувати її у будь-який час, або постійно жити з нею. Саме реабілітаційна ланка є найважливішою частиною комплексної програми лікування, і саме батьки відіграють важливу роль в одужанні власної дитини.

Чому підліток вживає наркотики?

Головною причиною наркоманії серед підлітків є брак любові й душевного тепла.

З вільним часом у всіх нас проблема, причому саме з тим часом, який слід було б присвятити дитині. Тому, дорогі мами й тати, зверніть увагу на свою дитину. Вона народилася для любові — вашої любові! І якщо ви намагаєтеся замінити її дорогою нянею, розкішними «іграшками» або просто грошима, будьте готові — колись дитина сама вирушить на пошуки «замінників». І можливо, це буде «подорож» в один кінець.

Експеримент над свідомістю, спроба розширити його за межі раціонального. Ця мотивація характерна для інтелектуальної молоді. «Експериментатори» досить освічені, вони вивчають психоделічну літературу, знайомляться з новинками психоделиків через інтернет, вживають заходи, щоб не переступити межу залежності. Ситуація, загалом, «безпечна», але... «експериментуючи» з підсвідомістю, юні

«філософи» підмінюють наркотиком духовну практику, прийняту у світових релігіях. Це як різні способи польоту: довге навчання управління аеропланом та стрибок із даху з поцупленим парашутом (не факт, що він розкриється).

Цікавість. Майже всі підлітки пробують алкоголь або наркотики. Якщо підліток лише «експериментує», він використовує наркотики рідко, усього кілька разів, а потім зупиняється. Експериментування є першим із чотирьох стадій розвитку наркотичної залежності. За експериментуванням зазвичай іде спорадичне вживання, рідше ніж раз на тиждень, потім — регулярне вживання, фінальною стадією є розвиток залежності.

Тиск із боку ровесників. Зазвичай серед друзів є такі, хто вживає наркотики. Іноді їхньому тиску протистояти досить складно.

Бунтарство. Часом уживання наркотиків є формою вираження протесту проти цінностей, що їх сповідують батьки або насаджують у суспільстві.

Відсутність внутрішньої дисципліни й почуття відповідальності. Це — коли ставлення до життя засноване на егоїзмі, немає почуття відповідальності перед собою і суспільством. Підлітки діють імпульсивно, здійснюють вчинок перш, ніж устигнуть подумати, в усьому шукають задоволень і не бажають виконувати жодних обов'язків. Через відсутність почуття відповідальності вони часто вступають у конфлікт з усіма, хто має над ними хоч якусь владу. З тієї самої причини вони зазвичай погано вчаться. Підлітки дуже часто мають надзвичайно високий рівень претензій, не маючи при цьому належної дисциплінованості та не уявляючи, що необхідно для досягнення честолюбних цілей. Наприклад, вони заявляють, що вивчатися на юриста, зароблятимуть багато грошей, збудують собі розкішний будинок і куплять кілька автомобілів; при цьому не ходять до школи й не вчаться. Такі підлітки ставлять перед собою цілі, але не мають жодного уявлення, як досягти їхнього здійснення.

Відсутність мотивації. У деяких підлітків відсутній інтерес до будь-яких занять, речей, подій. Вони байдужі до школи й не мають жодних захоплень. Вони живуть сьогоднішнім днем, не виявляють цікавості до майбутнього, будь-які особисті досягнення нічого для них не значать.

Серйозні особисті конфлікти. Суб'єктивне відчуття нещастя, незадоволення, депресія, тривога, нудьга, невпевненість у собі. Ці симптоми дуже характерні для тих, у кого низька самооцінка й хто вважає інших кращими за себе. Вони нещасні вдома, часто відчувають відчуженість, ізоляцію в сім'ї. Незрідка людина потребує додаткового «знеболювання» — ось тут і виходять на сцену алкоголь, наркотики, переїдання й азартні ігри... Але внутрішній біль — не покарання, а заклик до дії. Той, хто це розуміє, розкривається перед людьми й зростає як особистість. Ну, а інші тікають у «заміни» та замикаються у власному нерухомому й ілюзорному світі.

Проблеми соціалізації. Підлітки, які мають проблеми соціалізації, важко вступають у спілкування, зазвичай підтримують дуже поверхневі приятельські стосунки з ровесниками, у них мало друзів, немає близького друга. Часто вони почуваються ізольованими, перебуваючи серед ровесників. Вони не ладять із начальством, починаючи зі шкільних учителів; у них погані стосунки в сім'ї, постійні сутички з близькими та родичами.

Проблеми невпевненості в собі. Люди, які мають низьку самооцінку, часто відчувають незахищеність, страждають від відсутності упевненості в собі. На цьому ґрунті може розвинутися пристрасть до алкоголю та наркотиків.

Бажання розширити круг спілкування і підвищити свою популярність. Деякі підлітки, які зазнають труднощів у спілкуванні з ровесниками або з протилежною статтю, вважають, що наркотики розкріпачують і полегшують спілкування.

Прагнення подолати депресію. Дехто використовує наркотики або алкоголь як самолікування. У центрі їхніх емоційних труднощів — депресія, відчуття безнадійності, нещастя. Наркотики тимчасово полегшують ці симптоми.

Ці риси особистості дуже типові, але не є обов'язковими причинами для всіх, хто схильний до зловживання алкоголем та наркотиками, тому що всі ми — різні!

Коли розпався Радянський Союз, територія пострадянського простору стала заповнюватися не лише «важкою рекламою», але й важкою наркотою. Дешевий африканський і пакистанський опій, китайські ефедриновмісні препарати, ЛСД та екстезі з країн Європи ринули широкими потоками. З'явилася велика кількість дискотек, нічних барів, де вчорашні домашні дівчатка й хлопчики освоювали все, включаючи наркотики. Серед певної частини молоді наркотики набули культового значення, стали модним, а іноді й обов'язковим атрибутом. Тим часом наркоділки успішно освоюють цей ринок, рекрутуючи армію наркоманів як в інститутах, так і в школах.

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник закликає батьків бути більш уважними до своїх дітей, постаратися убезпечити їх від наркоманії, оскільки лікувати це захворювання дуже й дуже важко, а також наголошує на тому, що слід запам'ятати такі смертельні назви:

1. Амфетаміни (екстезі, ЛСД).
2. Похідні конопель (анаша, гашиш, «центр», марихуана).
3. Опіати (морфій, героїн, кодеїн, «ханка», «хімка»).
4. Похідні ефедри хвощової (ефедрин, ефедрон, «винт», «мулька», «джеф»).

II варіант

Правда про наркоманію

**Форма
проведення:**

батьківський «круглий стіл».

Мета:

надати батькам можливість познайомитися з інформацією та статистикою з проблеми вживання й поширення наркотичних речовин серед підлітків; показати необхідність активного обговорення цієї проблеми в сім'ї.

Обладнання: магнітофон, телевізор, DVD-плеєр, малюнки, фотографії, висловлювання.

Коментар: класний керівник дає завдання учням намалювати малюнок «Мій погляд на наркоманію», батькам — знайти в різних словниках та енциклопедіях пояснення слів «наркоманія», «залежність», готує анкети, пам'ятки для батьків, фотослайди на тему «Наслідки наркотиків», запрошує виступити вчителя біології з повідомленням про види наркотиків та симптоми їхнього вживання.

Оформлення дошки: висловлювання відомих людей про наркотики.

1. «Наркоманія не дає попуску, вона поглинає людину цілком, разом з її тілом, душею й розумом». *Ратмір Тумановський*
2. «Момент, коли колешся не для того, щоб тобі стало добре, а щоб не було погано, настає дуже швидко». *Едіт Піаф*
3. «Наркоманія — ця багаторічна насолода смертю». *Франсуа Моріак*
4. «Крапля нікотину вбиває п'ять хвилин робочого часу». *Ратмір Тумановський*
5. «Наркотики гарні, щоб утекти від реальності, але реальність така багата, тож навіщо від неї тікати?» *Джеральдіна Чаплін*
6. «Деякі рок-музиканти заробляють купу грошей для того, щоб запхати їх собі в носа». *Френк Зappa*

Пам'ятки для батьків

Які бувають наркотики?

1. Пригнічувачі нервової системи (героїн, опій, нозепам, еленіум, седуксен тощо).
2. Збуджувачі нервової системи (кокаїн, екстезі).
3. Галюциногени — викликають галюцинації (марихуана, ЛСД).

Небезпеки, пов'язані з уживанням наркотиків

1. Передозування призводить до втрати свідомості й навіть смерті.
2. Аварії в стані наркотичного сп'яніння.
3. Звикання, фізична та психічна залежність.
4. Розгубленість, плаксивість, галюцинації.
5. Емоційна збудливість і неадекватна поведінка.
6. Провали пам'яті.
7. Запаморочення й нудота після вживання.
8. Миттєва смерть (кокаїн).
9. СНІД та інші захворювання в результаті користування однією голкою.
10. Втрата прагнень, лінь (марихуана).
11. Вроджені дефекти в дітей, емоційні та фізичні порушення.

Що має вас насторожити?

Ви повинні насторожитися, якщо:

- дитина втратила апетит, у неї погіршилася пам'ять;
- у дитини змінюється характер — з'являються замкнутість або істеричність, дратівливість, різкі перепади настрою, повільність;
 - з дому зникають коштовності, гроші, щось із дитячого одягу;
 - дитина перестала спілкуватися зі старими друзями й завела нових, якщо вона прогулює уроки, стала байдужою до успішності в школі;
 - у дитини розширені або, навпаки, звужені (це залежить від типу наркотику) зіниці, почервонілі очі, виразні зміни кольору шкіри, запах від тіла, нудота, блювота;
 - і, нарешті, головна ознака — сліди від уколів, найчастіше на руках.

Наслідки вживання наркотиків для зростаючого організму

При наркоманії уражаються всі органи й системи, але кожний наркотик може викликати специфічні зміни. Препарати опійного ряду (морфін, кодеїн, героїн)

блокують больовий центр головного мозку, пригнічують кашель, але викликають утруднення дихання, тому отруєння або смерть настають від паралічу дихання. Ці речовини зменшують рухову й секреторну активність шлунка та кишечника, порушують обмін речовин. Кокаїн збуджує нервову систему, наслідком чого є швидка зміна підвищеної дратівливості й пригніченості, спричинює інфаркт міокарду, запалення легенів, крововилив у мозок, судоми. Амфетамін унаслідок порушення кровообігу призводить до розладів пам'яті, мовлення, порушення руху, сліпоти. Героїн викликає втрату рефлексів, розлад чутливості й скорочення м'язів, вражає легені. Різкі зміни імунної системи відбуваються при вживанні опію та гашишу. Будь-який наркотик може викликати гострий психоз, під час якого хворий небезпечний для себе та для оточення, можливі агресія та аутоагресія, нещасні випадки. При тривалій наркотизації загальна смертність збільшується в 30 разів.

Якою має бути ваша поведінка?

- Якщо ви дізналися, що ваша дитина вживає наркотики:
- не панікуйте, наберіться сміливості зізнатися собі в тому, що дитина хвора;
 - скажіть їй про свої підозри прямо, наприклад так: «Мені здається, що ти вживаєш наркотики»;
 - не налаштовуйтеся на легку перемогу, наберіться терпіння, спробуйте зрозуміти, що вам не під силу змінити все, що сталося, за хвилину;
 - не кричіть, не погрожуйте, не ображайте;
 - найскладніше — визнати, що дитина подорослішала, вийшла з-під вашого контролю і робитиме те, що вважає за потрібне. Скажіть їй, що її право — жити так, як вона вважає за потрібне, її обов'язок — відповідати за свої вчинки. Ваше право — сказати дитині, що ви не схвалюєте її вибір, і знайти потрібні слова, переконати її;
 - не намагайтеся боротися самотійно, зверніться до фахівців.

Що робити, щоб ці поради вам не згодилися?

— Виховуйте дитину відповідальною, працелюбною, освіченою — така навряд чи стане наркоманом.

— Якомога частіше давайте зрозуміти дитині, що не всі її бажання повинні здійснюватися миттєво, що сенс життя — аж ніяк не в отриманні задоволень.

— Із дошкільного віку дитині має бути відоме поняття «отрути», а також те, що до них належать деякі засоби побутової хімії. Є підлітки, які нюхають хімічні очисники, розчинники, клей, різні аерозолі, не розуміючи того, що токсини, які містяться в них, надзвичайно отруйні, вони ушкоджують мозок і внутрішні органи.

— Змалку слід навчити дитину твердо говорити «ні» в неприємних для неї ситуаціях. Багато дітей через своє виховання або вроджену сором'язливість вважають за неможливе сказати іншому «ні».

— Дуже важливо вчасно дати дитині знання про те, що той, хто дає наркотики, не є другом.

— Не зашкодить сформуванню в дитини негативне ставлення до самого образу наркомана. На реальних прикладах із життя, з телепередач слід звертати увагу дитини на те, як погано виглядає людина, яка вживає наркотики, яка вона неохайна, який неприємний від неї запах, як погано вона вчиняє. Як кажуть, попереджений — значить озброєний.

— Дуже добре, якщо в дитини є захоплення, будь-яка цікава для неї справа.

— Якщо ви самі курите або вживаєте алкоголь, краще відмовтеся від цього або хоча б не робіть цього при дитині та поясніть, що це згубна звичка, позбавитися від якої дуже непросто, і ви не побажали б такої залежності їй. Напевно, дитина зрозуміє вас.

— І, нарешті, у сім'ї дитину повинні любити, поважати й розуміти. Вона повинна знати, що ви її завжди підтримаєте, в усьому допоможете. Домівка, сім'я — це те, на що вона завжди може розраховувати, що б у неї не сталося. Усі наші комплекси, проблеми — родом із дитинства. А ті цінності, що заклали батьки, залишилися з нами на все життя.

Уважно вислуховуйте своїх дітей, про що б вони не говорили: про школу, про друзів, про різні нісенітниці. Розповідає — значить, довіряє вам. Не втрачайте цієї довіри. На світі немає нічого важливішого за вашу дитину. Бажаю щастя й здоров'я вам і вашим дітям.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Що ви відчували, коли дізналися про тему наших зборів? Які у вас виникли відчуття і почуття? (Відповіді батьків.) Чи можна цю тему залишити без уваги? Чому?

Тема наших зборів — «Правда про наркоманію».

Я розповім вам одну притчу, яка дозволить розставити всі крапки над «і».

«Подорожанин, який ішов уздовж річки, почув відчайдушні дитячі крики. Підбігши до берега, він побачив, що у воді тонуть діти, і кинувся їх рятувати. Цієї миті поруч проходив чоловік, тож подорожанин покликав і його на допомогу. Той став допомагати тим, хто ще тримався на плаву. Побачивши третього подорожанина, вони покликали і його на допомогу. Але той, не звертаючи увагу на заклики, пришвидшив ходу.

— Хіба тобі байдужа доля дітей? — запитали рятувальники.

Третій подорожанин відповів:

— Я бачу, що ви й удвох поки що впораєтесь. Зараз добіжу до повороту, дізнаюся, чому діти падають у річку, й спробую запобігти цьому».

Ця притча ілюструє можливі підходи до вирішення проблеми наркоманії. Можна рятувати дітей, які «тонуть», будуючи лікарні та реабілітаційні центри, воювати з наркоділками тощо. Займатися цим повинні, звісно ж, професіонали. Завдання педагогів і батьків — «добігти до повороту річки й не дати дітям упасти у воду», тобто займатися своєю справою — профілактикою.

Саме про це й піде наша сьогоднішня розмова.

Будь ласка, займіть місця за нашим «круглим столом».

(Звучить тиха музика. Батьки займають місця.)

Класний керівник. Тема «Правда про наркоманію» — це глобальна проблема сучасного людства. Саме тому я й пропоную наразі обговорити цю тему.

Форма нашої сьогоднішньої роботи — «круглий стіл». Це означає, що всі учасники розмови мають однакові права та можуть висловлювати свої думки, сперечатися, доводити тощо.

Іде ХХІ століття. Змінюються часи, змінюється й людство, але наші шкідливі звички — куріння, алкоголізм — ми наполегливо тягнемо за собою зі століття в століття. Більше того, набуваємо нових: наркоманія, токсикоманія. Причому все це сягнуло таких масштабів, що доводиться констатувати факт майже повної відсутності інстинкту самозбереження в людини.

Усі прекрасно знають про наслідки і алкоголізму, і куріння, і наркоманії, а втім, безліч людей прямують у цю безодню, навіть не намагаючись зрозуміти, що гинуть самі й тягнуть за собою інших, не залишаючи шансів майбутнім поколінням.

Про ці проблеми треба говорити з позицій педагогіки, медицини, психології одночасно. Моя функція як класного керівника — інформування та освіта.

Спершу давайте проведемо невеличку розминку.

Розминка на спілкування

Батьки мають об'єднатися в трійки так, як сидять (бажано, щоб сиділи впереміш і мами, й тати з різних сімей). За 4–5 хвилин вам треба дати відповіді на питання вікторини.

Питання до вікторини:

1. Індіанські племена майя та ацтеки клали під язик листя коки. Для чого вони це робили? *(Для підтримання сил у далеких походах.)*

2. Китайці тисячоліттями курили опіум. З якою метою вони його курили? *(У такий спосіб вони знімали стрес і покращували сон.)*
3. Де в наш час використовують наркотичні речовини згідно із законом? *(У медицині.)*
4. Як вживають наркотики? *(Роблять ін'єкції, нюхають, курять, кладуть під язик.)*
Представники від кожної трійки дають свої варіанти відповідей.

Настанова на роботу в групах

— А тепер давайте звернімося до вашого домашнього завдання. Вам треба було виписати з різних джерел тлумачення слів «наркоманія» та «залежність».

Батьки зачитують свої нотатки.

Ось деякі з них.

«Наркоманія [нарко(тики) і ...манія] — це хворобливий потяг до вживання наркотиків, що призводить до важких порушень фізичних і психічних функцій організму».

«Наркоманія — це хворобливий психічний стан, зумовлений хронічною інтоксикацією внаслідок зловживання наркотичними засобами».

«Наркоманія (грец. narke — заціпеніння + mania — безумство, пристрасть, потяг) — це захворювання, що виникає в результаті вживання наркотичних засобів, які викликають у малих дозах ейфорію, у великих — наркотичний сон.» (Словник із клінічної психології.)

«Залежність — це набута гостра потреба здійснювати якісь дії або вживати якісь речовини».

«Залежність — це неадекватно висока сприйнятливність до певних зовнішніх чинників; як правило, пов'язана з особистісною нездатністю відмовитися від впливу як результату їхньої дії». (Словник соціального психолога-практика).

Отож, що таке наркоманія?

Наркоманія — це хворобливий потяг до наркотичних засобів, ліків, пігулок.

Докладніше про види та симптоми вживання наркотиків нам розповість учитель біології.

Виступ учителя біології

Найпоширенішим видом наркотиків є психоделіки та стимулятори.

1. Психоделіки — це речовини, що викликають психоделічні стани. При цих станах виникають зорові й слухові галюцинації, зміна в сприйнятті власного тіла, простору. До таких речовин належать: гашиш, марихуана (синоніми: анаша, травичка, куриво, харас).

Симптоми вживання: сонливість, незв'язність думок, зіниці очей розширені, відсутня координація рухів, потяг до солодкого, підвищений апетит, слабо виражені галюцинації. Зовнішні ознаки: червоні набряки під очима, міцний запах паленого листа, дрібне насіння в складках одягу та швах кишень, наявність цигаркового паперу, знебарвлена шкіра на пальцях.

До групи психоделіків також належать і галюциногени, зокрема ЛСД, мескалін, псилоцибін. Прийом цих речовин спричинює посилення тривожності, напади паніки, сильні галюцинації.

2. До стимуляторів належать кокаїн, деякі медичні препарати (ефедрон, первитин), екстезі.

Симптоми вживання кокаїну: підвищений артеріальний тиск, втрата больових відчуттів, почуття переваги, відчуття невразливості, підвищена активність, відсутність відчуття втоми. Зовнішні ознаки: наявність білого кристалічного порошку в маленьких пластикових пакетиках, гіперемія слизової оболонки носа.

Симптоми вживання медичних препаратів (ефедрону, первитину): можливі спалахи агресії, гніву, бурхливі істерики.

Екстезі — це синтетичний наркотик. Симптоми вживання: спричинює порушення водного балансу, посилює потребу в руховій активності. Тому підлітки часто вживають екстезі як додатковий заряд енергії на дискотеках, щоб

танцювати всю ніч. Більшість молоді, що вживає екстезі, має слабо треноване серце, у зв'язку з чим зростає кількість смертей від серцевого нападу.

Героїн, морфій, кодеїн. Симптоми вживання: ступор (знерухомлення), сонливість, сліди уколів, водянисті очі, плями крові на рукавах сорочки, нежить. Зовнішні ознаки: наявність голки або шприца для підшкірних ін'єкцій, матер'яного джгута, мотузки, ремня, обпалених кришок від пляшок або ложки, прозорих пакетів.

Крек — це кристалізована форма кокаїну, його тверда форма. Симптоми вживання: викликає короткий період ейфорії, що змінюється депресією, гіперактивністю на початкових стадіях, апатичністю, безперервною нежиттю. Зовнішні ознаки: наявність невеликих каменеподібних шматочків у скляних пляшечках або поліетиленових пакетах, невеликих ширмочок, свічок, бритвених лез.

Класний керівник. Незрідка дитина починає вживати наркотичні речовини в тих умовах, які створюємо ми самі. Звісно, несвідомо, але хіба від цього легше, якщо насамкінець за наші помилки у вихованні розплачуються наші власні діти.

А зараз я пропоную обговорити таке питання: «Що є головними причинами вживання наркотиків підлітками?»

Час на роботу — 5 хвилин.

Йде робота в групах, запеклі суперечки й часом несподівані думки.

(Через 5 хвилин починається обговорення. Виступає одна людина — основний доповідач, а решта висловлюють свої думки по колу. Хтось ставить питання, хтось заперечує тощо. Як правило, є однакові думки.)

Класний керівник (пояснює причини вживання наркотиків із точки зору педагогіки).

1. Дефіцит уваги до дитини в сім'ї. За такої ситуації доглянута, вчасно нагодована, дбайливо одягнена дитина може виявитися внутрішньо самотньою, психологічно бездоглядною, оскільки до її настрою, переживань, інтересів усім байдуже.

2. Психологічна бездоглядність у поєднанні з гіперопікою, тобто невміння справлятися з життєвими ситуаціями. Там, де панує жорстка регламентація, де все визначається настановами та інструкціями, не залишається місця для моральності.
3. Напружене життя, стресові ситуації в тих сім'ях, де наявний розлад між батьками.
4. Елементарна цікавість — діти живуть почуттями, їм усе хочеться випробувати. Думати про наслідки вони ще просто не вміють.
5. Бажання не відстати від інших, не виглядати боягузом, «матусиним синком», «білою вороною».

Ми зневажаємо, порушуємо їхні права, які вони мають від народження, а потім дивуємося, чому вони такі інфантильні. А тому, що страх життя переважає у них над страхом смерті. Чим же небезпечна гіперопіка? У дитини не формуються й не закріплюються навички самоконтролю та саморегуляції. При послабленні контролю з боку старших вона дезорієнтована у своїй поведінці. Слід пам'ятати про те, що штучно стримувана шляхом заборон активність дитини все одно знайде якийсь вихід, і, найімовірніше, він буде несподіваним та несприятливим. Те ж саме можна сказати й про нестачу опіки над дітьми, недостатню увагу в їхньому вихованні, житті, проведенні вільного часу.

А тепер давайте розглянемо малюнки, які підготували ваші діти за темою «Мій погляд на наркоманію».

(Батьки розглядають виставку малюнків та аналізують їх.)

Класний керівник. Послухайте офіційні відомості: згідно з оцінками фахівців, на мільйон жителів припадає 35 тисяч наркоманів. Це цілий мікрорайон міста.

Особливо насторожує фахівців швидкість поширення цієї недуги. Статистика свідчить: кожний із закоренілих наркоманів залучає до цієї мережі близько 10–15 осіб. А на думку компетентних експертів, щороку до армії наркоманів прилучається 10 тисяч і більше людей. Хвилює фахівців і той факт, що в останні 2–3 роки почала різко зростати

наркотизація неповнолітніх. Причому, якщо кілька років тому «небезпечним віком», першим об'єктом для наркоділків, був період 13–16 років, то сьогодні до наркоманії стали активно залучати вже 9–11-річних. Не так давно на одній із дискотек співробітники міліції «підчепили» 10–13-річних підлітків, які вже по 2–3 місяці «сиділи» на героїні. Дослідження, проведені минулого року, показали, що наркотичні речовини скуштував кожний 3–4-й підліток.

Аби пересвідчитися в цьому, пропоную вам переглянути підбірку фотослайдів «Наслідки наркотиків» та описати словами типовий портрет наркомана.

(Батьки обговорюють, описують портрет наркомана.)

Їхні приблизні описи: блідість, розширені або звужені зіниці, маскоподібне обличчя, тремтячі руки. Вживання наркотиків упродовж 2–3 років призводить до загального виснаження організму. Людина худне, її шкіра набуває жовтуватого відтінку, нігті й волосся стають ламкими, виникає повна й безповоротна імпотенція. Передчасне старіння з ознаками недоумства, деградація особистості. Тіло наркомана перетворюється на одну суцільну рану, що завдає неймовірного болю.

Підсумок зборів

У заключному слові класний керівник говорить про те, що, прилучаючись до наркотиків, дитина отримує змогу «купувати щастя, як товар». Це здається бажаним і спокусливим тим підліткам, які не почувають себе щасливими. Ми не можемо, на жаль, змінити життя так, щоб нашим дітям завжди і всюди було легко та приємно, щоб їх ніхто ніколи не ображав і не принижував. Але ми цілком спроможні забезпечити дитині тил — зробити так, щоб вона завжди знала: вона нам потрібна й дорога. Підтримка в сім'ї і любов понад усе допомагають виховувати відчуття цінності життя. Для вашої виховної скарбнички я пропоную пам'ятки, які підкажуть вам, що слід робити при девіантній поведінці дітей.

Хочу повторити ще раз: завжди уважно вислуховуйте своїх дітей, про що б вони не говорили: про школу, про

друзів, про різні нісенітниці. Розповідають — значить, довіряють вам. Не втрачайте цієї довіри. На світі немає нічого важливішого за вашу дитину. Бажаю щастя й здоров'я вам і вашим дітям.

Рефлексія

А зараз хотілося б почути вашу думку про користь нашої розмови. *(Батьки по черзі висловлюють свою думку. Учитель зачитує проект рішення зборів, батьки вносять доповнення і голосують.)*

Рішення зборів «Правда про наркоманію»

1. Кожному батькові усвідомити необхідність орієнтування на формування в дітей навичок здорового способу життя на особистому прикладі.
2. Продовжити знайомити батьків і дітей зі статистичними даними про вплив наркотичних засобів на підлітків в області та районі.
3. Орієнтувати батьків на проведення бесід у колі сім'ї про шкоду наркоманії та використовувати рекомендації з пам'яток для батьків задля своєчасного виявлення девіантної поведінки.
4. Класному керівникові продовжувати роботу з профілактики наркоманії, токсикоманії та шкідливих звичок, задля цього розробити систему позакласних заходів з обговорюваної теми.

Наше засідання «круглого столу» добігло кінця. Я дякую всім учасникам. Спасибі за спілкування, роботу та співпрацю!

ТЕМА 8

Самосвідомість і самооцінка підлітка

- Мета:** розповісти батькам про особливості самосвідомості та самооцінки старших підлітків, про методики виявлення рівня самооцінки підлітків.
- Коментар:** для встановлення адекватності самооцінки учнів класний керівник проводить їхнє анкетування.

Анкетування учнів

Мета: встановлення адекватності самооцінки.

Інструкція. Учням пропонують список слів, які характеризують окремі риси особистості. Слід уважно прочитати список і скласти з нього два рядки по 10–20 слів у кожному. До першого рядка мають увійти слова, які, на думку учня, описують позитивні риси його ідеалу. До другого ряду слід записати слова, які характеризують антиідеал. Це еталонні ряди.

Після цього учень повинен вибрати з позитивного та негативного рядів ті слова, що позначають риси, притаманні саме йому. Орієнтуватися треба не на міру прояву, а тільки на наявність чи відсутність тієї чи іншої риси.

З еталонних рядів підліток має вибрати ті слова-риски (якості), які, на його думку, відзначають у нього однокласники.

Попередньо вчитель з'ясовує міру оволодіння підлітком моральними поняттями і в разі потреби дає відповідні пояснення.

Список слів, що характеризують риси особистості:

- акуратність, активність, альтруїзм;
- байдужість, безвільність, безкорисливість, безстрашність, безтурботність, безхарактерність, безцеремонність, боязкість;
- ввічливість, вдумливість, веселість, витривалість, вірність, вразливість;

- гордість, грубість, гуманність;
- делікатність, дисциплінованість, діловитість, доброзичливість, доброта, довірливість;
- егоїстичність, ентузіазм;
- жадібність, життєрадісність, жорстокість;
- заздрість, заповзятливість, зарозумілість, злопам'ятність;
- ініціативність, імпульсивність;
- комунікабельність, критичність;
- легковір'я, лицемірство;
- мрійливість, мовчазність, мстивість, м'якість;
- наївність, наполегливість, невибагливість, незалежність, незворушність, непрактичність, нервозність, нерішучість, нестриманість, неухважність, ніжність;
- обережність, образливість, організованість;
- пасивність, підозрілість, привабливість, привітність, поетичність, принциповість, пунктуальність;
- рішучість, розсудливість;
- самовпевненість, самолюбство, самостійність, скромність, сміливість, сором'язливість, співчутливість, старанність, стриманість;
- тактовність, терпимість, точність;
- хвалькуватість, хитрість, хоробрість;
- цілеспрямованість;
- чесність.

Обробка даних

Кількість вибраних із ряду слів-якостей ділять на загальну кількість слів в еталонному ряду. Якщо коефіцієнт позитивного ряду близький до одиниці, то учень, певно, переоцінює себе; результат, який наближається до нуля, свідчить про недооцінку себе, підвищену самокритичність; коли результат близький до 0,5 — самооцінка середня, близька до адекватної, учень сприймає себе досить критично.

Так само визначають коефіцієнт за негативним рядом. У цьому випадку результат, близький до нуля, свідчить про

завищену самооцінку; близький до одиниці — про занижену; а близький до 0,5 — про нормальну.

Анкета для учнів

1. За що тебе цінують товариші та дорослі, які позитивні якості вони в тебе відзначають?
2. Які позитивні якості ти прагнеш виробити в собі зараз?
3. Які недоліки завдають тобі найбільших неприємностей?
4. Як ти намагаєшся їх подолати?
5. У якій ділянці ти хотів би опанувати вміння та навички роботи над собою?

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Одним з особливо важливих моментів у розвитку старших підлітків є значно інтенсивніший, ніж на попередніх вікових етапах, розвиток їхньої самосвідомості. Саме в цьому віці дитина починає усвідомлювати себе як особистість із певними рисами, включену в систему міжособистісних взаємин. Самосвідомість набуває якісно нового рівня, стає своєрідним ядром особистості. Її вважають основним психічним новоутворенням підліткового віку, який акумулює основні зміни в розвитку особистості на даному етапі онтогенезу.

Дослідження свідчать про те, що у сфері самопізнання дошкільників і молодших школярів переважають зовнішні дії та вчинки, а в підлітків домінують інтерес до себе — свого внутрішнього життя, якостей власної особистості; потреба в самооцінці, порівнянні себе з іншими. Така потреба зумовлюється практичною життєдіяльністю підлітка: бурхливою перебудовою організму, змінами в житті, становищі

в сім'ї, появою нових обов'язків і розширенням прав; підвищеними вимогами до навчальної діяльності.

Зверненість підлітка на себе, усвідомлення себе як особистості, включеної в різноманітні людські взаємини, висуває на перший план спілкування з оточенням. Саме спілкування в різних ситуаціях набуває в підлітковому віці значення «головної справи», тобто провідної діяльності. Інтерес до свого ровесника, його психологічних якостей змушує підлітка звернути увагу й на себе. У процесі самоспостереження та самовивчення він спочатку виділяє зовнішні, фізичні ознаки, потім якості, пов'язані з виконанням тих чи інших видів діяльності, і, нарешті, особистісні якості, особливості власного внутрішнього світу. Такий аналіз стає для підлітка засобом організації своєї діяльності та взаємин з ровесниками й дорослими.

Оскільки підліток ще не володіє достатнім умінням правильно аналізувати власні особистісні прояви, то ймовірним є виникнення конфліктів, породжуваних суперечністю між потребою підлітка пізнати себе та фактичним рівнем знань про себе й суперечністю між усвідомленням себе як дорослого («почуття дорослості» — одне з психічних новоутворень підліткового віку) та фактичними можливостями. Іноді це стає причиною невпевненості в собі, негативізму, підвищеної чутливості до оцінок інших, вразливості.

Отже, як свідчать дані вікової психології, отрочтво — один із найважливіших, переломних етапів розвитку самосвідомості людини. Початок формування цілісного «я», поглиблення й розширення рефлексії, усвідомлення своїх мотивів, моральні конфлікти та складання моральної самооцінки, «інтимізація» внутрішнього життя — ось деякі стрижневі прояви самосвідомості в цьому віці. А діяльність і спілкування — це та об'єктивна основа, яка визначає розвиток і динамічної (функціональної), і змістової сторін самосвідомості.

Що ж таке самосвідомість? Які компоненти входять до її структури? Який вплив вони справляють на поведінку підлітка?

Самосвідомість визначають як усвідомлення індивідом самого себе, своїх якостей, особистісних рис, інтересів, своїх можливостей.

Самосвідомість дає змогу індивіду пізнавати свій внутрішній світ, переживати його і відповідно ставитись до себе.

Самооцінка — оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. Основними характеристиками самооцінки є ступінь адекватності, міра стійкості та значущості. За адекватної самооцінки підліток об'єктивно оцінює свої якості. Однак самооцінка може не відповідати реальним можливостям та об'єктивній оцінці підлітка, яку дають інші люди. У таких випадках мова йде про неадекватну самооцінку особистості, яка може бути завищеною або заниженою, тому що самооцінка різних сторін особистості може перебувати на різних рівнях адекватності. Значущість кожного складника самооцінки особистості також неоднакова. Вона пов'язана з певним видом діяльності, де підліток намагається самоствердитись. Невдачі викликають у підлітка переживання, примушують переглянути свої можливості, здібності, знизити рівень вибагливості або розпочати роботу із самовдосконалення. На основі значущих самооцінок ґрунтується самоповага, що є узагальненою самооцінкою особистості, ступенем сприйняття себе як цілого.

Самоповага — особливо важлива інстанція самосвідомості, що багато в чому закладається у ранній юності. Це поняття багатозначне, воно включає й задоволеність собою, і прийняття себе, і почуття власної гідності, і позитивне ставлення до себе, і узгодженість свого наявного й ідеального «я». Оскільки висока самоповага асоціюється з позитивними, а низька — з негативними емоціями, мотив самоповаги — це особиста потреба максимізувати переживання позитивних і мінімізувати переживання негативних настанов стосовно себе.

Людина з високою самоповагою вважає себе не гіршою за інших, вірить у себе й у те, що може перебороти свої

недоліки. Низька самоповага, навпаки, припускає стійке відчуття неповноцінності, ущербності, що справляє вкрай негативний вплив на емоційне самопочуття й соціальну поведінку особистості. Для юнаків зі зниженою самоповагою типова загальна нестійкість образів «я» і думок про себе. Вони більше за інших схильні «закриватися» від навколишніх. Вони болісно реагують, якщо в них щось не виходить у роботі або якщо вони виявляють у собі якийсь недолік. Знижена повага спонукає ухилятися від усякої діяльності, у якій є момент змагання. Такі люди часто відмовляються від досягнення поставленої мети, тому що не вірять у власні сили.

Самооцінка підлітка формується під впливом тих, хто його оточує: батьків, учителів, товаришів, а також результатів власної діяльності. У підлітковому віці ставлення до себе протікає на тлі підвищеної емоційності, вразливості, тривожності, протиріч. Підліток ще не вміє правильно оцінювати себе, свої здібності, риси особистості як позитивні, так і негативні.

Адекватна самооцінка підлітка формується за сприятливих зовнішніх умов: вимогливості, справедливого ставлення та доброзичливості до нього в родині, об'єктивній педагогічній оцінці рис особистості, результатів діяльності підлітка, адекватної громадської думки. За несприятливих умов оточення та поганого виховання у підлітка формується невідповідна самооцінка. Підліток у такій сім'ї не спроможний виробити чіткі моральні критерії. Така ситуація в сім'ї доповнюється невідповідальним ставленням та позицією підлітка в навчальному закладі, що найчастіше призводить до формування заниженої самооцінки.

Дослідження показали тісний зв'язок низької самоповаги майже з усіма видами так званої девіантної (такої, що відхиляється від норми) поведінки — нечесністю, схильністю до правопорушень, наркоманією тощо.

Підлітки з високим рівнем самоповаги, позитивним самоствавленням вважають себе не гіршими за інших, дуже вірять у свої сили. Їм притаманна невдоволеність собою;

самокритичність є «стартовим майданчиком» для подолання своїх недоліків через діяльність (навчання, працю, самовиховання).

Аналіз учнівських анкет

Слід пояснити дітям, що жодні добрі наміри, клятви та належні плани самовиховання не дадуть результату, якщо людина не виховуватиме себе в діяльності, у процесі подолання труднощів.

Саме тому при організації самовиховання центральне місце має посідати розвиток здібностей в учнів до вольового зусилля, напруги, щоб кожне розумне рішення переходило в дію. Відсутність необхідних вольових якостей заважає втіленню в життя найкращих планів.

Підсумок зборів

Шановні батьки!

Період дорослішання, змістом якого є перехід від дитинства до дорослості, супроводжується складними психологічними утвореннями, які пов'язані з розвитком самоświadомості та самооцінки. Не слід змішувати самооцінку та самоствавлення: оцінка самого себе веде до певного самоствавлення, задає імпульс останньому. Особистість може любити себе, незважаючи на те, що її самооцінка низька за певними важливими якостями, і, навпаки, незважаючи на те, що самооцінка особистості висока, вона може ставитися до себе з антипатією. За підсумками проведеної самооцінки формується те чи інше ставлення до себе, позитивне чи негативне з рисами заперечення, неприйняття. Особистісний комфорт чи дискомфорт, самоприйняття, задоволеність собою є похідними самооцінки.

Такі «труднощі зростання» оцінних ставлень у підлітковому віці, як нестійкість, суперечливість, певна неадекватність, безумовно, мають і позитивні моменти: відсутність «жорсткої» усталеності самооцінки в цьому віці дає змогу точніше й ефективніше здійснювати виховну корекційну роботу.

Підліток стає об'єктом батьківського впливу — прямого чи непрямого навіювання, озброєння нормами, стандартами й правилами, контролем за поведінкою, непрямого управління тощо. Батьки та інші дорослі можуть впливати на формування як позитивного ставлення підлітка до себе (уважне, шанобливе, прихильне), так і негативного (неприємне, зневажливе). Останнє призводить підлітків до несприйняття себе, переживання своєї малоцінності та неpotрiбності.

ТЕМА 9

Причини та наслідки раннього сексуального досвіду підлітків

Мета: ознайомити батьків з особливостями взаємин хлопчиків і дівчаток у підлітковому віці; показати важливість усіх складників статевого виховання; зосередити увагу на негативних наслідках раннього статевого життя.

Коментар: класний керівник аналізує анкети учнів.

Анкета для учнів

Уважно прочитай усі питання та запропоновані відповіді, обведи кружечком номер тієї відповіді, що відповідає твоїй думці. Якщо жодний із варіантів не збігається з твоїм, вкажи свій варіант у графі «Інше». Будь ласка, не пропускай питань. Анкета анонімна, підписуватися не треба.

1. З якого віку, на твою думку, можна вступати в сексуальні стосунки? (Один варіант відповіді.)

- 14–15 років;
- 16–17 років;

- 18–19 років;
 - 20 і старше.
2. Чи є серед твоїх друзів-однолітків такі, хто вже має сексуальний досвід? (Один варіант відповіді.)
- так, майже всі;
 - так, дехто;
 - таких немає;
 - важко відповісти.
3. Скажи, чи є серед твоїх друзів і знайомих такі, хто особисто зіткнувся з (вкажи всі варіанти, які підходять):
- небажаною вагітністю;
 - необхідністю зробити аборт;
 - раннім заміжжям (одруженням);
 - венеричним захворюванням;
 - сексуальним насильством;
 - зараженням СНІДом;
 - ніхто не стикався з перерахованим.
4. Як ти вважаєш, чому підлітки вступають у сексуальні стосунки? (Не більше 3-х варіантів відповіді.)
- із цікавості;
 - через прагнення здаватися дорослим;
 - по любові;
 - для задоволення сексуального потягу;
 - випадково, у стані алкогольного сп'яніння;
 - тому що так роблять усі;
 - щоб досадити батькам;
 - щоб заробити грошей.
5. Навпроти кожної із запропонованих складових особистого життя людини постав оцінку від 1 до 7, виходячи із власних пріоритетів.

Цінність	1	2	3	4	5	6	7
1. Любов							
2. Вірність							
3. Здоров'я							
4. Сексуальне життя							

Закінчення таблиці

Цінність	1	2	3	4	5	6	7
5. Щасливий брак							
6. Зовнішня привабливість							
7. Приємне проведення часу							

6. Якими б ти хотів бачити свої сексуальні стосунки?
(Один варіант відповіді.)

- тільки з чоловіком (дружиною);
- з коханою людиною;
- з кількома постійними партнерами (наприклад, чоловік + коханець);
- з великою кількістю партнерів для задоволення сексуальних потреб.

7. Вкажи свою стать:

- чоловіча;
- жіноча.

8. Вкажи свій вік:

- 15 років;
- 16 років;
- 17 років.

Хід зборів

Бесіда

Шановні батьки!

Підготовка дітей до самостійного життя, вироблення у них сталого вміння орієнтуватися в складних ситуаціях — одне з найважливіших завдань навчальних закладів. Незалежно від фаху, який обирає молода людина, вона повинна, насамперед, упевнено почуватися, потрапляючи в різні життєві ситуації: уміти вчасно зорієнтуватися; нести відповідальність за власні вчинки, стан свого здоров'я, активно впливати на події, що відбуваються у її житті. Проте ці вміння не приходять самі по собі. Дівчатам та юнакам бракує життєвого досвіду, який допоміг би знайти

розв'язання складних життєвих ситуацій, у які вони потрапляють на порозі дорослого життя. Сьогодні ж, коли суттєво змінюються соціальні, етичні та моральні орієнтири в нашому суспільстві, їм знайти свій шлях особливо важко. Саме тому необхідно якомога раніше починати готувати дитину до самотійного життя.

Важливим складником такої підготовки є статеве виховання. Звичайно, з раннього віку воно повинне гармонійно поєднуватись із загальним психологічним розвитком дитини. Однак більшість батьків через свою неосвіченість або ігнорують цей аспект виховання, або навмисне, часом з удаваної сором'язливості, намагаються уникати розмов на інтимні теми. Такий підхід не тільки хибний, а навіть небезпечний: адже в підлітковому віці виникає багато проблем, серед яких пов'язані зі статевим дозріванням частогусто набувають першорядного значення.

Акселерація посутньо прискорила психосексуальний розвиток, а більш раннє формування статевої зрілості означає і раннє пробудження сексуальних інтересів, еротичних переживань. Важливими для визначення статевої поведінки підлітків є також соціокультурні причини. Сьогодні, коли відбувається переорієнтація громадської думки щодо норм сексуальної поведінки, вони набувають особливого значення. За нинішніх умов є всі підстави говорити про моральну легалізацію непорядкованих статевих зв'язків, проституції. З одного боку, звичайними й доступними стають еротичні шоу, поширення порнографії; з іншого — зберігається низька сексуальна грамотність. І якщо за таких умов єдиним джерелом інформації для підлітків стануть еротичні фільми та порнографічні журнали, це призведе до духовної деградації підростаючого покоління.

Як відомо, неосвіченість призводить не тільки до бездуховності. З огляду на поширення серед неповнолітніх венеричних захворювань, ВІЛ-інфекції, кількості абортів можна сказати, що відсутність елементарних знань загрожує здоров'ю, а іноді й життю молодої людини. Усі знання, необхідні дитині, зобов'язані дати навчальні заклади,

сім'я. Це не повинні бути моралізаторські бесіди, заборони, що здатні тільки відштовхнути. Важливо змалку, крок за кроком надавати дитині зрозумілу інформацію, беручи до уваги її вікові особливості. Але найголовніше — знання з анатомії та фізіології людини слід пов'язувати із соціальними ролями чоловіка та жінки. Підлітки повинні знати не тільки біологію статі, а й мати чітке уявлення про психологічні, медичні та соціальні аспекти статевого життя, щоб запобігти негативним наслідкам у подальшому житті.

Для правильного й успішного статевого виховання потрібна грамотна та копітка, систематична соціально-гігієнічна, медико-біологічна, а також правова робота з дітьми й підлітками. Тільки така робота допоможе нашим дітям набути вміння підпорядковувати свій статевий потяг розуму, інтелекту й піднести його до рівня по-справжньому красивих людських стосунків.

Дуже важливі також різні аспекти буття (пізнавальні, емоційні, соціальні), які підвищують здатність людини до розвитку почуття любові взагалі. Фахівці стверджують, що одним із найважливіших завдань статевого виховання є не «розвиток здатності до любові», а «формування здатності любити — це основна мета не лише статевого виховання, а виховання взагалі»; пишуть також про необхідність раціонального статевого виховання, що формує позитивне ставлення до любові. Говорячи про статево виховання, наголошують на тому, що необхідно приділити належну увагу природі й призначенню сексуального потягу, особливостям почуття любові, належним нормам статевої поведінки.

Мораль у виховному процесі відіграє важливу роль, але її не завжди легко обґрунтувати. Аргументованість і переконливість батьківських розмов допоможе створити ту дитячу довіру до них, яка дасть можливість батькам не лише довести певні відомості, але й переконати дітей у своїй правоті.

Якщо говорити про представників чоловічої статі, то слід зазначити їхню більшу, ніж у жінок, потребу фізичного (сексуального) потягу, тимчасом як жінка забезпечує цей біологічний початок любові обов'язковою духовністю.

Але при цьому всі чоловічі й жіночі якості взаємообумовлені як анатомічно, так і фізіологічно, і всі вони призначені для народження фізично, духовно й морально здорового потомства.

Закохані й поети говорять про любов у романтичному стилі (що теж дуже важливо, оскільки це надає почуттю особливої чарівності). Але разом із цим вихователям (батькам) та їхнім вихованцям необхідно знати все і про статеву любов як про природне явище, як про виконання функції відтворення життя людського роду.

Здатність до любові й саме почуття любові мають біологічні корені, але в той же час це й соціальне надбання. Воно визначає «вищий сутнісний зміст людини в живій природі». Любов забезпечує соціальне спадкоємство, але все це неможливо уявити без прояву високих людських почуттів, освячених любов'ю.

Якщо говорити про чуттєвий компонент любові в чоловіків, то він виникає швидко (якщо тому відповідають умови, наприклад поява привабливої жінки за певних обставин). У такій ситуації чоловік прагне до зближення та реалізації свого статевого інстинкту. Чуттєвий компонент часто є чуттєвим початком зародження й формування цілісного почуття любові. Недаремно один із фахівців сказав, що жінка, яку всі вважають «холодною», просто ще не зустріла людину, яка пробудила б у ній любов (а значить, і чуттєвість).

За обопільного бажання зачаття дитини необхідно знати, що відновленню чоловічих сперматозоїдів сприяє утримання від 48 до 72 годин (при цьому яйцеклітина при заплідненні вибирає кращий із них). У цьому випадку є гарантія якісного варіанта зачаття майбутньої дитини.

Особливий компонент любові — це потреба однієї людини в духовній близькості з іншою (тим паче, якщо ця інша людина ще й сексуально приваблива). Ця потреба єднання духовності є стримувальним чинником чуттєвості чоловіка стосовно інших представників жіночої статі. І статева по-

ведінка чоловіка стає спрямованою на улюблену (духовно близьку йому) жінку.

Духовна прихильність, яка виникає, зазвичай проходить через труднощі й випробування. Чуттєвість наповнюється новим психологічним і моральним змістом. Подолання перешкод на шляху закоханого до серця обраниці (обранця) дає збуджувальне підживлення пристрасті. В. Шекспір сказав, що «будь-яка перешкода любові тільки посилює її». Лопе де Вега так само стверджував: «Ніщо не посилює любові так, як нездоланні перешкоди». Легкодоступне породжує звичку, впевненість і пересиченість.

Справжня любов вибіркова, при цьому її чуттєвий і особистісний компоненти зливаються воедино. Почуття, що раптом спалахнуло до іншої людини (що трапляється нерідко), зазвичай контролюється моральними принципами особистості. Таким чином, влада статі обмежується ще й індивідуалізацією статевого потягу. Завдяки особистісному компоненту в любові вона набуває властивості зміцнюватися й ставати постійною. Якщо людина володіє високою духовною культурою, то особистісний компонент із роками тільки зміцнюється. Почуття, які переважають у перші роки любові й шлюбу, поступово змінюються й переходять у доброту та ніжність, взаєморозуміння, вміння прощати тощо. Саме почуття любові з часом і віком змінюється. Те, що колись було головним, стає менш значущим, відходить на другий план, а колишні, здавалося б, дрібниці, не такі значні в юному віці, стають у житті головними (наприклад те саме вміння вислухати, зрозуміти й пробачити, підтримати в скрутну хвилину життя, наявність почуття людського обов'язку тощо). А міцність шлюбу залежить найчастіше не від сили любові (і ті, що люблять, розлучаються, хоча найчастіше страждаючи й жалкуючи), а від культури взаємин подружжя, від наявності високих духовних якостей у кожного з них.

Культура особистості визначає культуру її думок. Мудрий Лао Цзи сказав: «Думка — це початок вчинку». Саме

такі осмислені в плані культури стосунків вчинки і зміцнюють духовність зростаючої ролі особистісного компонента.

У дитячому віці улюбленими заняттями хлопчиків є ігри у війну, демонстрація сили, спритності та винахідливості. У цей період вони зневажливо ставляться до дівчаток та їхніх захоплень ляльками. Дівчатка рідко допускають в ігри і свій світ хлопчаків.

Період статевого дозрівання все змінює. Хлопчики стають небайдужими до жіночої краси, їхні почуття «бунтують» і не дають їм спокою. Зневага й перевага, що їх вони відчували стосовно дівчаток, розбиті вщент тією чуттєвою насолодою, яку вони відчувають, дивлячись на тих самих дівчаток, котрі перетворюються на щось прекрасне й бентежне.

У мріях і фантазіях молодого людини починає переважати чуттєва насолода. Гострота переживань перших полюцій відсовує романтику любові на другий план. Навіть пізнавши перше почуття закоханості, юнак більше зайнятий думками про інтимні ласки, він прагне до фізичного оволодіння дівчиною. Юнаки в цей період легко закохуються, надаючи перевагу тій, яка відповідає на фізичну ласку. Інтелект і багатий внутрішній світ іншої, менш доступної дівчини не дуже цікавлять їх. Впливає, звісно, і відповідне виховання юнака. Проте чуттєвий компонент переважає у поведінці будь-якого закоханого дозріваючого чоловіка, а особистісний виражений слабше.

Час, який називають періодом статевого дозрівання, охоплює вік від 12 до 20 років. Це вік підвищеного статевого потягу, пристрасної закоханості, відносно легкої заміни об'єкта любові в разі досягнення інтимної близькості. Особистісний компонент ще недостатньо сформований, і чуттєва спрямованість переважає у поведінці юнаків стосовно жіночої статі. Якщо в молодого людини не розвинене почуття обов'язку, а чуттєвий компонент занадто довго переважає над особистісним (це відбувається часто через недоліки у вихованні), то юнак, насолодившись інтимною близькістю, незрідка просто залишає свою кохану. У юнацькому віці не багато молодих людей можуть прийняти думку про те, що

хтось зовсім чужий повинен стати рідною людиною. Юнак оберігає своє життя від стороннього вторгнення. Йому набагато простіше отримати чуттєву насолоду, змінюючи партнерок (часто виправдовуючись тим, що він ще не знайшов свою справжню любов, свою половинку), аніж із почуттям ніжності й відповідальності полюбити ту, яка подарувала йому всю себе й першу незабутню радість кохання.

На жаль, жодні батьки, навіть ті, хто намагався виховувати свого сина належним чином, на основі моральних принципів, не можуть бути впевнені, що юнак залишиться постійним і відданим своєму коханню, особливо якщо це кохання було для нього занадто доступним. Коли зароджується юнацьке кохання, йому потрібні випробування, які загартовують і юнака, і його характер; кохання, яке допомагає краще пізнати світ жінки, знищує юнацький егоїзм. Юнак вчиться бути дорослим чоловіком, переборюючи себе, свої бажання, зазнаючи душевних мук. Великою є роль у цьому дівчини, яка кохаючи, але відкидаючи спроби інтимної близькості, зміцнює повагу до себе. Таку дівчину доводиться завойовувати (і її кохання, і право мати її). У такій боротьбі за дівчину все більше розгорається чуттєвий компонент юнака й зміцнюється особистісний (гордість за неї, упевненість у ній, її вірності). Таким чином, чуттєвість і духовність у стосунках поєднуються. Юнак приходить до чарівності справжнього кохання та міцності почуттів через випробування й страждання.

Деякі дівчата, а іноді навіть їхні матері сумніваються в правильності цнотливої поведінки, тому що не такі педантичні в цих питаннях суперниці можуть перехопити ініціативу і вийти заміж. Але чи будуть вони щасливі в подружньому житті (згадки, докори, сумніви в подружній вірності)?

З давніх-давен гордість дівчини та її цнотливість виховували в чоловіка моральне ставлення до неї. І в тому, що «ціна на жінку різко впала» (у наші дні можна почути й таку репліку), винні й самі жінки.

До 30 років особистісний компонент чоловічої любові починає переважати над чуттєвим. На перший план виходить

духовність. Хоча чоловік у цей період ще дуже чуттєвий, але він уже не такий егоїстичний, як у юності, і прагне дати радість кохання своїй жінці. Тридцятирічним закохуватися важче. Вони вже не переживають той чуттєвий сплеск бажань, як у юності. Їх не приваблюють і узи Гіменея, вони, швидше, бояться шлюбу. Звідси швидкоплинні зв'язки, доступніші, невистраждані. І кохання при цьому вже не досягає тієї зрілості, яка веде до шлюбу. Легкодоступність задоволення сексуальних бажань охолоджує чуттєвість, а це негативно позначається і на формуванні особистісного компонента. Сексуальна насолода принижує людину, яка дає цю насолоду. Усе спрощується, стає буденним, звичним. З'являється питання: «А навіщо, якщо можна просто?..» Ось так з'являються невлаштовані (в особистому плані) чоловіки й обдурені у своїх сподіваннях жінки.

Трапляється, що тридцятирічні «женихи» не впевнені в собі через слабку статеву конституцію. Таких найчастіше зводять із жінками, які вже були заміжніми і яких такий «жених» більше влаштовує як хазяїн дому. За статистикою, шлюби з молодими людьми до 30 років розпадаються рідше, ніж із чоловіками після 30–35 років.

Дівчатка з 9–10 років, граючи в ляльки, прагнуть побути в ролі мами й хазяйки лялькового дому. Вже з раннього віку вони вчаться виховувати своїх майбутніх дітей, розвиваючи в собі найпрекрасніше почуття — жіночність.

У підлітковому віці дівчата менше ніж юнаки зазнають чуттєвого потягу. Вони, швидше, фізіологічно фригідні (тобто їм властива статєва холодність, як стверджують сексологи). Уся радість чуттєвого переживання приходить до дівчини пізніше. Любов до юнака вона найчастіше сприймає як дружбу, її влаштовує поки що духовна близькість.

Анатомічна перешкода (дівоча пліва) убезпечує дівчину від ранньої статевої близькості не лише фізично, але й суто в психологічному плані, особливо якщо вона скромна та сором'язлива (риси, на виховання яких повинні звернути увагу батьки вже в ранньому віці); відверті ласки частіше лякають її, аніж приносять насолоду. Вона поки що не

відчуває такої потреби в статевій близькості, як її коханий (друг). Тому зберегти невинність до весілля дівчині неважливо. Дуже часто після першої статевої близькості дівчина переживає почуття сорому, приниження й розчарування (якщо її коханий не зумів пробудити в ній позитивні почуття). При формуванні почуття любові у дівчини переважає особистісний компонент. Вона більше прагне до духовної близькості, ніж до фізичної.

Батькам у цей період дорослішання дочки слід стежити за пробудженням у неї сексуального почуття та анатомо-фізіологічних змін організму. Наголошуйте на призначенні того й іншого (материнства та дітородіння) в її житті.

Сформовані ще в ранньому віці дружні, довірчі стосунки матері й дочки допоможуть вам правильно викласти суть питання й бути зрозумілими.

Якщо вашу дочку лякає або насторожує її власне дорослішання, говоріть із нею про те, що людина у своєму статевому розвитку й поведінці наслідує вказівки природи, що любов — це великий початок природи, що її організм готується до зачаття нового життя, що в зачатті дитини зосереджена вся наша любов і добродієність як людей, що, коли людина одна, вона неповноцінна, що і фізіологічно, і психологічно вона прагне до заповнення (поєднання), що саме в любові ми відроджуємося й народжуємося заново, що чуттєвий потяг — це ще не любов, оскільки справжня любов вибіркова й прагне до певної особистості протилежної статі.

Якщо юнак ніжний і досить наполегливий у своїх ласках, то іноді дівчина наважується на статеву близькість. Відмовляючись від інтимних стосунків, вона допомагає коханій людині краще усвідомити значущість особистісного компонента любові, що зіграє свою позитивну роль у шлюбі. У цей період юнакові (якщо вони, звичайно, обоє вирішили взяти шлюб) дозволено терпляче вивчати ерогенні зони своєї коханої.

Дівчина, яка виходить заміж недоторканою, відчуває особливу прив'язаність до свого першого чоловіка (згідно

з твердженнями сексопатологів і психіатрів). Відбувається майже автоматична сексуальна фіксація на особистості саме цього чоловіка. Можливо, саме в цьому й полягає фізіологічна роль дівочої пліви (відчуття пережитого болю, прив'язаність до моногамних стосунків, одношлюбності).

Незважаючи на уявну тенденцію до зростання більш спокійного ставлення до цноти своєї дружини, кожний чоловік, проте, прагне бути першим у нареченої, першим і єдиним.

Зрілість чуттєвого компонента в жінки визначається здатністю відчувати оргазм. Це почуття рідко приходить одразу. Найчастіше це відбувається в перший рік подружнього життя або після перших пологів (якщо жінка не відчуває оргазм, потрібна консультація лікаря).

Дівчина повинна знати, що чоловіча потреба й необхідність сексуальних контактів із роками згасають. Почуття оргазму, яке відчуває його дружина, підтримує рівень чуттєвості в чоловіка.

Коли загострюється увага на сексуальній несумісності подружжя, то в цьому разі краще з'ясувати питання щодо психологічної і моральної несумісності. При такій несумісності відбуваються нервові зриви, які поступово переходять у сексуальні неврози, як у чоловіків, так і в жінок. Це стає проблемою і психофізичного здоров'я, і статевих стосунків подружжя, що згодом призводить до розпаду сім'ї.

Чуттєвість жінки досягає найвищого рівня до 30–40 років. Але при цьому особистісний компонент у стосунках з чоловіком відіграє, як і раніше, головну роль. Оскільки жіноча сексуальна збудливість нижча за чоловічу, то бажання інтимної близькості виникає і підтримується в ній завдяки почуттю духовної близькості з партнером, його фізичним ласкам, любовній грі.

Якщо жінка систематично не отримує сексуального задоволення, то в неї взагалі може розвинутися нездатність переживати відчуття оргазму при статевій близькості. Це викликає сексуальний невроз, наслідком якого є різнома-

нітні гінекологічні захворювання. Таким чином, гармонія в сексуально-любівних стосунках — це ще й профілактика гінекологічних захворювань, неврозів та психічного розладу.

Якщо жінку в чоловікові приваблюють влада та його успіхи, активність і комунікабельність, фізична сила, а також його розум і ерудиція, здатні зробити його хазяїном ситуації, то чоловіка в жінці завжди полонили її скромність і ніжність, кокетство й граціозність, уміння зрозуміти й пробачити, душевна доброта й жіноча слабкість, яка спонукає сильнішого — чоловіка — до активності і в житті, і в коханні.

Якщо чоловік — панує у сексі, то жінка панує в любові (почуттях). А високі й красиві почуття є основою всього морального в нашому житті. Природа, давши людині силу статевої любові, регулює всі життєві функції організму (гормони активізують генетичний апарат) і дає можливість появи нового життя. Отже, природа нічого не створює даремно.

Однак не можна забувати про одне з негативних явищ, яке з'являється в житті молодих людей при неправильно здійснюваному процесі статевого (зокрема, сексуального) виховання, — їхнє раннє статеве життя. Ранній юності притаманний підвищений потяг. Якщо один обмежується мастурбацією, то інший може прагнути почати статеве життя з представниками протилежної статі.

Бурхливе статеве дозрівання, недотримання моральних норм, незнання (чи невміння усвідомити) наслідків раннього статевого життя приводять деяких молодих людей до таких результатів, за які вони потім можуть розплачуватися невдалим сімейним життям. Величезні фізіологічні навантаження, яких зазнає в цей час молодий незміцнілий організм (при статевому акті частота скорочень серця збільшується до 120 ударів за хвилину, артеріальний тиск може піднятися до 200–220 міліметрів ртутного стовпчика, адже далеко не всі органи й системи достатньо розвинені до початку статевої зрілості, наприклад серцево-судинна, нервова, кістково-м'язова), призводять до виснаження фізичного стану. Фізичне дозрівання підлітка настає набагато пізніше

за статеву зрілість (через 3–4 роки). Люди, які вступили в ранній статевий зв'язок, стають імпотентами набагато раніше за своїх однолітків. Що стосується жінок, то вони рано починають марніти.

Раннє статеве життя загрожує і гінекологічними захворюваннями, і безпліддям. Зазвичай у цьому віці небажана вагітність найчастіше уривається. А ризик стати безплідною особливо великий при першому аборті.

Дані Всесвітньої організації охорони здоров'я свідчать про те, що 10 % сімей (це у 80-ті роки, а зараз значно більше) не можуть мати дітей через безпліддя. Звісно, безпліддям страждають і чоловіки. Але найчастіше його причиною є все-таки жінка, яка мала запальні захворювання (наприклад, у результаті абортів, інфекції тощо відбувається запалення маткових труб і, як наслідок цього, порушення функціональних здібностей, прохідності).

Навіть за тієї умови, коли юна мама не перериває вагітність і народжує дитину, її подальше життя може бути пов'язане з рядом несприятливих наслідків. По-перше, це її здоров'я та здоров'я її дитини (обидва організми незміцнілі). По-друге, відсутність життєвого досвіду в молодій мамі. Окрім того, такі мамі здебільшого не бувають економічно самостійними. І чи завжди знаходиться батько? Чи його доводиться встановлювати в судовому порядку (немає гарантії, що він залишиться в молодій сім'ї)? Та й чи легко перегодом юній мамі та її батькам дати відповідь на питання дитини, що підросла: «Де мій тато?» Багато про що свідчать і переповнені будинки дитини (в основному при живих батьках). Про таку розплату слід якомога частіше нагадувати молодим людям, які прагнуть до раннього, «вільного» статевого кохання.

Через свої фізіологічні особливості більш розкуто й вільно в цьому питанні поведуться представники чоловічої половини. Вони часто наполегливі в досягненні своєї мети — статевій близькості. У цьому випадку йде в хід будь-що: від «ти мене не любиш, не хочеш довести мені свою любов», дорогих подарунків і вечірок з алкоголем до загрози зали-

шити дівчину або обіцянки одружитися у разі вагітності. На жаль, отримавши своє, про останнє вони надто часто забувають.

За офіційними даними соціологів, одна третина молоді вступає в інтимні стосунки вже з 15 років. Пізнавши всі «принади» безвідповідальності раннього безладного статевого життя, деякі молоді люди починають будувати в такий самий спосіб своє сімейне життя. А в результаті — порожнеча в душі, загроза міцності сімейних стосунків. Розбиті сім'ї, розбиті серця й долі, ображені кращі людські почуття (не кажучи вже про страждання дітей у таких ситуаціях). Намагайтеся частіше розмовляти з дітьми про те, наскільки важлива, передусім, їхня соціальна й статева зрілість, а не просто фізіологічне бажання їхнього молодого організму.

Підсумок зборів

Шановні батьки!

Сексуальне виховання — це складний комплекс дій, спрямованих на ознайомлення підлітка із психологічною та фізіологічною специфікою його організму й на формування власної лінії поведінки в сексуальних взаєминах з урахуванням норм і цінностей, прийнятних для нього. Надання необхідної інформації старшим школярам, на нашу думку, слід доручити фахівцю, який знається на питаннях психології та фізіології, але норми й цінності щодо сексуальної поведінки мають формуватися в родині.

ДОДАТКИ

ПРО БАТЬКІВСЬКІ ЗБОРИ

Головними вихователями своїх дітей є батьки. Підростаюче покоління буде таким, якою буде сім'я. Але, як писав А. С. Макаренко, «Сім'ї бувають хороші, і сім'ї бувають погані. Поручитися за те, що сім'я виховує як слід, не можна. Говорити, що сім'я може виховувати, як хоче, ми не можемо. Ми повинні організувати сімейне виховання...»

Сучасним батькам потрібна допомога, оскільки відсутність знань із психології та педагогіки призводять до помилок, нерозуміння, а значить — до безрезультативності виховання. Саме тому всі зусилля педагогічного колективу мають бути спрямовані на підвищення рівня педагогічної культури батьків. Однією з основних форм роботи щодо педагогічної освіти сім'ї є батьківські збори.

Сьогодні батьківські збори повинні бути нетрадиційними. Це означає, що на батьківських зборах слід використовувати такі методи й прийоми, які будуть активізувати увагу втомлених батьків, сприятимуть кращому запам'ятовуванню суті бесід, створюватимуть особливу налаштованість на доброзичливу, відверту, ділову розмову. Нетрадиційна методика проведення батьківських зборів підвищує інтерес батьків до питань виховання дітей, посутньо збільшує їхню явку, активізує на рішення проблем виховання.

Батьківські збори — це момент істини, від якого залежить так багато, що краще не проводити батьківські збори, ніж проводити їх формально, не підготувавшись. Батьківські збори — це урочистий момент, що дозволяє класному керівникові здійснити головне: об'єднати цілі школи та можливості сім'ї у вихованні дітей.

Чого в жодному разі не можна робити на батьківських зборах:

— необґрунтовано розхвалювати дітей;

— порівнюючи дітей, хвалити когось одного та лаяти іншого;

— докоряти батькам;

— обіцяти батькам більше, ніж можливо реально зробити для дітей, разом із дітьми та разом із батьками;

— висловлювати такі «психологічні» судження щодо дитини, які не мають до неї жодного стосунку, а обумовлені психологічною некомпетентністю класного керівника;

— давати випадкові рекомендації;

— висловлювати батькам певні педагогічні поради до з'ясування їхнього ставлення до класного керівника (люблять, визнають, шанують, цінують, байдужі, терплять);

— вимагати від батьків грошей, допомоги, участі без з'ясування їхнього ставлення до школи, класу, без виявлення можливих батьківських ініціатив;

— зачитувати й коментувати оцінки учнів;

— вимагати від батьків, щоб вони на догоду школі, класному керівникові ні з сього ні з того змінювали культуру спілкування в сім'ї;

— нав'язувати батькам план роботи класу, заходи, екскурсії, походи;

— повідомляти батьків про прихід класного керівника до них додому, оскільки без запрошення, без взаємної симпатії, без прохання батьків робити це категорично незаконно й неетично;

— вимагати обов'язкового приходу батьків на збори;

— насильно призначати батьків в органи батьківського самоврядування;

— у жодному разі не можна на батьківських зборах (чи в приватній бесіді) повідомляти будь-яку інформацію, що стосується тієї чи іншої сім'ї або тих чи інших дітей — як присутніх, так і відсутніх на зборах;

— починати будь-які збори без повідомлення про виконання рішень, пропозицій і вимог попередніх зборів;

— демонструвати своє шанобливе ставлення до одних батьків і байдуже до інших;

— затягувати батьківські збори більш як на півгодини, тобто вони повинні тривати стільки, скільки треба, але так, щоб їхнє проведення видалося батькам важливим, запам'яталося і щоб їм захотілося відвідувати їх і надалі;

— впродовж зборів говорити тільки класному керівникові;

— запрошувати на батьківські збори учителів-предметників для скандального з'ясування стосунків, оскільки якщо вчитель поводить себе не належним чином або не влаштовує батьків, то ця справа не зборів, а адміністрації школи;

— перетворювати збори на скандал, «перестрілку», конфлікт, якщо хто-небудь із батьків поводить себе поза прийнятими в суспільстві культурними нормами (прийшов у нетверезому стані, ображає присутніх); збори слід припинити, а вже потім потрібно думати, які заходи необхідно вжити для того, щоб таке не повторилося надалі;

— класному керівникові здобувати авторитет за рахунок інших педагогів або адміністрації школи, поширюючи відомості, що принижують їх; не можна натякати на свою бідність і безвихідь, не можна ганити шкільні порядки;

— приймати важливі для всіх рішення активною або випадковою меншістю, не з'ясувавши письмово або усно думки УСІХ інших батьків;

— на зборах і в приватній бесіді розповідати батькам про вчинки їхніх дітей, не знаючи всіх подробиць подій і не підозрюючи про можливі наслідки цих повідомлень (це може стати причиною побиття, лайки, образ і, можливо, з часом, у міру накопичення переживань, мати своїм наслідком дитячий суїцид);

— висувати батькам пропозиції і поради культурного й педагогічного плану, які не відповідають характеру життя самого класного керівника (пропонувати не курити, не злитися, не проводити даремно час біля телевізора, допомагати в господарстві, читати класичну літературу, слухати серйозну музику, цікавитися поезією, відвідувати театр, не

влаштовувати вдома регулярні алкогольні вечірки, тимчасом як сам учитель страждає саме цими недугами);

— перетворювати батьківські збори на формально чиновницький акт зачитування правил, інструкцій, наказів.

На батьківських зборах можна:

— разом із батьками зорганізувати чаювання;

— частину батьківських зборів проводити разом із дітьми;

— ділити батьківські збори на офіційну та креативну частини, де кожний може продемонструвати свої таланти та вміння (танці, спів, читання віршів, проведення конкурсів, сімейних ігор тощо);

— зовнішній вигляд і поведінка класного керівника повинні знаменувати урочистий і піднесений характер зборів;

— на перших зборах у перший рік роботи слід обрати постійних членів батьківського активу й подбати про роздачу разових доручень усім або більшості батьків;

— проводити батьківські збори спочатку у формі індивідуальної співбесіди з членами сім'ї, потім у формі невеликої пленарної частини (це можуть робити тільки авторитетні й улюблені класні керівники, яким справді є що сказати);

— дати можливість кожному батькові в письмовій або усній формі викласти свою позицію щодо різних питань життя класу;

— усі види планів і програм обов'язково складати тільки за участю батьків і в певних випадках — дітей;

— якщо нема про що говорити, якщо класний керівник не готовий до проведення зборів як важливого, координаційного та виховного дійства, то краще швидко розв'язати організаційні питання й відпустити батьків, ніж бути мішенню для кепкувань та поповнити собою число і без того дуже нешанованих так званих педагогів;

— вислухати розповіді успішних батьків про засади й традиції життя в їхніх сім'ях; важливо серед батьків

і родичів знаходити тих фахівців, які могли б поділитися спеціальними знаннями;

— класний керівник обов'язково вибудовує систему управління успіхом, повідомляючи батьків про чудові маленькі кроки дітей уперед, про їхні успіхи, про їхні бажання, настрої, досягнення та очікування;

— класний керівник повинен час від часу або читати батькам лекції з важливих питань педагогіки та психології, або, якщо він цього не вміє чи не може, зачитувати цікаві факти та ідеї з періодики із цих-таки проблем;

— важливо проводити батьківські збори у формі рішення або пошуків рішення конфліктних, проблемних ситуацій, пропонуючи батькам назвати ці ситуації, або дібрати з книг, або придумати самим.

Проблемні ситуації для обговорення на зборах:

1. Хлопчик-дев'ятикласник приходять додому дуже пізно, грубіянить, приховує від батьків свої проблеми.
2. Старшокласниця зустрічається з дорослим чоловіком, стала курити, навчання дівчинку не цікавить, іноді від неї чутно запах алкоголю, батьки нічого не знають про її залицяльника.
3. Син регулярно переглядає порносайти та еротичні фільми, постійно шепочеться про щось по телефону, став дратівливим, злим і ледачим.
4. У домі постійно зникають гроші: є підозра, що їх бере син, який навчається в 10 класі.
5. Діти зривають уроки математики, посилаючись на те, що нічого не розуміють.
6. Знайдено щоденник старшокласника, у якому всі вчителі названі убогими дурнями, а сам учень мріє якнайшвидше піти із цієї клятої школи.
7. В однокласників роман, юнак і дівчина сидять за останньою партою, постійно пишуть одне одному есемески, сміються, обнімаються, привертають до себе увагу, іноді цілуються.

8. Юнак відмовився приносити й перевзувати змінне взуття і при цьому заявляє: можете вигнати мене зі школи.
9. Учні відмовилися прибирати в класі, чергувати на поверсі та в їдальні, заявляючи, що це повинні робити спеціально найняті люди.
10. Учні примушували йти на мітинг, потім на концерт, а вони вважають, що в умовах демократії школярі не зобов'язані брати участь у тому, що для них не є потрібним і важливим.
11. Батьки не хочуть брати участь у громадському житті класу й школи, збирати гроші на ті чи інші потреби, чергувати на вечорах, супроводжувати дітей у походах, на екскурсіях, заявляючи, що в них і своєї роботи вистачає.
12. Учитель погрожує, що в разі, якщо дитина та її батьки не змінять свою поведінку (учень повинен поводитися так, як уважає вчитель; батьки приносять жалюгідні квіти й забувають робити подарунки), то він поставить незадовільні оцінки у чверті й році; він також заявляє, що адміністрація підтримає його.
13. Діти знають, що учень 9 класу хоче кинути школу, розповіли про це батькам. Що робити далі?
14. В їдальні постійно валяється хліб, на підлозі — шматки котлет, кашу ніхто не їсть. Кухар вважає, що діти «заїлися», не вміють поводитися й цінувати чужу працю, багато чого вивчають, а культури й пошани немає.
15. Старшокласникам, як з'ясувалося, дуже потрібні гроші, чимало з них знемагають через те, що не знають, чим зайнятися у вільний час. Як розв'язати ці проблеми?
16. Учителька прекрасно пояснює новий матеріал, діти її люблять, але наступного дня з'ясовується, що ніхто не виконав домашнє завдання.
17. Учень запустив предмет, нічого в ньому не розуміє, до товаришів звертатися соромно, та й навряд чи вони допоможуть, учителям за додаткові заняття треба платити. Як вибратися із цієї ситуації, якщо він уже не хоче вчитися або хоче, але не здатний розв'язати цю проблему самотужки?

18. Старшокласники регулярно курять, мало не щодня п'ють пиво, стосунки з дівчатами мають примітивний характер, читати ніхто не любить, використовують комп'ютер не як джерело пізнавальної наукової інформації, а як іграшку для безцільного проведення часу, тиняються по вулицях, голосно регочуть, вживають ненормативну лексику, знуцаються з перехожих, шукають пригоди, встряють у бійки.

Практичні рекомендації щодо планування роботи з батьками

1. Включіть у план роботи такі види діяльності:
 - 1.1. Спільна робота батьків, класного керівника та психолога (анкетування, спостереження, бесіди).
 - 1.2. Співпраця батьків та учнів щодо реалізації конкретного завдання учнівського колективу.
 - 1.3. Батьківські збори, засідання, звіти батьківського комітету, бесіди за «круглим столом».
 - 1.4. Індивідуальна допомога проблемним сім'ям.
 - 1.5. Спільний з батьківським комітетом контроль за виконанням учнями режиму дня, перевірка якості шкільного харчування, умов для навчальних занять удома.
 - 1.6. Організація гуртків самодіяльності, спортивних секцій, клубів за інтересами, переглядів та обговорень спектаклів і кінофільмів, змагань, походів, вечорів.
2. Врахуйте вікові тенденції психічного розвитку учнів:
 - 2.1. Сприятливі:
 - прагнення до дорослості й самостійності;
 - посилення загальної активності;
 - уважне ставлення до думки іншої людини;
 - бажання усвідомлювати себе індивідуальністю;
 - збільшення широти та різноманітності інтересів, зростання їхньої визначеності та стійкості.

2.2. Несприятливі:

— незрілість самооцінок та неадекватні сприйняття оцінок іншої людини;

— суто зовнішнє прагнення до дорослості й самостійності;

— невміння застосовувати наявні знання на практиці, зосереджувати свої зусилля в потрібному річизці.

3. Подбайте про результативність кожного заходу, щоб уникнути «балаканини».
4. Цінують час сім'ї. Плануйте заняття тривалістю не більше 40–45 хвилин: нехай у батьків буде можливість змінити щось на краще того ж таки дня.
5. Кожний етап заняття завершуйте простеньким практичним завданням, щоб батьки неодмінно переконувалися у необхідності й користі заходу.
6. Залишайте час для відповідей на питання батьків. Забезпечте відносний комфорт й інтимність індивідуальних бесід та консультацій.
7. Відповідаючи на питання батьків, спирийтеся на матеріал, який вони щойно прослухали, спрямовуючи їх самих на правильне рішення. Обов'язково підкресліть, що вони прийшли до нього самі, що вони знають, як діяти правильно. Зміцнюйте в батьків почуття власної зрілості та чуйності.

Основні етапи підготовки батьківських зборів:

1. Анкетування батьків за темою зборів. Анкети батьки заповнюють удома, до зборів, а їхні результати використовуються в ході їхнього проведення.
2. Запрошення кожній сім'ї. Запрошення роздають за тиждень до зборів.
3. Виготовлення оригінальних пам'яток із порадами за темою зборів. Зміст пам'яток має бути коротким, текст надрукований великим шрифтом.
4. Підготовка виставок за темою зборів.

5. Підготовка плакатів з афоризмами, крилатими виразами відомих педагогів, психологів за темою зборів.
6. Проведення засідання батьківського комітету до зборів.
7. Розподіл обов'язків щодо підготовки до зборів.
8. На столах необхідно виставити картки з іменами та по батькові всіх батьків.

Основні етапи проведення батьківських зборів

- I. **Вступ.** Вступ короткий, емоційний, налаштовує на тему майбутньої розмови.
- II. **Дискусія.** Важливо, щоб ведучий не затягував бесіду, не розглядав велику кількість питань і ситуацій, не просив, щоб усі присутні обов'язково висловлювали свою думку з питання, а запитував не більше трьох-чотирьох осіб. Не слід докоряти батькам та повчати їх. Як приклади якомога частіше використовувати моменти з життя дітей, розповідаючи про їхні небажані вчинки. Прізвища дітей при цьому не називати.
- III. **Робота з пам'ятками.** Батькам пропонують прочитати тексти пам'яток і вказати в них ті пункти й поради, які вони використовують на практиці та які дають позитивні результати. Після цього проводять обговорення, під час якого батьки висловлюють свою думку й діляться власним досвідом.
- IV. **Характеристика дітей «Ваші діти — наша думка».** Усім батькам важлива й цікава думка інших про їхню дитину. Завдання педагога в даному разі — витримати доброзичливий тон бесіди. На цьому етапі краще використовувати зошити довіри для батьків, де зафіксовані результати тестування, спостережень класного керівника, психолога, учителів-предметників, висновки, рекомендації.
- V. **«Вікно»** (дуже короткі новини). Педагог знайомить батьків із новими даними науки щодо питань виховання дітей.

VI. Зворотний зв'язок. Щоб дізнатися, наскільки теми та зміст батьківських зборів відповідають вимогам сім'ї, батькам можна запропонувати анкету.

1. Що спонукало вас прийти на батьківські збори? (Потрібне підкреслити.)
 - 1) ваша дисциплінованість;
 - 2) інтерес до обговорюваної теми;
 - 3) прохання дитини;
 - 4) повага до вчителів;
 - 5) текст запрошення;
 - 6) можливе душевне заспокоєння після зборів;
 - 7) цікавість;
 - 8) особиста участь у підготовці до зборів;
 - 9) наполегливі вимоги родичів;
 - 10) неодноразові запрошення вчителів;
 - 11) не знаю.
 2. Як ви вважаєте, чи є необхідність відвідування таких зборів усією сім'єю? Чому?
 3. Що вам найбільше сподобалося в процесі підготовки до батьківських зборів?
 4. Будь ласка, оцініть, наскільки вам сподобалася та чи інша частина зборів, у балах: задоволені — 3, частково задоволені — 2, незадоволені — 0.
 - 1) вступна частина —
 - 2) дискусія —
 - 3) робота з пам'яткою —
 - 4) «Вікно» — дуже короткі новини —
 5. Чи було у вас бажання брати участь у дискусії? Чому?
 6. Ваші пропозиції, доповнення, побажання з питань підготовки та проведення цих зборів.
- Дякуємо вам за допомогу!

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕСЯТИКЛАСНИКА

Юність — це важливий період у розвитку людини. У цей період відбувається інституціоналізація входження людини

в доросле життя. Це в буквальному розумінні «третій світ», що існує між світом дорослих і дітей.

Основні аспекти фізичного дозрівання — скелетна зрілість, поява вторинних статевих ознак і період стрибка в рості.

Головною стає навчально-професійна діяльність, завдяки якій у старшокласників формуються певні пізнавальні та професійні інтереси, елементи дослідницьких умінь, здатність будувати життєві плани, формувати моральні ідеали, самосвідомість.

Юність завершує етап первинної соціалізації. Однак на відміну від підлітків юнаки прагнуть до спілкування з дорослою людиною, яка виявляє повагу до їхньої особистості.

Спілкування з однолітками стає необхідним для самовизначення в ранній юності, воно має інтимно-особистісний характер. Юнак залучає оточення до свого внутрішнього світу — до своїх почуттів, інтересів, захоплень. Потреба в інтимності в цей час майже ненаситна.

Емоційна напруженість дружби знижується при появі любові, у цей період може з'явитися справжня закоханість. Проте юнацькі мрії про любов відображають передусім потребу в саморозкритті, розумінні, душевній близькості.

Любов, як і раніше, має епідемічний характер: усі юнаки класу закохуються в одну дівчину.

Самовизначення — як професійне, так і особистісне — стає центральним новоутворенням ранньої юності. Це нова внутрішня позиція, що включає усвідомлення себе як члена суспільства, прийняття свого місця в ньому.

Людина починає усвідомлювати часову перспективу: якщо раніше вона жила тільки сьогоднішнім днем, то тепер у неї переважає спрямованість у майбутнє, вона будує життєві плани.

У 10 класі після напруженого 9-го діти дещо розслабляються, на перший план знову виходить спілкування, тобто відбувається продовження мораторію на дитинство. Але затягувати цей період не можна, тому що в юності є свої завдання, які мають бути вирішені.

Однак програма побудована таким чином, що вимоги помітно збільшуються. Крім того, діти стають членами нового класного колективу, можуть утвердитися в ньому або погіршити свої результати: відмінник може почати вчитися гірше, а трієчник — краще.

Але найголовніше те, що ваша дитина — зовсім доросла людина, тому поведіться з нею так, як того вимагають стосунки з дорослою людиною! Шануйте її думку!

ЯК ПІДТРИМАТИ ВИПУСКНИКА ПРИ СКЛАДАННІ ЗНО?

Поради батькам

Психологічна підтримка — це один із найважливіших чинників, що визначають успішність вашої дитини при складанні ЗНО. Як же підтримати випускника?

Існують помилкові способи. Так, типовими для батьків способами є гіперопіка, створення залежності підлітка від дорослого, нав'язування нереальних стандартів, стимулювання суперництва з однолітками. Справжня підтримка повинна ґрунтуватися на підкресленні здібностей, позитивних рис дитини.

Підтримувати дитину — значить вірити в неї. Підтримка заснована на вірі в природжену здатність особистості долати життєві труднощі за допомогою тих, кого вона вважає значущими для себе. Дорослі мають чимало нагод продемонструвати дитині своє задоволення від її досягнень чи зусиль.

Інший шлях — навчити підлітка справлятися з різними завданнями, сформувавши в нього настанову: «Ти можеш це зробити». Щоб показати віру в дитину, батьки повинні мати мужність і бажання зробити ось що:

- забути про колишні невдачі дитини;
- допомогти дитині набути впевненості в тому, що вона впорається з тим чи іншим завданням;
- пам'ятати про колишні успіхи й повертатися саме до них, а не до помилок.

Є чимало слів, за допомогою яких можна підтримати дітей, наприклад: «Я добре знаю тебе, тож упевнений, що ти впораєшся», «Ти знаєш це дуже добре».

Підтримувати можна й за допомогою дотиків, спільних дій, фізичної співучасті.

Запам'ятайте основні принципи психологічної підтримки, що є особливо важливими в період підготовки до іспиту:

1. Приділіть дитині увагу (цікавтеся її настроєм, станом здоров'я, проявляйте турботу про її потреби).
2. Подбайте про те, щоб удома було щось смачненьке, те, що любить ваша дитина, це знижуватиме її емоційну напругу (при цьому не зловживайте солодощами та борошняними виробами).
3. У період іспитів не обтяжуйте дитину домашніми обов'язками, давайте їй зрозуміти, що ви оберігаєте її.
4. Виражайте готовність допомогти їй і допомагайте в різних питаннях підготовки.
5. Розповідайте про свій досвід складання іспитів тоді, коли це доречно. Пригадайте, що ви відчували перед іспитами.
6. Намагайтеся показати, що ви впевнені в її силах, не лякайте невдачами.
7. Не хвилюйтеся самі, щоб ваше хвилювання не позначилося на дитині.
8. І, нарешті, останнє: пам'ятайте, що найголовніше ваше завдання — зменшити напругу й тривожність дитини та забезпечити їй відповідні умови для занять.

Психологічна допомога дітям перед іспитом

Як психологічно підготуватися до іспитів?

1. Для того щоб не розгубитися в кризовій ситуації, при підготовці до неї не слід ставити перед собою надзавдань для досягнення надцілей.
2. Не варто чекати, доки ситуація стане катастрофічною, готуватися до неї краще в стані відносного спокою.
3. Починайте готуватися до іспитів заздалегідь, помалу, по частинах.
4. Якщо дуже важко зосередитися — почніть із найлегшого.

5. Якщо ви готуетесь до кількох іспитів, краще вчити по одному білету з різних ділянок (для зміни діяльності).
6. Підготуйте місце для занять: приберіть зі столу зайві речі, зручно розташуйте потрібні підручники, посібники, зошити, папір, олівці.

В інтер'єр кімнати можна ввести жовтий і фіолетовий кольори, оскільки вони підвищують інтелектуальну активність. Для цього вистачить навіть однієї картини в цих тонах.

7. Складіть план занять. Спершу визначте: хто ви — «сова» чи «жайворонок» (у який час ви найпродуктивніше працюєте), і залежно від цього максимально використовуйте ранішні або вечірні години. Складаючи план підготовки на кожний день, чітко визначте, що саме сьогодні будете вивчати (не взагалі «трохи попрацюю», а які саме розділи й теми).
8. Почніть із найважчого, з того розділу, який знаєте найгірше. Але якщо вам важко зосередитися, то можна розпочати з того матеріалу, який для вас є найприємнішим та найцікавішим. У такий спосіб ви поступово увійдете в робочий ритм, і справа піде краще.
9. Чергуйте заняття й відпочинок, скажімо, 40 хвилин занять, потім 10 хвилин — перерва. У цей час можна помити посуд, полити квіти, зробити зарядку, прийняти душ.
10. Не треба прагнути до того, щоб прочитати і запам'ятати весь підручник. Корисно структурувати матеріал за рахунок складання планів, схем, причому бажано на папері. Плани корисні ще й тому, що їх легко використовувати при повторенні матеріалу. Розв'язуйте якомога більше різних опублікованих тестових завдань із цього предмета. Такі тренування ознайомлять вас із структурою тестів.
11. Тренуйтеся із секундоміром у руках, щоб визначити, за який час ви можете впоратися з тестами.
12. Готуючись до іспитів, ніколи не думайте про те, що не впораєтесь із завданням, а, навпаки, подумки уявляйте собі картину тріумфу.

13. Залиште один день напередодні іспиту на те, щоб знову повторити всі плани відповідей, ще раз зупинитися на найважчих питаннях.
14. Думка про те, що за останню ніч треба вивчити найбільшу частину матеріалу — помилкова. Не перевтомлюйтеся! Увечері відпочиньте та проведіть час на свіжому повітрі, щоб день іспиту розпочати сповненими здоров'я, сили, «бойового» настрою, адже іспит — це своєрідна боротьба, у якій потрібно проявити себе, показати свої можливості й здібності.
- Не забудьте, що перед іспитом обов'язково треба добре виспатися.

МОЛОДІЖНА СУБКУЛЬТУРА

Стиль емо

Для стилю молоді субкультури емо характерні такі риси. Вони носять чорний одяг у поєднанні з рожевим або якимось іншим яскравим кольором. Класичний одяг емо — це одяг у чорно-рожевій гамі, де візерунки так само двоколірні. Різні пов'язки на руках та зап'ястках, пояси із залізними бляшками, рукавички без пальців, рюкзак із різноманітними значками емо. Серед емо ви можете побачити хлопця у вузьких джинсах, але так само можете зустріти й таких, хто вважає за краще носити багато залізнних заклепок на джинсах. Браслети на руках із черепами, нігті чорного або сріблястого кольору. Макіяж поширений як у дівчат, так і в хлопців. Емо-макіяж — це підведення очей чорним олівцем, але не дуже сильно. У них немає зачісок жіночих чи чоловічих, ви часто можете побачити однакові стильні зачіски як у хлопців, так і в дівчат. Чубчик прикриває одне око, чорний або червоно-коричневий колір волосся. Укладка або відсутність її — усе це дає свободу у виборі індивідуальності, при цьому дає чітко зрозуміти, що ви бачите перед собою справжнього емо.

Рожево-чорний настрій

Представникам цієї субкультури від 14 до 20 років.

Що стосується світогляду, то це люди, схильні до прояву сильних емоцій. Увесь спектр — за бажанням. Причому переважання негативу — це, імовірно, результат зіткнення зосередженої на своїх переживаннях людини з не дуже добрим зовнішнім світом.

Справжні емо дотримуються здорового способу життя, не курять, не приймають алкоголь, наркотики, іноді не вживають м'яса, не мають безладних статевих зв'язків. Інакше кажучи, емо — це кльово, стильно, модно. І трохи девіантно. Це частина сучасного життя, спосіб вираження себе.

Цих хлопців і дівчат настільки хвилюють власні почуття та переживання, що вони можуть говорити про них годинами. Емо — скорочення від англійського emotional — емоційний. Сама культура не становить загрози для соціуму. Основна її ідея полягає в тому, що окрім матеріальних цінностей у житті людини мають бути й духовні. Основа емо — щирі, непідробні й неприховані почуття та емоції. Емоції — це рушійна сила в житті людини, а головна, звісно ж, — любов. У русі емо схвалюється, у першу чергу, особлива самосвідомість: доброта, душевна відкритість, емоційність. Стати емо-дитиною майже неможливо, нею треба бути. Емо дуже серйозно ставляться до дружби, кохання й стосунків. Більшість із них не вживають нецензурну лексику і не вирішують суперечки за допомогою фізичної сили.

На думку психологів, батькам і педагогам, у першу чергу, необхідно навчитися діагностувати неблагополуччя дитини. Треба зрозуміти: підліток просто захопився модною течією чи він справді нещасний і самотній? У другому випадку спробуйте дотримуватись таких порад психолога:

1. Не втрачайте контакт із дитиною, вибудовуйте з нею чесні й щирі стосунки.

2. Спробуйте разом із дитиною зрозуміти, що її турбує, визначте події минулого, які сформували цю рису її вдачі, зверніться за допомогою до психолога.
3. Розгляньте можливі варіанти розвитку ситуації, яка могла б її вразити, вчіть її конструктивних навичок розв'язання конфліктів — це хороша профілактика підліткових суїцидів.
4. Підкреслюйте позитивні риси дитини.
5. Проаналізуйте свої стосунки з нею: чи не занадто багато в стосунках заборон, недомовленості, суперечливих заasad. У такій ситуації, що б дитина не зробила, вона завжди почуватиметься винною. Дитина боїться відкрито поставити питання батькам, тому що це не прийнято, вимушена гадати, що від неї хочуть, орієнтуватися на свої переживання, почуття та оцінки. Ставши дорослими, такі діти діють за тим самим сценарієм.

Ваша дитина росте й розвивається, а це вже само по собі потребує перегляду стосунків та переходу їх на інший рівень.

Металісти

Металісти (металісти, або металхеда, або металери) — це молодіжна субкультура, що заснована на музиці в стилі метал, що виникла в 1980-ті роки. Субкультура металістів тісно пов'язана із субкультурою байкерів, у зв'язку із симпатією останніх до важкої музики та симпатії перших до мотоциклів (як до символу свободи).

Типову моду серед багатьох металістів можна описати так:

- довге волосся або коротка стрижка, зачесана вгору;
- шкіряна куртка «косуха», шкіряний жилет;
- джинси або шкіряні штани (у дівчат — шкіряні міні-спідниці);
- чорні футболки або балахони з логотипом улюбленої металевої групи;
- напульсники — шкіряні браслети із заклепками та шипами, проклепані ремені, ланцюги на джинсах;

— нашивки на одязі та інших предметах із зображеннями улюблених метал-груп;

— грубе взуття — «камелоти», «гриндерси», армійські берці, звичайні черевики, дівчата іноді носять чоботи; короткі чоботи з ланцюгами — «козаки»; кросівки.

Панки

Походження терміна «панк» не цілком з'ясоване: зазвичай вважають, що він походить від англ. punk — нікчемний, гнилий, на американському сленгові — поганий; можна додати, що в XVI—XVII ст. так називали людей «дна» — повій, люмпенів тощо.

Опис субкультури: шокуючий імідж — екзотичні зачіски, розфарбовані в різні кольори волосся й обличчя, собачі нашійники та ланцюжки від унітазів на шиях, шпильки (взагалі любов панків до англійських шпильок надзвичайно велика, вони їх вставляють усюди — в куртки, майки, джинси й навіть у вуха) та інші дрібні металеві предмети, які носять як сережки, стоптані черевики або високі армійські черевики, подерті джинси.

Скінхеди

Скінхеди, або скіни, — від англ. skinhead — бритоголові, дослівно «лиса голова».

Зовнішній вигляд представників угруповання відповідає назві — скіни. Зазвичай усі скінхеди голомозі. Їхнім стандартним одягом є високі армійські черевики, камуфляжні штани або високо підгорнені джинси з підтяжками й дута куртка «бомбер», на якій часто можна побачити нашивки у вигляді кельтського хреста або свастики. Вважають, що основою ідеології скінхедів є войовничий націоналізм і расизм. Їхній культовий політичний діяч Адольф Гітлер і лідери Ку-клукс-клану, а ідеальний режим — німецький націонал-соціалізм. Цей рух абсолютно неоднорідний: він перебуває на перетині музики, стилю, політики та соціальних теорій.

Фанати

Фанати — (від латин. *fanaticus* — несамовитий, безумний, шалений) — пристрасні прихильники; молоді люди, для яких предмет поклоніння перетворюється майже на єдиний сенс їхнього життя. Є музичні та спортивні фанати.

Спортивні фанати — це угруповання молоді, об'єднані однією метою: підтримати гру спортивної (як правило, футбольної) команди, клубу яким вони надають перевагу. Ці угруповання досить добре організовані, їхні лідери зазвичай мають прекрасні організаторські здібності, добре обізнані з тактикою спортивної гри, фанатами якої вони є, з історією розвитку спортивних команд тощо.

Лідери фанатів — люди більш дорослі, ніж основна маса. Вони є противниками пияцтва, наркоманії тощо, хоча, за їхнім визнанням, серед фанатів трапляються і «надмірно збуджені хлопці, і такі, що здатні випити».

Частина спортивних фанатів агресивна, відомі випадки їхнього колективного хуліганства, вандалізму. Вони «озброєні» дерев'яними або гумовими палицями та металевими прутами, кастетами, батогами з палицями й свинцем на кінці, металевими ланцюгами, газовими балончиками.

Своєрідна «спортивна» діяльність цих груп молоді істотно витісняє в неї інші інтереси. Основна маса фанатів поза своєю групою поводить себе так само, як і інші підлітки, яким нікуди дівати свою енергію; можуть бути й задержані, і зухваліми. Їм притаманна споживацька поведінка, прагнення отримувати задоволення за гроші батьків. Тим часом у своїй групі фанат поводить себе інакше: він організований, старанний, підкоряється рішенням лідера.

Репери

Більшість реперів носять джинси-«труби» та щільні сорочки або спортивні футболки (хокейні або баскетбольні), куртки-алаяски, ювелірні прикраси, стилізовані під реп-культуру.

Одяг великих розмірів схвалюється. Існує дві версії, чому це є частиною моди:

- 1) одяг ув'язнених у США раніше шили великим, щоб він підходив різним за комплекцією ув'язненим;
- 2) дорослі брати або батьки передали молодшим свій поношений одяг великих розмірів.

Часто сорочки на реперах звисають по коліна, а джинси сповзають і зачіпають підлогу. Проте одяг завжди чистий, щоправда мішкуватий.

Шапочки, «бейсболки» вдягнені задом наперед, рюкзаки до пояса, ланцюжки, спортивні курточки, футболки — усе це обов'язкові «примочки» молодого репера.

Прикрасам реperi приділяють особливу увагу. Сьогодні хіп-хоп одяг — це в першу чергу розкіш. Це дуже дорогі речі, як правило, із золота з великою кількістю каменів. Обов'язковість наявності таких прикрас зумовлена тим, що в гетто афроамериканці могли тільки одним способом демонструвати свій «успіх і значущість», а оскільки більшість із них були малограмотними, то особлива увага приділялася коштовностям. До того ж тривалий вплив кримінального світу на становлення репу й те, що багато зірок перебували в бандах, позначилося на реп-моді.

Це найвідкритіша та найбільша група в субкультурі. Жодних вимог до вступу не висуває. «Одягайся як репер, говори як репер і слухай реп!» — такі основні вимоги.

В основному учасниками цієї групи є школярі та студенти. Вони цікавляться різними стилями репу і, як правило, знають історію свого стилю та біографії улюблених виконавців. Можуть зорганізувати «фан-клуби».

Підлітки сприймають навколишній світ по-своєму. Особливості психологічного стану підліткового віку не дозволяють більшості молодих людей самостійно виражати свій погляд на світ. Саме тому підлітки вважають за краще об'єднуватися в компанії, «збиватися в зграї», досягнувши успіху в справі створення своїх особливих угруповань, де «почуття ліктя» — це один-єдиний можливий для них спосіб виживання в суспільстві. Для підлітків належність

до таких угруповань була й залишається надзвичайно привабливою, оскільки, виходячи із замкнутого соціального осередку сім'ї, молода людина в сучасному світі неминуче потрапляє в соціальний вакуум.

ЯК МОЖНА ДОПОМОГТИ ДИТИНІ НАБУТИ НАВИЧОК НАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ?

Поради батькам

Більшість батьків замислюються, чи правильно вони поводяться з дитиною. Звичайно, ідеальних батьків немає. Усі вони мають труднощі й іноді не впевнені, чи добре виховують своїх дітей. Однією з проблем, що найбільше непокоїть батьків, є питання поведінки: що треба зробити, аби діти поводитися добре? Скористайтеся нашими порадами.

Демонструйте дітям приклад хорошої поведінки.

Діти вчаться, наслідуючи поведінку дорослих. Ваша поведінка — приклад для наслідування.

Змінюйте оточення, а не дитину.

Краще тримати цінні, крихкі та небезпечні предмети в недоступних для дітей місцях, аніж потім карати дітей за їхню природну цікавість.

Висловлюйте свої бажання позитивно.

Кажіть дітям, чого ви від них очікуєте, замість того, чого НЕ бажаєте.

Висувайте реальні вимоги.

Запитуйте себе, чи відповідають ваші вимоги віку дитини, ситуації, у якій вона опинилася. Ви маєте бути більш толерантними до маленьких та хворих дітей.

Не надавайте надто великого значення заохоченням і покаранням.

У міру дорослішання дитини покарання та заохочення стають усе менш результативними. Пояснюйте причину, яка впливає на ваше рішення. Прагніть до компромісу в спілкуванні зі старшими дітьми, а з меншими — використовуйте тактику переключення уваги.

Обирайте виховання без побиття та крику. Сочатку це може здаватися результативним, однак незабаром виявиться: щоразу ви змушені бити все з більшою силою, щоб досягти бажаного результату. Крик або постійні докори є також шкідливими та можуть призвести до тривалих проблем емоційного характеру.

Покарання не допомагають дитині виробити навички самоконтролю та поваги до інших.

Факти, що можуть вас здивувати...

Діти часто не розуміють, чому їх покарано.

Дослідження доводять, що вимоги дорослих часто видаються дітям незрозумілими. Пам'ятайте: коли дитина отримала ляпас, вона стає надто сердитою, знервованою та збудженою, тому не може зрозуміти, за що й чому її покарано.

Допомагайте дітям поводитися краще, даючи їм вибір. Не сперечайтесь з дітьми про справи, які не мають великого значення. Дозволяйте їм зробити вибір: нехай вони самі вирішують, у що вдягатися чи що їсти.

Це попередить прояви образи та непокори з боку дитини. Вона не дорікатиме, що ви її постійно контролюєте.

Діти мають право на позитивне ставлення до себе.

Уряд України зобов'язався дотримуватись принципів Конвенції Організації Об'єднаних Націй із прав дитини. У ній виголошено, що діти мають права, одним з яких є право на захист від будь-яких форм фізичного та психічного насильства й навмисного приниження.

Десять кроків, щоб стати кращими батьками

1. Любов є найважливішою потребою усіх дітей та однією з основних передумов позитивної поведінки дитини. Батьківська любов допомагає дитині формувати впевненість у собі, викликає почуття власної гідності.
2. Прислуховуйтеся до того, що говорить ваша дитина. Цікавтеся тим, що вона робить і відчуває.

3. Усі взаємостосунки, зокрема й ті, що побудовані на любові й довірі, потребують певних обмежень. Батьки самі мають визначити ці обмеження для дітей. Пам'ятайте, що порушення дітьми будь-яких обмежень є для них природним процесом пізнання, і не варто це розцінювати як прояв неслухняності. Діти почувуються більш безпечно, коли батьки також дотримуються визначених ними обмежень.
4. Сміх допомагає розрядити напружену ситуацію. Часом батьки бувають занадто серйозними. Це заважає їм сповна відчувати радість батьківства. Вмійте побачити веселі моменти й дозволяйте собі сміх при будь-якій нагоді.
5. Намагайтесь побачити світ очима вашої дитини й зрозуміти її почуття. Пригадайте, як ви почувалися, коли були дитиною, і яким незрозумілим здавався вам світ дорослих, коли з вами вчиняли несправедливо.
6. Хваліть і заохочуйте дитину. Сподівайтесь, що дитина поводитиметься добре, і заохочуйте докладати зусиль для цього. Хваліть її за хорошу поведінку.
7. Поважайте свою дитину так, як поважали б дорослого. Дозвольте дитині брати участь у прийнятті рішень, особливо тих, що стосуються її самої. Прислухайтесь до думки дитини. Якщо ви змушені сказати дитині щось неприємне, подумайте, яким чином ви сказали б це дорослому. Вибачайтесь, якщо вчинили неправильно стосовно дитини.
8. Плануйте розпорядок дня дитини. Малі діти почуватимуться більш безпечно, якщо дотримуватимуться чіткого розпорядку дня.
9. У кожній сім'ї є свої правила. Будьте послідовними в їхньому дотриманні, намагайтесь виявляти певну гнучкість щодо дотримання цих правил маленькими дітьми. Діти можуть бути введені в оману, якщо одного дня правило виконується, а іншого — ні.
10. Не забувайте про власні потреби! Коли батьківство починає надто нагадувати важку працю і ви відчуваєте, що вам бракує терпіння, приділіть трохи часу лише

собі. Робіть те, що приносить вам задоволення. Якщо ви розумієте, що втрачаєте контроль над собою і можете накричати на дитину, образити, принизити чи вдарити її, залиште дитину на кілька хвилин, полічіть до десяти і заспокойтеся.

ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ БАТЬКІВ ЗА РОЗВИТОК ДИТИНИ

Стаття 59 Закону України «Про освіту» передбачає:

1. Виховання в сім'ї є першоосновою розвитку дитини як особистості.
2. На кожного з батьків покладається однакова відповідальність за виховання, навчання і розвиток дитини.
3. Батьки та особи, які їх замінюють, зобов'язані:
 - постійно дбати про фізичне здоров'я, психічний стан дітей;
 - створювати належні умови для розвитку їх природних здібностей;
 - поважати гідність дитини, виховувати працелюбність, почуття доброти, милосердя, шанобливе ставлення до державної і рідної мови, сім'ї, старших за віком, до народних традицій та звичаїв;
 - виховувати повагу до національних, історичних, культурних цінностей українського та інших народів, дбайливе ставлення до історико-культурного надбання та навколишнього природного середовища, любов до своєї країни;
 - сприяти здобуттю дітьми освіти в навчальних закладах або забезпечувати повноцінну домашню освіту відповідно до вимог щодо її змісту, рівня та обсягу;
 - виховувати повагу до законів, прав, основних свобод людини.
4. Держава надає батькам і особам, які їх замінюють, допомогу у виконанні ними своїх обов'язків, захищає права сім'ї.

ВЗАЄМОДІЯ КЛАСНОГО КЕРІВНИКА З БАТЬКІВСЬКОЮ ГРОМАДСЬКІСТЮ

Однією з цілей старшої школи є формування особистості, яка має здатність змінювати себе згідно з постійно змінюваною навколишньою реальністю, відповідно до власних цілей та майбутнього життєвого шляху.

Мета навчально-виховної роботи в I півріччі в 10-х класах полягала в організації профільного навчання через вибір факультативних курсів і адаптацію учнів до старшої школи. Приділялася увага підвищенню рівня мотивації до навчальної діяльності та якості навчання. У всіх 10-х класах була проведена класна година з постановкою цілей і завдань навчального процесу. Було проведено загальношкільні збори з учнями й батьками, з одного боку, і педагогами — з іншого, присвячені презентації науково-дослідної роботи щодо різних напрямків і сфер наук. Учителі розповіли про подальші перспективи самореалізації в профільних 10–11 класах.

Стимулювання розвитку високих інтелектуальних якостей в учнів неможливе без спільної діяльності всіх учасників освітнього процесу (учителя-предметника, класного керівника, учня, батьків).

Відомо, що батьки є першими педагогами. Вони зобов'язані закласти основи фізичного, морального та інтелектуального розвитку особистості дитини в ранньому віці.

Визнання пріоритету сімейного виховання потребує інших взаємин сім'ї та освітнього закладу, а саме: співпраці, взаємодії та довіри. Співпраця педагогів і батьків дозволяє краще пізнати учня, подивитися на нього з різних позицій, побачити в різних ситуаціях, а отже, допомогти в розумінні його індивідуальних особливостей, розвитку здібностей.

На сучасному етапі в роботі з батьками з'явилося таке поняття, як «залучення батьків» у діяльність шкільного закладу, тобто активна участь батьків у роботі школи, яка справляє вплив на її функціонування й розвиток.

Визначальна роль у встановленні такої взаємодії належить педагогам, а саме — класним керівникам, які є координаторами навчального процесу, діяльності вчителів-предметників і батьків.

Отже, упродовж першого півріччя в усіх 10-х класах була проведена така робота:

а) класним керівником:

— на першій класній годині був проведений «круглий стіл» «Я старшокласник», спрямований на формування колективу;

— була відлагоджена робота самоврядування класу, розподілені обов'язки у зв'язку з індивідуально-психологічними особливостями учнів;

— організований вибір факультативних курсів, здійснювався контроль відвідування;

— відвідування уроків учителів-предметників із метою спостереження та аналізу роботи на уроці;

— здійснення контролю за виконанням домашніх завдань (перевірка щоденників, зошитів, підручників);

— на зборах батьківського комітету класу з'ясовувалися причини, що заважають якісному виконанню домашніх завдань, з наступним їх обговоренням на батьківських зборах;

— робота з учителями-предметниками щодо ліквідації прогалин у вивченні предмета, пов'язаних із хворобою;

— організація заповнення та контроль виконання завдань за технологічними картами;

— проведення педагогічного консилиуму з батьками (у присутності учнів) тих учнів, які вчаться на високому рівні та мають хороший потенціал, з метою визначення оптимального режиму дня, методики, прийомів, що дозволили б підвищити якість підготовки до предметів;

— індивідуальні бесіди з учнями, які мають прогалини в знаннях, та їхніми батьками;

б) учителями-предметниками:

— щоденний контроль виконання домашнього завдання;

- інформування класного керівника про порушення навчального процесу (відсутність домашнього завдання, порушення дисципліни, запізнення на урок);

- відвідування батьківських зборів із метою інформування батьків про цілі й завдання на навчальний рік, особливості предмета в профільній школі, методи роботи та способи підготовки, був проведений аналіз поточної успішності за першу, другу чверті та півріччя в цілому (на педагогічних консиліумах);

в) батьками:

- вибрані члени батьківського комітету класу;
- розподілені обов'язки між представниками секцій батьківського комітету;

- щотижневий контроль щоденників, зворотний зв'язок;

- підвищення мотивації до навчання через індивідуальні бесіди;

- індивідуальні консультації з учителями-предметниками.

У другому півріччі планується:

- продовження контролю за якісним виконанням домашніх завдань;

- залучення батьків до спільної роботи з навчання дітей та підвищення якості знань;

- організація «дня відкритих дверей» для батьків через відвідування уроків і факультативних курсів;

- участь батьків у роботі із самовизначення учнів щодо вибору подальшого освітнього маршруту, професії;

- проведення педагогічного консиліуму з батьками учнів, які можуть претендувати на медаль;

- проведення зборів (індивідуальних бесід) із батьками учнів, які мають значні прогалини в знаннях, та учителями-предметниками;

- проведення роботи щодо формування згуртованого колективу через організацію роботи з єднання та співпраці класного керівника, колективу працюючих у класі вчителів та батьків для досягнення поставленої мети.

ДІАГНОСТИКА ВЗАЄМВІДНОСИН У РОДИНАХ УЧНІВ

Анкета «Методи виховання дитини»

Мета: визначити позицію батьків щодо виховання дитини; намітити шляхи корегування виховного процесу в родині.

Респонденти: батьки учнів.

Обладнання: роздруковані бланки анкети, олівці чи ручки.

Інструкція: заповнюючи анкетну таблицю, кожен із батьків ставить відмітку навпроти твердження, яке поділяє.

№ з/п	Думки	Мати	Батько
1	Вважаю, що з дитиною слід говорити, не допускаючи критики рішень батьків.		
	Вважаю, що з дітьми можна говорити про все, вони мають право критикувати батьків.		
2	Вважаю, що самостійність дітей допустима лише у певних межах.		
	Вважаю, що дітям потрібно надавати свободу вибору в усьому, впливаючи на вибір порадами.		
3	Вважаю, що дітям необхідно брати участь у проблемних сімейних розмовах, навіть якщо вони стосуються лише батьків.		
	Вважаю, що неможна повідомляти дітям про суперечки між дорослими.		

Тест «Друзі мої та моєї дитини»

- Мета:** визначити рівень обізнаності батьків про товариське коло їхніх дітей, намітити шляхи корегування родинного виховання.
- Респонденти:** батьки учнів.
- Обладнання:** роздруковані бланки тесту, ручки чи олівці.
- Інструкція:** заповнюючи бланк тесту, респонденти позначають найбільш прийнятний для них варіант відповіді.

1. Я знаю, хто найкращий друг моєї дитини:
 - а) напевне;
 - б) приблизно;
 - в) припускаю.
2. Якщо моя дитина посвариться з другом:
 - а) зроблю вигляд, що нічого не помічаю;
 - б) відразу ж докладно розпитаю, навіть якщо вона не бажає торкатись цієї теми;
 - в) спробую непомітно підштовхнути її до відвертості.
3. Мені хочеться, щоб друзі моєї дитини:
 - а) мали про мене добру думку;
 - б) мене не цікавить, що вони думають про мене;
 - в) мені взагалі не хотілося б ділити дитину з її друзями.
4. Якщо в моєї дитини з'явиться новий друг чи подруга, то:
 - а) я дивитимусь на це негативно: ні до чого мати багато друзів;
 - б) я намагатимусь якомога ближче познайомитись із цією особою і по можливості потоваришувати;
 - в) я залишу це на розсуд самої дитини: вона має право сама вибирати собі друзів.
5. Якщо я дізнаюся, що друг моєї дитини поводитьсь в школи чи на вулиці погано, то я:
 - а) намагатимусь заборонити дружити з такою особою;
 - б) обговорю цю ситуацію з дитиною, надавши їй право самій робити висновок;
 - в) не звертатиму уваги, лише намагатимусь якомога більше часу приділяти дитині.

6. Я вважаю, що гарні друзі:
 - а) найцінніший подарунок на все життя;
 - б) іноді безцеремонно забирають твій час;
 - в) це — велика рідкість у наш час.

7. Нашій дружбі з найкращими друзями вже:
 - а) 10 та більше років;
 - б) 5 та більше років;
 - в) ми не маємо таких давніх друзів.

8. У нашій родині діє правило:
 - а) друзів не обирають;
 - б) не той друг, що лащиться, а той, що печалиться;
 - в) друзі перевіряються радістю твоєї оселі.

9. Коли до моєї дитини приходять друзі:
 - а) я стараюсь поспілкуватися з ними;
 - б) я надаю їм можливість повної свободи спілкування без моєї участі;
 - в) я не люблю, коли вони приходять. Вони поведуться галасливо та безцеремонно.

10. Моя дитина довіряє мені всі думки і почуття, пов'язані з її друзями:
 - а) завжди докладно і просить поради, якщо в цьому є необхідність;
 - б) розповідає лише те, що вважає за потрібне;
 - в) не розповідає нічого.

11. Якщо ми їдемо куди-небудь на відпочинок чи екскурсію, і разом із нами бажають поїхати друзі дитини, то:
 - а) ми з радістю беремо їх;
 - б) ми категорично проти таких поїздок — за одним важко наглядати;
 - в) наша дитина з таким проханням ніколи не звертається до нас.

Обробка отриманих результатів.

Ключ до тесту

Варіанти відповідей	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
а)	5	3	5	1	1	5	5	1	5	5	5
б)	3	1	3	5	3	3	3	3	3	3	1
в)	1	5	1	3	5	1	1	5	1	1	3

40—55 балів. Ви приділяєте багато уваги розвитку у своєї дитини комунікативної культури, на власному прикладі демонструєте вміння бути другом дитині та її друзям.

Побудова ваших відносин із дитиною дозволить їй побороти відчуття самотності, повірити у власні сили, бути авторитетною та успішною серед однолітків.

25—39 балів. Між вами і вашою дитиною існують непогодження з питань важливості дружби для вашої родини. Ви навчаєте свою дитину товаришувати з користю, а це, як відомо, безслідно не проходить.

Ви самі не дуже бажаєте мати друзів, і ці традиції приносите в життя власної дитини. Вам нецікаво знати, яким чином складаються її відносини з однолітками, яким є її статус у компанії. Ви дуже ризикуєте. У міру свого дорослішання дитина може завести таких друзів, які віддалять її від вас на багато років.

24 та менше балів. Ви маєте замислитись над тим, які паростки ви отримуєте через деякий час із посіяних вами зерен неприязні в душі дитини. Ваша виховна система «тріскає по швах» і от-от розвалиться. Використовуючи у своєму педагогічному арсеналі лише заборонні заходи, не можна виховати відповідальну й упевнену в собі людину. Замисліться над цим!

З М І С Т

Передмова	3
Тема 1	Одвічна проблема поколінь	4
Тема 2	Психологічні особливості старших підлітків .	16
Тема 3	Сім'я як чинник соціалізації в юнацькому віці	26
Тема 4	Вибір майбутньої професії	38
	Проектування професійного життєвого шляху	47
Тема 5	Роль сім'ї у формуванні здорового способу життя	60
Тема 6	<i>I варіант.</i> Курити чи не курити?	69
	<i>II варіант.</i> Профілактика зловживання психоактивних речовин.	75
Тема 7	<i>I варіант.</i> Гра в «білу смерть»	79
	<i>II варіант.</i> Правда про наркоманію	93
Тема 8	Самосвідомість і самооцінка підлітка	106
Тема 9	Причини та наслідки раннього сексуального досвіду підлітків	113
Додатки		
	Про батьківські збори	128
	Вікові особливості десятикласника	137
	Як підтримати випускника при складанні ЗНО? ...	139
	Молодіжна субкультура	142
	Як можна допомогти дитині набути навичок належної поведінки?	148
	Відповідальність батьків за розвиток дитини	151
	Взаємодія класного керівника з батьківською громадськістю	152
	Діагностика взаємовідносин у родині учнів	155

Навчальне видання

Серія «Класний керівник»

БАТЬКІВСЬКІ ЗБОРИ 10—11 КЛАСИ

Упорядник

Марина Олександрівна Володарська

Код О14319У. Підписано до друку 25.04.2011. Формат 60×90/16.
Папір друкарський. Гарнітура Шкільна. Друк офсетний. Ум. друк. арк. 4,18.

ТОВ Видавництво «Ранок». Свідоцтво ДК № 3322 від 26.11.2008.
61071 Харків, вул. Кібальчича, 27, к. 135.

Адреса редакції: 61145 Харків, вул. Космічна, 21а.

Тел. (057) 719-48-65, тел./факс (057) 719-58-67.

Для листів: 61045 Харків, а/с 3355. E-mail: office@ranok.com.ua

З питань реалізації звертатися за тел.: у Харкові – (057) 712-91-44, 712-90-87;

Києві – (044) 599-14-53, 417-20-80; Білій Церкві – (04563) 6-90-92;

Вінниці – (0432) 55-61-10; Дніпропетровську – (056) 785-01-74;

Донецьку – (062) 261-73-17; Львові – (032) 244-14-36;

Житомирі – (0412) 41-27-95, 41-83-29; Івано-Франківську – (0342) 72-41-54;

Кривому Розі – (056) 401-27-11; Миколаєві – (0512) 35-40-39;

Одесі – (048) 737-46-54; Рівному – (0362) 26-34-20; Сімферополі – (0652) 54-21-38 ;

Хмельницькому – (0382) 706-316; Тернополі – (0352) 49-58-36 ;

Черкасах – (0472) 51-22-51, 36-72-14; Чернігові – (0462) 62-27-43

E-mail: commerce@ranok.com.ua.

«Книга поштою»: 61045 Харків, а/с 3355. Тел. (057) 717-74-55, (067) 546-53-73.

E-mail: pochta@ranok.com.ua

www.ranok.com.ua

*«Батьківські Збори. 10-11 клас» —
школа родинного виховання.*

Збірник допоможе класному керівникові:

- дослідити взаємовідносини в родинях учнів класу;
- більше дізнатися про особистості учнів та їхніх батьків;
- покращити спілкування між учителем та батьками;
- надати батькам слушні поради з актуальних проблем сучасного виховання;
- за допомогою батьків визначити доцільні методи виховання учнів;
- сприяти зміцненню батьківського колективу.

Рекомендовано педагогічним працівникам
загальноосвітніх шкіл усіх рівнів.

«РАНОК» — виховуємо в дітях найкраще!


ВИДАВНИЦТВО
РАНОК
www.ranok.com.ua

Навчально-методична література видавництва «РАНОК»

УСІ КНИГИ ТУТ!

 **КУПИТИ:** WWW.RANOK.COM.UA

 **ЗАВАНТАЖИТИ:** WWW.E-RANOK.COM.UA

 **ЗАМОВИТИ:** pochta@ranok.com.ua

безкоштовний каталог видань: (057) 717-74-55

ISBN 978-617-540-186-6



9 786175 401866