

## ПРОФІЛАКТИЧНА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА З УЧНЯМИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

Ефективність роботи з неповнолітніми правопорушниками великою мірою залежить від раціонального добору методів, засобів і прийомів впливу на кожного, від організації самого процесу соціально-педагогічної роботи з ними. Співпраця буде ефективною, якщо враховані індивідуально-психологічні особливості неповнолітнього, реалізований індивідуальний підхід до нього.

Це передбачає чітку соціально-педагогічну та психологічну діагностику особливостей неповнолітнього і на основі цього — визначення перспектив розвитку його особистості, постановку мети і завдань роботи з ним. Розрізняють три етапи: діагностичний, корекційний, аналітичний.

Діагностичний етап. Вивчення особистості неповнолітнього за допомогою верbalних і неверbalних методик, а також через бесіду, спостереження, вивчення документації. Постановка мети і завдання психолого-педагогічної роботи.

Корекційний етап. На основі отриманих даних складають психокорекційну програму, що включає індивідуальні консультації, бесіди, тренінги, вправи, рольові ігри.

Аналітичний етап (повторна діагностика). Виявлення результатів соціально-педагогічної та психокорекційної діяльності, розробка рекомендацій до подальшої роботи з неповнолітнім.

Діагностичний етап для соціального педагога (психолога) — це вивчення соціальних, педагогічних та психологічних умов, які стали передумовою формування індивідуальних особливостей та причиною девіантної поведінки підлітка. Такий етап необхідно починати з вивчення особової справи підлітка (разом із юристом). Це дасть змогу з'ясувати, які саме протиправні вчинки було скосено і за яких саме умов. Далі — знайомство та бесіда з педагогами (психологом) навчального закладу, в якому вчиться підліток, для визначення поведінкових, комунікативних особливостей, нахилів, здібностей, інтелектуального (навчального) потенціалу. Бесіда з батьками має бути спрямована на з'ясування педагогічного потенціалу сім'ї, її соціального статусу та виховного впливу на підлітка. Усе це дасть об'єктивнішу інформацію для складання соціально-психологічної карти і можливість визначити, яку саме роботу було проведено у навчальному закладі, які помилки найочевидніші у сімейному вихованні.

Подальша робота полягає у знайомстві соціального педагога (психолога) з неповнолітнім. При цьому слід звернути увагу на зовнішній вигляд підлітка, манеру поведінки, спілкування, тобто на все, що може дати інформацію про нього. На першому етапі важливо завоювати довіру, викликати на відвертість. Цьому сприятиме бесіда, витримана у спокійному і привітному тоні. Небажано ставити прямі запитання, ефективніше подавати їх у завуальованій формі.

Соціальному педагогу (психологу) необхідно розповісти про те, що мета його діяльності — допомогти пізнати самого себе, мотиви своєї поведінки, шукати шляхи її саморегулювання. Це допоможе частково зняти напруження і схвилюваність, що виникають за таких умов. Під час роботи за методиками слід звертати увагу на паузи, обмовки, закреслювання та відмову відповідати на якесь запитання або виконувати якесь завдання. Усе це має прихований сенс і дає додаткову інформацію про неповнолітнього.

Щодо психодіагностичних методик, то можна використовувати такі: „Дім, дерево, Людина” Дж. Бука, тест Люшера, тест „Уявна тварина”, „Незакінчене речення”, методика виміру рівня тривожності Тейлора, методика діагностики показників і форм агресії Басса—Даркі, методика виявлення акцентуацій характеру К. Леонгарда, методика діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки К. Томаса тощо. Завершується діагностичний етап постановкою мети і завдань подальшої соціально-педагогічної роботи з неповнолітнім, написанням висновків та рекомендацій, складанням програми соціально-педагогічного (соціально-психологічного) супроводу: підключення до суспільно корисної (волонтерської) діяльності, залучення до членства в учнівській громадській організації, включення до малих тренінгових груп, організація індивідуальної психокорекційної роботи тощо.

Після отримання повної інформації про підлітка та обробки результатів потрібно розробити психокорекційну програму, спрямовану на подолання проблем, які виявив попередній етап. Отже, дуже часто за результатами досліджень з'ясовується, що для неповнолітніх, які скоїли протиправні вчинки, характерні:

- високий рівень агресивності;
- високий рівень тривожності;
- низька самооцінка.

Тому на першому етапі рекомендуємо застосовувати діагностичні методики, що дозволяють визначити також і рівень цих параметрів.

Агресивність стає однією з причин псування характеру, і часто це проявляється після того, як людина пережила важку (кризову) ситуацію внаслідок непропрацьованого посттравматичного стану. Агресивність має якісну й кількісну характеристику. Кожна особистість певною мірою агресивна, відсутність агресії призводить до пасивності, конформності. Її непомітний розвиток починає визначати всю суть особистості, яка може стати конфліктною, нездатною йти на компроміс. Сама по собі агресивність не робить людину свідомо загрозливою, тому що, з одного боку, зв'язок між агресивністю й агресією не є жорстким, а, з іншого, сам акт агресії може не приймати несхвальних форм. Агресивні прояви можна поділити на два основні типи: перший — мотиваційна агресія як самооцінність, другий — інструментальна як засіб. Практичних психологів (соціальних педагогів) має більше цікавити мотиваційна агресія як прямий прояв реалізації деструктивних тенденцій особистості.

Для зменшення агресивності неповнолітніх пропонуємо провести такі вправи.

### ***Вправа „Інтерв'ю”***

Підліток відповідає на поставлені запитання: твій улюблений колір, твої улюблені фрукти, куди ти любиш ходити під час канікул, у вільний час, чим любиш займатися у вихідні, твій улюблений урок, що тебе найбільше радує, що засмучує, чи є в тебе друг, твоя улюблена пісня тощо.

### ***Вправа „Десять запитань”***

Підліток починає ставити запитання педагогу чи психологу, немов міняючись місцями.

### ***Гра „Що люди відчувають?”***

Педагог (психолог) запитує: „Які переживання, відчуття бувають у людей?”. Підліток відповідає, а педагог чи психолог записує відповіді в таблицю.

### ***Гра „Що це означає?”***

Підлітку дають таблицю, в якій написано назви відчуттів, згаданих у попередній грі (задоволення, невдоволення, злість, утома, здивування, сором, радість-, полегшення, гнів, нетерпимість), і просята пояснити, як він розуміє кожне з почуттів.

### ***Гра „Чортеня”***

Перед учнем кладуть аркуш паперу, поділений на дві частини. Одна має заголовок „Мій янгол-охоронець”, інша — „Чортеня”.

Педагог. Згадай ситуацію, коли ти сердився, втратив контроль над собою, заподіяв зло кому-небудь. Дозволь своїй пам'яті відновити ці події. (Пауза.) Згадай, будь ласка, що ти тоді говорив собі подумки, що тобі говорило твоє чортеня. Адже в кожному з нас сидить таке чортеня, яке вмовляє скоїти щось неприємне. Згадай, як воно тебе підбурювало, що говорило тобі. Ти зміг би написати на папері ці слова? Обговорення.

### ***Гра „Янгол-охоронець”***

Психолог (педагог) пропонує згадати ситуацію, коли підліток зміг себе втримати від протиправних дій, і просить записати фрази, які той говорив собі при цьому. Далі психолог рекомендує завжди аналізувати конкретну ситуацію та прислухатися до порад „янгола-охоронця”.

### ***Вправа „Я у своїй уяві”***

Психолог пропонує уявити ситуацію, що спричиняє агресивну поведінку — гнів, злість.

Педагог. Уяви собі, що... (опис подій). Прислухайся до своїх думок і почуттів, адже це сигнал, щоб ти сказав собі: „Стоп! Мене починає провокувати моє чортеня...”. Уяви, що ти глибоко дихаєш. і твоє напруження спадає. Ти говориш собі: „Думай про те, що зробити, і не думай про те, що ти злий”. (Пауза.) Подумай, зараз твоя проблема в тому, що робити. Дихай глибше, сконцентруйся, час вирішити це питання. Уяви, як ти поведешся в цій ситуації. Скажи, що ти вважаєш за потрібне, можеш навіть похвалити себе.

### ***Вправа на уяву „Я режисер власного життя”***

Психолог (педагог) пропонує підлітку уявити найбільш імовірну ситуацію, що спричиняє агресивну поведінку. Але зараз він уже сам режисер свого життя, і може спроектувати свої думки, поведінку в тумить, коли гнівається. Те, що відбувається, залежить від нього самого.

### ***Вправа на уяву „На березі моря”***

Психолог. Уяви, що ти на березі моря. Хлюпочешся у воді. Досхочу накупавши, виходиш, лягаєш на прогрітий сонцем пісок пляжу. Затуляєшся

руками від яскравого сонця. Розкидаєш у приємних лінощах руки і ноги. Набираєш у руки уявний пісок. Сильно стиснувши пальці в кулаць, утримуєш його. Посипаєш коліна піском, поступово розкриваючи пальці. Безсильно опускаєш руки вздовж тіла: лінъки рухати важкими руками.

Тривога — емоційний стан, який виникає в ситуаціях невизначеності й проявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій. Під особистісною тривожністю розуміють стійку індивідуальну характеристику, схильність суб'єкта до тривоги, наявність у нього тенденції сприймати більшість ситуацій як загрозливі, відповідаючи на кожну з них певною реакцією, яка найчастіше виявляється у конфліктній, ворожо-захисній поведінці. Ситуативній тривожності притаманні суб'єктивні емоції: напруження, неспокій, заклопотаність, нервозність, конфліктність. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію й може бути різним за інтенсивністю та динамікою в часі.

Для організації психокорекції і тривожності в підлітків можна застосувати метод бесід і переконань, тренінгових занять для подолання стресових, конфліктних ситуацій, а отже й тривожності.

### **Прийоми боротьби зі стресом**

1. Намагайтесь дивитися на майбутнє у позитивному ключі. Хоча б ненадовго згадуйте, як ви почувалися, коли було добре. Коли люди уявляють себе в певній ситуації, то виникають і пов'язані з нею почуття.
2. Намагайтесь вчитися прийомів фізичного розслаблення. Коли ваше тіло розслаблене, то й психіка не може бути в напруженому стані.
3. Намагайтесь бути більш реалістичним, коли описуєте собі або близьким ситуацію, в якій опинилися. Уникайте таких емоційно забарвлених слів як „ніколи”, „завжди”, „ненависть”.
4. Живіть сьогоднішнім днем. Установлюйте цілі на сьогодні, не вимагайте надто багато від себе.
5. Не дозволяйте потонути в жалощах до себе, не відмовляйтесь від допомоги. Кохання, дружба і соціальна допомога — могутні інструменти у боротьбі зі стресом (тривогою).
6. Пам'ятайте, що ви не самі. Те, що вивідчуваєте зараз, бувало з багатьма, і вони вижили. Так трапиться і з вами.
7. Знайдіть час для спокійної розмови з близькою людиною.
8. Навчіться заспокоюватися завдяки власним зусиллям: повільно глибоко вдихніть, ніби втягуєте повітря через ноги, видихніть із себе „тривожне” повітря, напруженість, уявіть собі приємний стан, пов'язаний із відпочинком: ніби лежите у ліжку, гладите собаку (кота) або сидите поряд із приємною (коханою) людиною, уявіть якомога більше реальних деталей цієї картини, щоб вона стала ясною й запам'яталася.
9. Коли дуже схвилювані, треба глибше й повільніше дихати і спробувати викликати в пам'яті картину, яку ви склали.

### **Тренінгові вправи**

Педагог (психолог) пропонує взяти олівець і підкresлити, яких помилок у суперечках (конфліктних ситуаціях) найчастіше припускається учень:

- не дає іншій стороні часу, щоб повністю висловити власну думку;
- не обґрутовує своїх висловлювань;

- залишає нез'ясованою одну тему і переходить до іншої;
- обговорює не вчинки партнера, а його особистість;
- застосовує емоційний тиск;
- прагне самоствердитися на фоні іншого;
- не визнає вголос правоту партнера, навіть коли внутрішньо згоден із його аргументами.

Уникнути напруження, сварок, тривоги вам допоможе знання основних принципів правильної конструктивної суперечки:

1. Слухайте співрозмовника, аж доки він сам попросить вас висловитися.

2. Розкривайте всі свої аргументи, щоб краще пояснити позицію співрозмовникові.

3. Користуйтесь тільки позитивними формулами (замість: „Ти мало приділяєш уваги” треба казати: „Мені хотілося б частіше бачити...”).

4. Зберігайте повагу й довіру до партнера, говоріть про свої почуття, а не про його недоліки (наприклад, замість твердження „Ти егоїст” краще сказати: „Тобі не подобається піклуватися про мене?”).

5. Знімайте напруження в розмові жартом, ласкою, усмішкою.

6. Пропонуйте компромісні варіанти, не наполягаючи на них тільки із самолюбства.

7. При загостренні сварки підіть на поступки заради збереження відносин. Відкладіть розмову до сприятливого моменту.

Порадьте підлітку виписати на окремий аркуш ті принципи, які він особливо часто порушує. Перед сном нехай погляне на аркуш і згадає, коли і за яких обставин припустився цих помилок. Запропонуйте уявити, як за таких самих обставин треба було діяти правильно. Виконувати цю вправу варто, поки делікатне і відкрите вираження своїх думок та емоцій не стане для нього звичним.

**Самооцінка.** У більшості випадків у неповнолітніх із девіантною поведінкою занижена самооцінка. Чимало з них мають досвід безнадійності й безпорадності. Деяким підліткам важко побачити сенс існування, усвідомити свою цінність як особистості, відчути себе комусь потрібними. Відсутність чіткої перспективи на майбутнє й відчуття власної непотрібності можуть стати причинами формування протиправної поведінки. Для того, щоб запобігти укорінюванню де-віантності, необхідні особливі заходи. Міні-тренінг, спрямований на корекцію ставлення підлітка до себе, є одним із них.

### **Міні – тренінг**

#### ***Вправа „Асоціацій”***

Психолог (педагог) пропонує учневі відповісти на такі запитання: на яке дерево ти схожий, на яку квітку, на якого літературного героя, на яку погоду, на яку тварину тощо.

#### ***Вправа „Життєве кредо”***

Потрібно представити так зване життєве кредо — якесь висловлювання, девіз, що допомагає в житті, відбиває індивідуальність, ставлення до світу й до себе.

#### ***Вправа „Шлюбне оголошення”***

Завдання цієї вправи — якомога коротше (ніби це шлюбне оголошення) написати про найгарніше у собі. Потрібно зробити це так, щоб отримати якомога більше листів у відповідь.

### ***Вправа „Moї риси”***

Опишіть свої гарні й погані риси, свій ідеал, своє реальне «Я» та яким хотілося б бути, щоб гарно почуватися в житті.

### ***Вправа „Лист до себе”***

Психолог (педагог) пропонує підлітку написати листа найближчій людині, підштовхуючи до думки, що цією людиною є сам учень.

# **НАЙБІЛЬША РОЗКІШ НА СВІТІ**

Корекційно – розвивальне заняття для підлітків

*Мета:* розвиток комунікативних навичок, емпатійних і рефлексивних здібностей учнів; сприяння поліпшенню взаємовідносин у класному колективі.

*Учасники:* старші підлітки.

## *Xід заняття*

На дощі записана тема заняття та епіграф (слова Ліни Костенко).

Психолог запитує учнів, що, на їхню думку, є „найбільшою розкішшю на світі”. Діти пропонують свої версії.

*Психолог.* Життяожної людини від самого її народження проходить серед людей. Ми залежимо від людей, а вони від нас. Важко уявити людину, яка могла б бути повністю самотньою та незалежною від інших.

Можливо ви чули, що в історії є випадки, коли маленькі діти потрапляли у зграю тварин (вовків, мавп). Пам'ятаєте, що з ними було, коли вони поверталися до людей? Вони, зазвичай, не могли стати повноцінними людьми, навчитися говорити, отримати освіту, працювати, навіть поводитися, як люди. Діти поводилися як тварини, серед яких жили.

Відомий французький письменник Антуан де Сент-Екзюпері назвав найбільшою розкішшю на світі людське спілкування. *Людське спілкування* — складний і тонкий процес: кожна людина, якою б розумною вона не була, вчиться цього все життя, здобуваючи власний досвід, часто за рахунок помилок і розчарувань. Якщо людина не вміє спілкуватися із людьми, у неї на кожному кроці виникають проблеми.

Ви знаєте, що я щороку проводжу соціометрію у кожному класі, де завжди є діти-зір-ки, популярні та ізольовані. І статус дитини у класі не залежить від зовнішності, успішності навчання, заможності батьків, а залежить від уміння спілкуватися з іншими.

Звичайно, що у взаєминах часто виникають конфліктні ситуації, труднощі, непорозуміння. Але потрібно вчитися їх розв'язувати, вирішувати, не ображаючи одне одного, не руйнуючи стосунків. Тим паче, у майбутньому кожен із вас буде працювати в трудовому колективі, а там дуже важливо вміти налагоджувати стосунки.

## ***Мозковий штурм 1***

Психолог пропонує дітям об'єднатися у дві групи за допомогою різноманітних карток, на яких написані цифри „1” або „2”. Перша група отримує завдання: „Назвати причини конфліктів у класі, серед однолітків”. Друга група: „Назвати ознаки „конфліктної особистості”. У кожній групі обирається „секретар”, який записує пропозиції, та „спікер”, який буде проголошувати список групи (10 хв).

### **Причини конфліктів**

1. Невміння стримувати емоції, нервозність, невміння володіти собою.
2. Агресивність або тривожність.
3. Пихатість, зарозумілість.
4. Боротьба за лідерство, намагання ствердитися за рахунок інших.
5. Бажання показати себе «крутим», принизити людину, яка, на його думку, нижча за нього.
6. Небажання вислухати іншого.

7. Погана вихованість.
8. Поділ у групі на „крашний — гірший”, „багатий — бідний”.
9. Егоїзм, зневажливе ставлення до інших.
10. Низькі інтелектуальні здібності.
11. Різні погляди.
12. Оцінювання людей.
13. Небажання визнавати свої помилки та чи є правоту.

### Риси конфліктної особистості

1. Бажання бути завжди головним — найрозумнішим, найкращим (псевдолідер).
2. Надмірна принциповість, непохитна впевненість у своїй правоті.
3. Надмірна прямолінійність у висловлюваннях і судженнях, безапеляційне висловлювання всього, що спало на думку.
4. Частина дратівливість, поганий настрій („не зачіпай — уб'є!”).
5. Несправедлива оцінка почуттів і думок інших.
6. Байдужість до почуттів інших.
7. Жорстокість до інших, черствість.
8. Небажання визнавати чужу правоту.
9. Завищена або занижена самооцінка.

Заслуховують варіанти дітей, які обговорюються і доповнюються.

*Психолог.* Приміряйте на себе ці риси — чи ви не поводитеся деколи так? Можливо, вам варто переглянути своє ставлення до інших?

### **Тест „Який ви птах?”**

*Психолог.* Щоб з'ясувати, як ви ставитеся до інших, зробимо невеличкий тест „Який ви птах?”

#### **Тест „Який ви птах?”**

**Інструкція.** Відповідаючи на запитання, виберіть одну з трьох запропонованих відповідей.

1. Вам 12 років, ви зібралися гуляти, а мама раптом говорить: „Уже пізно, нікуди не підеш”. Які ваші дії?
  - а) Дуже попрошу маму, щоб вона мене відпустила, але якщо вона наполягатиме на своєму, то залишуся вдома;
  - б) скажу: „А я нікуди не хочу йти”, — і залишуся вдома;
  - в) скажу: „Не пізно, я піду”, — хоча мама потім буде сваритися.
2. Що ви зазвичай робите у разі розбіжностей?
  - а) Уважно прислухаюся до іншої думки і намагаюся знайти можливість взаємної угоди;
  - б) уникаю марних суперечок і намагаюся домогтися свого іншими шляхами;
  - в) відкрито виражаю свою позицію і намагаюся переконати співрозмовника.

3. Якою людиною себе вважаєте?

- a) Людиною, яка любить подобатися іншим і бути, як усі;
- б) людиною, яка завжди залишається сама собою;
- в) людиною, яка любить підкоряті інших людей своїй волі.

4. Як ви ставитеся до романтичного кохання?

- a) Бути поруч із коханою людиною — найбільше щастя на землі;
- б) це непогано, але поки не лізуть у душу;
- в) це прекрасно, особливо коли кохання дає все, що мені потрібно.

5. Що ви робите, коли засмучені?

- a) Намагаюся знайти когось, хто б мене розрадив;
- б) намагаюся не звертати на це уваги;
- в) починаю сердитися і можу зірватися на інших.

6. Як ви почуватиметеся, якщо вчитель не зовсім справедливо розкритикує вашу роботу?

- a) Мене це зачепить, але я намагатимуся цього не показувати;
- б) мене це обурить, я буду активно захищатися і зможу висловити у відповідь свої претензії;
- в) я засмучуся, однак сприйму те, в чому він має рацію, і буду намагатися ці помилки виправити.

7. Що ви робите, якщо хтось буде кепкувати з вас, звернувши увагу на ваш недолік?

- a) Мовчатиму, як би не мене не дратувало, тримаючи образу в собі;
- б} напевно, розсерджуся і відповім тим самим;
- в) засмучуся і почну виправдовуватися.

8. Як ви найкраще дієте?

- a) Коли я сам по собі;
- б) коли я ~ лідер, керівник групи;
- в) коли я — частина команди.

9. Ваші дії після закінчення складної роботи:

- a) просто переходжу до іншої;
- б) показую всім, що я -вже все зробив;
- в) хочу, щоб мене похвалили.

10. Як ви зазвичай поводитеся на вечірках;

- a) Тихесенько сиджу в кутку;
- б) прагну бути в центрі всіх подій;
- в) розважаю інших.

11. Які ваші дії, якщо касир у магазині не додасть вам здачу?

- a) Звичайно, вимагатиму її;
- б) засмучуся, але промовчу, я не люблю сперечатися з касирами;
- в) не зверну уваги — дрібниці не варті того, щоб звертати на них увагу.

12. Як ви поводитеся, коли сердитеся?  
а) Виражаю свої почуття, позбуваючись їх;  
б) почуваюся незручно;  
в) намагаюся себе заспокоїти.
13. Як ви поводитеся, коли хворієте?  
а) стаю дратівливим;  
б) лягаю в ліжко і чекаю, коли за мною доглядатимуть;  
в) намагаюся не звертати на це уваги і сподіваюся, що те саме робитимуть  
і всі інші.
14. Як ви поводитеся, якщо вас обурює інша людина?  
а) висловлюю їй свої почуття відкрито;  
б) даю вихід своїм емоціям в іншій ситуації або в розмові;  
в) даю їй знати про це, наприклад, через інших людей.
15. Ваш девіз?  
а) Переможець завжди має рацію;  
б) увесь світ любить того, хто сам любить;  
в) тихше їдеш — далі будеш.

Психолог роздає характеристики типів спілкування, бланки тесту, пояснює алгоритм роботи над ним та обробки результатів.

#### Обробка результатів

За допомогою тесту ви можете співвіднести себе з трьома досить різними та яскравими особистісними портретами, названими умовно „Голуб”, „Яструб” і „Страус”. Для цього об'єднайте 15 відповідей у три п'ятірки: 1—5, 6—10, 11—15. Щоб довідатися, наскільки ви „Голуб”, порахуйте, скільки у вас відповідей (1 бал — відповідь „так”. Максимум — 15 балів, мінімум — 0):

- „а” — у першій п'ятірці;
- „в” — у другій п'ятірці;
- „б” — у третьій п'ятірці.

На „Страусові” риси вкаже сума:

- „б” — у першій п'ятірці;
- „а” — у другій п'ятірці;
- „в” — у третьій п'ятірці.

Відповіді „Яструба”:

- „в” — у першій п'ятірці;
- „б” — у другій п'ятірці;
- „а” — у третьій п'ятірці.

Що більше ви набрали балів, то ближчий вам цей птах. Якщо ж балів приблизно порівну, то у вас усього потроху, й у різних ситуаціях ви виявляєте себе по-різному. Тоді можна поміркувати: що ви взяли від „Голуба” — м'якість чи нерішучість? Від „Страуса” — емоційну стабільність чи замкнутість? Від „Яструба” — рішучість чи агресивність?

#### **Голуб**

Це любляча, м'яка і чуттєва людина. Голуби потребують любові, від неї залежить їхнє щастя та безпека, заради неї вони готові на самопожертву. Голуби

багато в чому слабкі. Вони готові зробити все для інших, найчастіше те, що самі хочуть отримати від них. Прямо сказати про свої потреби або боятися, або не видать.

Голуби живуть мрією — знайти людину, яка вгадувала б їхні бажання і добре розуміла їх. Якщо така не зустрінеться, то розчаровуються. Вони надають мріям і переживанням занадто багато часу, замість того, щоб зайнятися чимось серйозним.

Голуб найчастіше виконує другорядні ролі. Це не тому, що Голуби в чомусь неповноцінні, просто вони краще почуваються біля трону, ніж на ньому. Побоюються брати на себе ініціативу й відповідальність, бо почуваються у ролі лідера дуже невпевнено. Голуби залежні від думок інших та віддані предметові обожнювання. Вони страждають через дрібниці, занадто добре й поступливі, тому що нерішучі. Миролюбні Голуби своєю присутністю приборкують темпераментних і агресивних людей. Власну злість спрямовують на себе, часто втрачаючи через це здоров'я.

### ***Страус***

Страус — людина холодна, розважлива, обережна, воліє триматися від усього на віастані їй потрібен простір. Якщо хтось підходить до Страуса занадто близько, він або відштовхує його, або (що найчастіше) біжить від нього сам. Страусові достатньо себе, і він хоче тільки спокою. Щоб уникнути небажаних контактів і розчарування, намагається сковати у госпак не лише свою голову, а й серце і талант.

Страуси уникають зв'язків та обов'язків. Ті, хто одружується з ними, знають, що таке подружнє життя може бути досить важким. Страуси воліють страждати мовчки та наодинці. Але страждання їх не надто болючі, оскільки вони вміють захиститися від них. Навіть якщо Страусу відмовили, він витримає це спокійно. Вони не чекають від життя і людей чогось неймовірного, тому не дуже розчаровуються. Оскільки Страуси ніколи особливо ні до чого не прагнуть, ніхто не може сказати, що вони зазнали фіаско.

Їхня відчуженість додає їм цілісності й самодостатності, чого не вистачає як Голубові, який прагне сподобатися і підяштовується під інших, так і Яструбові, котрий хоче досягти успіху і завжди перебуває в русі. Але ця цілісність (протилежна сторона — замкненість) віддаляє Страуса від кращого в інших людях і в ньому самому, від вируючого потоку життя.

### ***Яструб***

Людина марнославна, рішуча і хоробра. Яструбові потрібна влада. Ідуши до своєї мети, у Яструбів безліч супротивників, однак багато чого досягають. Ворожість, агресивність і певна одержимість робить їх дуже нелегкими супутниками в житті. Ми частіше захоплюємося ними, ніж любимо.

Яструби вимагають негайного підпорядкування, безвідмовної відданості й замиливання. Аче, з іншого боку, вони працюють більше, ніж будь-хто, і, зазвичай, заслуговують на таке ставлення до себе.

Вони прагнуть досконалості, безкомпромісні, вимагають «усе або нічого». Г хоча легко критикують себе та інших, на чиось критику реагують погано. Будь-яке припущення, що вони можуть помилитися, не лише викликає в них лють, а й може спричинити глибоку депресію, тому що насправді вони не такі жорстокі, як це здається на перший погляд.

Для Яструбів світ — поле битви, а вони оточені ворогами. Але не варто турбуватися: Яструби озброєні розумом і проникливістю, природжені стратега, І в них багато енергії. Єдина битва, яку вони програють, — це битва із самим собою.

**Психолог.** Коли ж спілкування можна вважати успішним? Головне — знати правила спілкування, застосовувати на практиці і пам'ятати, що перед тобою — жива людина, зі своїми почуттями, переживаннями, на які слід зважати. Пам'ятайте слова Конфуція: „Чини з іншими так, як ти хочеш, щоби вони чинили з тобою”.

### ***Притча про хлопця із жахливим характером***

Психолог читає притчу

*Жив собі хлопець із жахливим характером. Якось батько дав йому ящик із цвяхами і сказав по одному забивати у паркан щоразу, коли син втратить терпіння і посвариться з кимось. Першого дня хлопець забив 37 цвяхів.*

*Згодом він навчився володіти собою, і кількість забитих цвяхів щодня зменшувалася. Хлопець зрозумів, що легше навчитися володіти своїми емоціями, ніж забивати цвяхи.*

*Нарешті настав день, коли він не забив жодного цвяха. Син підійшов до батька і сказав, що в цей день не забив жодного цвяха. Тоді батько наказав синові витягати з паркану по одному цвяху в той день, коли він не втратить самоконтролю і ні з ким не посвариться. Минали дні, і згодом син зміг сказати батькові, що в паркані не залишилося жодного цвяха.*

*Батько підвів сина до огорожі і сказав: „Ти добре зробив, синку, але подивися, скільки дірок залишилося... Огорожа вже ніколи не буде такою, як колись...”.*

### ***Обговорення***

**Психолог.** Коли ви з кимось сваритеся й кажете йому щось неприємне, ви залишаєте в його душі такі рани, як ці дірки. І рани залишаються, незважаючи на те, скільки разів потім ви попросите вибачення. Словесні рани заподіюють такий біль, як і фізичні. Намагайтесь якнайменше залишати „рані” на своєму шляху.

### ***Мозковий штурм 2***

Психолог пропонує дітям об'єднатися у дві групи за допомогою карток двох кольорів. У кожній групі обирають „секретаря”, який записує пропозиції, та „спікера”, який презентуватиме напрацювання групи.

Перша група думає над питанням: „Правила безконфліктного спілкування”. Друга група: „Як правильно сваритися, щоб не зруйнувати повністю стосунки” (10 хв).

### ***Обговорення***

**Психолог.** Звичайно, ми всі різні, у кожного свій характер, свої інтереси і бажання. Але всі ми можемо жити мирно, поважати себе та інших. Психолог звертає увагу учнів на записані на дощці слова Ліни Костенко.

### ***Кілька практичних порад: якщо ви захочете, щоби вас уникали***

1. На вашому обличчі має добре читатися зневажливе ставлення до співрозмовника.

2. Частіше перебивайте. Перебивайте, доки співбесідник не замовкне. Ви отримаєте подвійну перевагу: дасте йому час відпочити і матимете можливість розповісти щось справді цікаве. Почніть розповідати про себе.

3. Краще, якщо розповідь буде присвячена вашим досягненням.

4. Не забувайте говорити про присутніх у третій особі. Наприклад: „А ось він сказав...”. При цьому непогано показувати пальцем на цю людину.

5. У розмові використовуйте якомога більше нецензурних слів. Якщо комусь із присутніх від них стане погано, одразу поясніть гордо і спокійно: „Я людина проста”, — і продовжуйте далі.

6. Підходьте до співбесідника якомога ближче і дихайте просто в обличчя. Тоді він зрозуміє, що ви його любите і скоро почнете цілувати. Зрозуміло, що він буде в захваті від цього.

7. І нарешті, останнє. Пам'ятайте, що люди дуже люблять критику і поради, а їх так не вистачає! Скористайтесь цим „дефіцитом”. Люди до вас будуть летіти, як „бджоли на мед”.

**Сподіваюся**, ви зрозуміли, що у спілкуванні так чинити не можна. Давайте не забивати цвяхи ворожості, жорстокості й нерозуміння в душі людей. Будьмо толерантними, а отже намагаймося зрозуміти одне одного! Можливо, світ стане добрішим, милосерднішим і з'явиться більше щасливих людей.