

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П.ДРАГОМАНОВА

На правах рукопису

БІЛОУСОВА НАТАЛІЯ МИКОЛАЇВНА

УДК 373.3.015.31:17.022.1:159.942(043.3)

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ
У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

19. 00. 07 – педагогічна та вікова психологія

ДИСЕРТАЦІЯ

на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Науковий керівник:
Рось Людмила Миколаївна,
кандидат психологічних наук, доцент

З М І С Т

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ ЗРОСТАЮЧОЇ ОСОБИСТОСТІ	11
1.1. Сутність та особливості розвитку почуття власної гідності особистості за різними науковими джерелами	11
1.2. Психологічні особливості розвитку моральної самосвідомості та моральних почуттів у молодших школярів	34
1.3. Аналіз психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці	42
Висновки до першого розділу	56
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	60

2.1. Організація дослідження та психодіагностика розвитку почуття власної гідності у молодших школярів	60
2.2. Особливості розвитку почуття власної гідності в учнів молодшого шкільного віку.....	76
2.3. Специфіка впливу психологічних чинників на розвиток почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.....	102
Висновки до другого розділу	122
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ	125
3.1. Обґрунтування та зміст розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів	125
3.2. Динаміка розвитку почуття власної гідності у молодших школярів експериментальної та контрольної груп	140
3.3. Методичні рекомендації практичним психологам з оптимізації розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.....	159
Висновки до третього розділу.....	171
ВИСНОВКИ	175
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	179
ДОДАТКИ	201

Актуальність дослідження. Соціально-політичні зміни та економічні кризи, що відбуваються в українському суспільстві, впливають на моральний розвиток молодого покоління. Зниження показників моральності, підсилення егоїстичних тенденцій в особистісному розвитку молодих людей, певна деформація їх моральних цінностей призводить до викривлення у них уявлень про такі цінності як добро, милосердя, справедливість, честь, гідність, тощо. Такі несприятливі умови морального розвитку молоді ставлять перед освітою завдання розробки нових технологій з підвищення морального потенціалу зростаючої особистості, що буде спроможною усвідомлювати неповторність і самоцінність кожної людини, нести відповідальність за наслідки своїх вчинків, поводитися гідно у найскладніших життєвих ситуаціях. У зв'язку з цим наукою приділяється увага проблемі становлення морально свідомої особистості з метою формування у неї ціннісного ставлення до оточуючих та до себе, здатної будувати взаємостосунки на основі поваги до гідності кожної людини.

У психології питання розвитку моральності вивчалось на рівні особистості як такої і побіжно з цим вчені торкалися аспектів становлення у неї почуття власної гідності. В зарубіжній психології А. Маслоу розглядав почуття власної гідності в контексті задоволення потреб в приналежності й любові та самоповазі, Г. Оллпорт – як складову зрілої особистості, А. Бандура, М. Вагнер – як компонент самооцінки людини, К. Роджерс – як змістове наповнення поняття «прийняття себе». Смилова сутність почуття власної гідності особистості визначалась Дж. Хеті як самоставлення, М. Якобі – як самоцінність, Д. Капрарою та Д. Сервоном – як відчуття, пов'язане із сферою «Я», Д. Макдауелом – як шанобливе ставлення до себе, конструкт цілісного духовного світу.

У працях російських психологів також рядоположно з іншими моральними явищами визначалось змістове навантаження почуття власної гідності особистості як ціннісне ставлення до себе та до інших (С.Л. Рубінштейн), ставлення людини до себе як до моральної особистості (І.С. Кон), моральний регулятор поведінки (В.В. Столін), шляхетність, вірність обов'язку, віра в себе, ціннісне ставлення до інших (В.І. Гарбузов). Т.В. Коротковських, досліджуючи формування почуття власної гідності у старших дошкільників, виділила його структурні компоненти (інтелектуальний, емоційний, поведінковий) та критерії розвитку (позитивне ставлення до себе, стійке уявлення про себе, наявність моральних уявлень, рефлексія, емпатія, адекватність оцінок і самооцінок, самостійність в судженнях та вчинках).

Вітчизняні науковці в своїх дослідженнях приділяють увагу різним психологічним аспектам почуття власної гідності особистості. Так, І.Д. Бех розглядає цей феномен як особливе моральне емоційно-ціннісне ставлення людини до себе. Вчений виділив змістову основу почуття гідності, що базується на особистісній рефлексії, та такі складові зазначеного почуття: самопізнання, самосхвалення й самооцінка, які у нерозривній єдності та взаємозв'язку актуалізують належний рівень самоповаги людини. І.С. Булах викристалізовує континуум цього поняття, що включає любов до іншого та до себе, особистісну свободу й відповідальність. В.В. Рибалкою виокремлено такі соціально-психологічні та індивідуально-психологічні риси людини з почуттям власної гідності як потреба в самоповазі, вимогливість до себе, правдивість перед собою, самовпевненість, совість

, самоконтроль, почуття обов'язку, самолюбство тощо.

Особливого значення проблема розвитку моральних почуттів взагалі, і почуття власної гідності зокрема, набуває в молодшому шкільному віці, який вважається сенситивним для формування морально-духовної культури особистості (Л.І.

Божович, Л.С. Виготський, Е. Еріксон, М.Г. Іванчук, Р.В. Павелків та ін.). Молодший школяр розмірковує про себе, розуміє, що відрізняється від інших і переживає свою індивідуальність, здійснює самооцінку, навчається бачити себе очима іншої людини, розглядати власну поведінку з позиції соціальних норм як гідну чи негідну (І.Д. Бех), підпорядковувати свої безпосередні бажання соціальним вимогам, у нього формується внутрішній план дій (Л.М. Співак).

Отже, соціальна й психолого-педагогічна значущість означеної проблеми та її недостатнє наукове вивчення в сучасній вітчизняній психології обумовили вибір теми нашого дисертаційного дослідження: **«Психологічні чинники розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці»**.

Зв'язок роботи з науковими програмами та планами. Дисертаційне дослідження є складовою частиною науково-дослідної роботи кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П. Драгоманова. Тему дисертації затверджено Вченою радою НПУ імені М.П. Драгоманова (протокол № 9 від 28. 04. 2009 р.) та узгоджено Міжвідомчою радою з координації наукових досліджень з педагогічних та психологічних наук НАПН України (протокол № 3 від 27. 04. 2010 р.).

Об'єктом дослідження є розвиток моральних почуттів у молодшому шкільному віці.

Предметом дослідження є психологічні чинники розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Мета дослідження полягає у теоретичному та експериментальному визначенні особливостей і психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, розробці й впровадженні розвивальної програми, спрямованої на підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

Для досягнення мети визначено такі **завдання**:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми розвитку почуття власної гідності особистості, визначити його сутність та особливості розвитку у молодших школярів, обґрунтувати основні конструктивні й психологічні чинники становлення зазначеного морального почуття у молодшому шкільному віці.

2. Підібрати та апробувати методи психодіагностики особливостей та психологічних чинників розвитку почуття власної гідності, визначити критерії та показники сформованості цього морального утворення у молодших школярів.

3. Експериментально дослідити особливості розвитку почуття власної гідності та виявити специфіку впливу психологічних чинників на розвиток зазначеного морального почуття у молодших школярів.

4. Розробити й апробувати розвивальну програму підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз, класифікація, систематизація та узагальнення наукової філософської, педагогічної та психологічної літератури з проблеми дослідження; *емпіричні:* спостереження, індивідуальні та групові бесіди, анкетування, психодіагностичне тестування, проєктивний метод, метод експертних оцінок; констатувальний, формувальний та контрольний експерименти; методи статистичної обробки даних; систематизація та узагальнення якісних і кількісних результатів дослідження. Обробка експериментально отриманих даних здійснювалася за допомогою 13 версії комп'ютерної програми Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for Windows з використанням критерію рангової кореляції Спірмена, Т-критерію Вілкоксона та факторного аналізу.

База дослідження. Психодіагностичне дослідження проводилося впродовж 2008-2011 рр. на базі загальноосвітніх шкіл I-III ступенів № 2 та № 12 м. Чернігова та Іванівської й Количівської загальноосвітніх шкіл I-III ступенів Чернігівської області. До дослідження було залучено 134 учні молодшого шкільного віку.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження:

- *вперше* визначено сутність поняття «почуття власної гідності молодшого школяра»; вивчено особливості розвитку, конструкти та психологічні чинники розвитку почуття власної гідності у молодших школярів; обґрунтовано критерії (визнання власних чеснот, позитивне самоставлення та гідна поведінка), показники та рівні розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці; виявлено особливості розвитку почуття власної гідності у молодших школярів; створено діагностичний інструментарій вивчення особливостей розвитку почуття власної гідності в молодшому шкільному віці та психологічних чинників його розвитку; обґрунтовано та впроваджено модель психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів; розроблено розвивальну програму підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці;

– *уточнено* психологічну сутність почуття власної гідності особистості;

– *розширено та поглиблено* уявлення про психологічні особливості розвитку моральної самосвідомості та моральних почуттів у молодших школярів;

– *набула подальшого розвитку* система знань про моральний розвиток особистості, емоційно-ціннісне ставлення людини до себе як до моральної особистості та його ролі в побудові взаємовідносин на основі поваги до гідності кожної людини.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що розроблений психодіагностичний інструментарій дослідження особливостей та психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці, авторська розвивальна програма підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, методичні рекомендації щодо оптимізації розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці можуть бути використані практичними психологами в роботі з батьками, вчителями та дітьми зазначеного віку. Матеріали дисертації можуть бути включені до таких навчальних курсів підготовки майбутніх психологів та вчителів у ВНЗ як: «Вікова та педагогічна психологія», «Психокорекція», «Психологія розвитку» тощо.

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні теоретичні та практичні положення дисертаційного дослідження доповідалися й отримали схвалення на *Міжнародних науково-практичних конференціях*: «Соціалізація особистості в умовах системних змін: теоретичні та прикладні проблеми» (Київ, 2007), «Проблеми духовності в психології розвитку особистості» (Ніжин, 2008), «Методології та технології практичної психології в системі вищої освіти» (Київ, 2009), «Становлення цінностей в психологічному вимірі соціального буття особистості. Соціальна мужність як цінність» (Львів, 2010), Міжнародній науково-практичній інтернет-конференції «Актуальні проблеми теоретичної та консультативної психології» (Київ, 2012); *Всеукраїнських науково-практичних конференціях*: «Формування професійної компетентності вчителя початкової школи в контексті моніторингу якості освіти» (Переяслав-Хмельницький, 2006), «Соціально-психологічні особливості сучасної молоді» (Чернігів, 2009), Всеукраїнських наукових конференціях: «Перші сіверянські соціально-психологічні читання» (Чернігів, 2010) та «Другі сіверянські соціально-психологічні читання» (Чернігів, 2011); Другому Всеукраїнському психологічному конгресі (Київ, 2010); Міжнародному науково-практичному семінарі «Світ дитинства і плінна сучасність» (Чернігів, 2009), науково-практичному семінарі «Методичні та теоретичні засади практичної психології» (Черкаси, 2005); звітних науково-практичних конференціях НПУ імені М.П.Драгоманова та засіданнях кафедри теоретичної та консультативної психології Інституту соціології, психології та соціальних комунікацій НПУ імені М.П.Драгоманова (Київ, 2008-2011 рр.).

Результати дисертаційного дослідження *впроваджено* у навчально-виховний процес середньої загальноосвітньої школи № 2 м. Чернігова (довідка № 47 від 18.05.2012 р.), школи № 12 м. Чернігова (довідка № 98 від 21.05.2012 р.), загальноосвітніх шкіл с. Іванівка Чернігівської обл. (довідка № 5 від 12.05.2012 р.) та с. Количівка Чернігівської обл. (довідка № 6 від 11.05.2012 р.); у роботу дитячого позаміського закладу оздоровлення та відпочинку «Кристал» м. Алушти (довідка № 10/4-195 від 08.07.2011 р.); ЧНПУ імені Т.Г.Шевченка (довідка № 135 від 22.05.2012 р.), ЧОШПО імені К.Д.Ушинського (довідка № 01-12/452 від 22.05.2012 р.); у формі психологічних консультацій та групових занять для батьків та дітей на базі громадської організації «Центр гармонійного розвитку людини «Перлина»» м. Чернігова (довідка № 4 від 15.05.2012 р.).

Публікації. Результати дослідження висвітлено у 15 одноосібних публікаціях автора, серед яких 9 статей у фахових наукових виданнях, матеріалах конференцій та у 1 навчально-методичному посібнику «Розвиток почуття власної гідності у молодших школярів» (у співавторстві).

Структура дисертації зумовлена логікою дослідження і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, 11 додатків, списку використаних джерел, який налічує 291 найменування (з них 6 іноземною мовою). Основний зміст дисертації викладено на 178 сторінках комп'ютерного набору. В тексті містяться 42 таблиці та 12 рисунків на 20 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 293 сторінки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ ЗРОСТАЮЧОЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Сутність та особливості розвитку почуття власної гідності особистості за різними науковими джерелами

Головним завданням українського суспільства на даному етапі історичного розвитку є відновлення людської гідності, віри в загальнолюдські ідеали, в саму можливість їх реалізації, наповнення цього морального почуття таким реальним змістом, який перетворить його не лише в регулятор поведінки, а й у джерело соціальної активності особистості. Особистість яка має розвинене почуття власної гідності, здатна брати відповідальність на себе, адекватно оцінювати ситуацію, приймати правильне рішення, діяти у відповідності із повагою до себе та до інших, бути гідним громадянином своєї держави.

Досліджуючи почуття власної гідності, як феномен моральної самосвідомості особистості, ми з'ясували сутність та особливості розвитку даного морального почуття за різними науковими джерелами; розкрили психологічні особливості розвитку моральної самосвідомості та моральних почуттів у дітей молодшого шкільного віку; обґрунтували основні конструкти та психологічні чинники розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. Вирішення цих завдань покладено в основу першого розділу нашого дослідження.

У тлумачних та енциклопедичних словниках поняття «гідність» розкривається через наступні характеристики: позитивна якість; моральна цінність людини, повага до себе, усвідомлення своїх прав; сукупність рис, що характеризують позитивні моральні якості; усвідомлення людиною своєї громадської ваги, громадського обов'язку; вартість, цінність (цінність грошового знаку); титул, сан (застар.) [171; 209; 238].

У словниках з етики відмічається регуляторний аспект власної гідності особистості й наголошується, що усвідомлення людиною власної гідності є формою самосвідомості й самоконтролю особистості. Ствердження та підтримка своєї гідності передбачає здійснення нею відповідних моральних вчинків. В цьому сенсі розуміння власної гідності є одним із способів усвідомлення людиною своєї відповідальності перед собою як особистістю. З іншого боку, гідність особистості вимагає й від інших людей поваги до неї. Гідність визначає безумовну самоцінність кожного й становить невід'ємну складову природних прав людини; це моральна чеснота, яка істотно впливає на життєві успіхи й позитивну самореалізацію особистості [211; 225; 226].

У філософському словнику «гідність» розглядається як поняття моральної свідомості, яке виражає уявлення про цінність людини; категорія етики, що відображає моральне ставлення індивіда до самого себе та суспільства до особистості; як одна з основних позитивних ознак людини як особистості. Гідність реалізується через такі чесноти, як благородство, скромність, відповідальність, критичність, вимогливість до себе та інших тощо. Умовою формування й утвердження гідності є потреба в повазі інших людей. Гідність реально стверджується та усвідомлюється людиною індивідуально, в залежності від її соціального та морального розвитку [248, 252].

У педагогічній енциклопедії «почуття власної гідності» розглядається з позиції його формування у дітей за наявності шанобливого ставлення до них з боку дорослих. Підкреслюється тісний зв'язок гідності й творчої самореалізації людини, як в напрямку загального особистісного розвитку (характеристика людини з погляду її відповідності власному призначенню), так і в контексті здатності до вільного, творчого зростання [206].

У психологічній довідковій літературі «гідність» розглядається як етичне й психологічне поняття, в якому фіксуються уявлення про цінність людини як особистості. Гідність як категорія соціальної психології означає ставлення людини до самої себе (на ґрунті адекватної самооцінки) й ставлення до неї інших людей; вона є формою вияву самосвідомості й самоконтролю, на яких базується вимогливість людини до самої себе [195]. «Гідність» трактується як ціннісне ставлення особистості до самої себе та інших людей [87].

Розкриття поняття «гідності» розпочато в античній філософській думці давньогрецькими вченими, які людську гідність розглядали як категорію. Так, Демокріт зводив гідність до внутрішньої мотивації й саморегуляції людини. Він рекомендував не казати й не робити нічого поганого, навіть якщо людина залишається наодинці сама із собою та вчитися більше соромитися самого себе, ніж інших [156]. Виходячи із своєї ідеалістичної системи вічних ідей, Сократ розглядав мораль та гідність як природжені поняття, що вкорінені за межами пізнання, почуттів, у потойбічному світі ідей [83]. Платон у своїх діалогах про мораль вважав гідність засобом збереження влади та підкреслював, що тільки «обраний» знає справжнє благо, володіє гідністю та має цінність для інших [185]. Арістотель відмічав, що гідність людини тим вища, чим більше багатства та вміння обрати вірний шлях серед обставин [10].

Категорії честі та гідності активно досліджувалися представниками римського стоїцизму – Л. Сенекою, М. Аврелієм, Епіктетом. Вони стверджували, що честь і гідність – це вищі людські цінності, без яких життя не має сенсу [245; 217]. Один з головних постулатів їх школи, що ріднить погляди стоїків з сучасною екзистенціальною парадигмою, звертає нашу увагу на те, що людина не може бути абсолютно вільною, оскільки вона живе за законами того світу, в який потрапляє, проте, вона може усвідомити й прийняти природний хід життя та з гідністю грати ту роль, яка їй накреслена. Людині необхідно зберегти свою сутність, свою гідність в будь-яких найскладніших обставинах [283].

Представник середньовічної схоластики Фома Аквінський стверджував, що така інтелектуальна чеснота, як розсудливість, має пряме відношення до дієвого здійснення моральної мети – не просто правильно мислити, але й жити гідно. Вона бере участь в ситуації вибору засобів для гідної поведінки, що вимагає розумної оцінки обставин [107].

Більш глибоке теоретичне обґрунтування поняття «гідності» починається з епохи Відродження, коли гідність людини визнавалася як її сутнісна здатність до самоствердження, самовираження, самоактуалізації й самодостатності. Гуманісти XIV-XVI ст. Л. Валла, Д. Манетті, Піко делла Мірандола, Ф. Петрарка проголошували принцип високого покликання людини. Людина сама є творцем своєї власної форми; від її волі й бажання залежить, чи буде вона вищою істотою або

ж виродиться в нижчу істоту; вона не спирається ні на Бога, ні на своє походження, а виключно на саму себе, на свою гідність, незалежно від її соціального статусу й станової приналежності [97; 107; 184; 256].

Ідеї філософів Нового часу були орієнтовані на тісний зв'язок з проблемами методології наукового пізнання, в якому вони вбачали головний зміст морального й соціального оновлення людства, утвердження людської гідності, свободи й щастя [251]. Так, Т. Гоббс ставив гідність людини в залежність від її особистих здібностей й чеснот, якій й створюють її могутність [73].

Представник просвітництва Ж.-Ж. Руссо пов'язував почуття власної гідності зі свободою вибору. За його позицією, відмовитися від своєї свободи – це означає відмовитися від своєї людської гідності, від прав людини, від її обов'язків, що є несумісним з людською природою [210]; людину звеличує моральна гідність, яка походить не від розуму, а від серця [251].

Філософ-просвітитель К.А. Гельвецій зазначав, що особистість повинна відстоювати свою гідність навіть всупереч тиску оточення [107].

До найбільш відомих етичних вчень, створених філософами-ідеалістами, належать вчення німецьких філософів XVIII—XIX ст. І. Канта та Г. Гегеля. І. Кант значну увагу приділив проблемі людської гідності з позиції абсолютної свободи й особистої моральної відповідальності кожної людини. Формулюючи положення категоричного імперативу, він стверджував самоцінність людської особистості й безумовність гідності людини [112]. Г. Гегель наукове розуміння поняття гідності ставив вище за релігійне. На місце кантівського абстрактного морального суб'єкта він ставив особистість, що на практиці реалізує об'єктивні цілі. У вченні Гегеля про мораль є думка про те, що порушення етичних принципів та норм руйнує людину не тільки морально, але й як особистість з певними ціннісними орієнтирами та гідністю [71]. Інший класик німецької філософії Й. Фіхте вбачав гідність людини в самому факті її існування, як носія Духу [250]. Ф. Шіллер акцентував на стримуючій афективній складовій Духу: влада моральної сили над потягами складає свободу духу й виявляється в гідності [249].

Представники неокласичної філософії кінця XIX – початку XX ст. А.

Шопенгауер, а далі С. К'еркегор, Ф. Ніцше продовжили вивчення природи людини та її гідності через проблему волі. Свобода волі як основа гідності розглядалася не лише як утримання від афектної влади інстинктивної сфери, але й як свобода в межах раціонального вибору, свобода думок, зокрема, в сфері моральності [261].

Автор «теорії справедливості» Дж. Роулс розглядав почуття власної гідності як «первинну цінність» людини, яке складається із відчуття людиною своєї власної значущості, впевненості у власних здібностях та готовності виступити суб'єктом побудови свого щастя [204, с. 385].

На основі аналізу вище зазначених досліджень можна виділити наступні критерії гідності людини: її моральність, свобода формування думок, особистісна відповідальність за конкретний моральний вибір і своє життя в цілому, самовдосконалення й вольове керування собою.

У вітчизняній дореволюційній філософській думці приділялась мінімальна увага дослідженню проблеми гідності людини. Деякі її аспекти піднімалися в працях В.С. Соловйова, який не мислив реалізації власної гідності людини без необхідної

духовної допомоги й наполягав на тому, що центральним призначенням людини є злиття з Богом [232].

Сучасна філософська думка (О.Ф. Шишкін, О.Г. Дробницький, Г.Д. Бандзеладзе, С.А. Серебренікова, О.В. Золотухіна-Аболіна, А.А. Гусейнов, Р.Г. Апресян, В.В.Кузнєцов, В.О. Кондрашов, О.А.Чичина, В.Ю. Барков, В.А. Малахов, П.А. Кравченко, В.П. Савельєв, М.Ф. Юрій, В.О. Лозовий, С.А. Шаракшане, О.Є. Подолько та ін.) виходить з того, що постановка питання про моральні цінності торкається проблеми сутності людини, а сутнісне буття людини є можливим тільки як буття гідне [273; 84; 17; 221; 103; 78; 139; 125; 18; 152; 133; 212; 278; 93; 268;187].

Філософи та етики розглядають почуття власної гідності як переживання людиною власної цінності й ствердження її, можливо, всупереч обставинам [278]; як форму моральної самосвідомості особистості [152]; як джерело її моральної активності [220]; як особистісне ціннісне судження, яке відображає узгодженість реального та ідеального «Я» людини [212]. В основі почуття власної гідності вбачається потреба особистості в реалізації свого прагнення до морального самовираження [78].

Гідність, з філософської точки зору, – це об'єктивна, суспільно-моральна цінність особистості, потреба й власна оцінка людиною своєї моральної цінності; це потреба позитивної самооцінки своїх вчинків, самоповага, осмислена гордість за себе. Почуття гідності успішно розвивається й функціонує на основі усвідомленого ставлення до себе як до суб'єкта моральної діяльності, розуміння своїх обов'язків та прав людини й громадянина. Воно укріплюється, якщо індивід усвідомлює й переживає те, що вільно й повно може виявити свої здібності та можливості, реалізувати свою активність і творчість. Тому почуття власної гідності виступає у вигляді синтетичної самооцінки моральних якостей у їх системній єдності [93]. За будь-яких обставин людина може зберегти свою гідність – внутрішню самостійність, власну точку зору, оцінки, судження [278] та захистити її, тобто зуміти відповісти словом та дією іншому, вказавши йому на кордони за якими знаходиться священна територія, на яку не можна зазіхати [139]. Люди з високим рівнем почуття власної гідності значно більше задоволені своїм життям, більш самостійні й менше підпадають під чужий вплив, часто стають лідерами в своїх колективах, добрі, чесні, справедливі, поведуться достойно – не принижують себе й інших, чинять гуманно й справедливо, навіть, якщо ніхто цього не бачить, відчувають глибоку відповідальність перед власною особистістю [212; 278].

Таким чином, вивчення змісту понять «гідність» і «почуття власної гідності» як філософсько-етичних категорій дозволяє нам зробити наступні висновки:

1. Людська гідність – безумовна цінність людини завдяки її людській природі й суті. Гідність – це один із найскладніших особистісних елементів моральної свідомості, внутрішнього світу людини, що розкриває себе в усіх сферах людської діяльності та суспільних відносинах. Формування гідності виступає у вигляді усвідомлення людиною вимог суспільства, контролю за своїми думками й вчинками, їх аналізу й самооцінки.

2. Як критерії гідності на різних історичних етапах застосовувалися такі об'єктивні параметри: фізичні якості індивіда, суспільне становище людини, рівень її матеріального добробуту, суспільно-корисна праця, сукупність її цивільних прав і

свобод. Значущість додавалася суб'єктивними параметрами: рівнем моральності людини, її свободою та незалежністю (зокрема незалежністю думок), мірою її особистої відповідальності, розвиненості вольового компонента, а також здатністю до самовизначення й самореалізації. Розвиток моральної самосвідомості суспільства виступає основною причиною зміни критеріїв оцінки гідності людини.

3. «Почуття власної гідності» розглядається в контексті ставлення особистості до себе як до цінності, суб'єктивне віддзеркалення людиною своєї гідності й припускає відповідну такому усвідомленню поведінку (саморегуляцію поведінки): відмову від здійснення аморальних (негідних) вчинків і здійснення моральних (гідних) за умови наявності в людини свободи волі, усвідомленої вольової саморегуляції. За цієї умови вона усвідомлює свою гідність, реалізує себе у вільній творчій праці, стає здатною до саморозвитку, формування й відстоювання своєї індивідуальності.

Проаналізуємо дослідження з проблеми розвитку почуття власної гідності зростаючої особистості, які були здійснені в межах педагогічної науки.

К.Д. Ушинський визначав, що стійкі почуття людини виникають завдяки протилежним емоційним переживанням: упевненість в істинності своїх думок – завдяки сумніву, що спонукає до перевірки, обґрунтування; сміливість – переборенню страху; а почуття власної гідності – завдяки переживанню сорому за деякі акти своєї поведінки [244].

Відомий педагог-гуманіст В.О. Сухомлинський називав гідність мудрою владою людини тримати себе в руках. Благородство людської особистості, за позицією педагога, виявляється в тому, наскільки мудро й тонко людина зуміла визначити, що є гідним і що є негідним; гідне повинно стати самою суттю духовної культури особистості. Він запропонував кодекс людської порядності, в якому описав негідні речі, що принижують людину: наодинці із самим собою чинити не так, як ти чинив би на очах у людей, глумитися над старістю, лицемірити, говорити не те, що думаєш та відчуваєш, підлещуватися до того, хто сильніший за тебе, порушувати слово, не відповідати за свої вчинки, проходити байдуже повз людську біду, горе, відчай, посилаючись на власну слабкість, використовувати власну силу, фізичну перевагу в ім'я зла, сміятися над каліками, не любити й ображати тварин та ін. [237].

В.Ф. Шаталов, аналізуючи власний педагогічний досвід, прийшов до висновку, що точкою опори на все життя учня може стати отримання гідності, високого уявлення про людину й її призначення на землі – ствердження гідного способу життя, основа якого – честь, совість, правда. Почуття гідності, на його думку, не виникає на порожньому місці й водночас, а виховується в щоденній наполегливій роботі кожну хвилину й на кожному відрізьку шкільного життя, в повсякденній співпраці вчителя та учня [269].

О.В. Перевозна наполягала, що саме чесність перед собою – є проявом самоповаги, без якої людина не може зберігати власну гідність [182].

Згідно позиції Г.П.Васяновича, гідність – моральне ставлення людини до себе, яке відображає уявлення про власну цінність, моральну рівність з іншими людьми; ставлення до людини інших людей, які визнають її цінність. Важливим компонентом гідності людини є дотримання слова, що засвідчує її духовну досконалість, порядність та надійність [62].

Формування почуття власної гідності в учнів молодшого шкільного віку досліджувались О.В. Шишмаковою, О.В. Молчановою та ін.; підліткового та юнацького віку – А.П. Аксьонкіним, Н.І. Третьяк, Н.Г. Ємузовою, Ф.В. Кадром, Г.Г. Волковою, І.А. Абатніною, О.І. Чуб, С.В. Удовицькою, С.Г. Степановим, Н.В. Чиренко та ін. [274; 162; 5; 241; 89; 110; 66; 1; 266; 243; 234; 265].

Так, О.В. Шишмакова розглядає почуття власної гідності як складне інтегративне особистісне утворення, що забезпечує саморозвиток людини й послідовне досягнення нею все більш значних результатів в соціальній сфері, сфері інтелектуальних досягнень, а також зоні особистісного та духовного зростання. Гідність впливає на саморозвиток за допомогою активізації самопізнання, усвідомленої саморегуляції, прагнення до самовизначення й самореалізації. Дослідниця визначила наступні критерії особистісної гідності: позитивне самостварення, стійкість уявлень про себе, повнота моральних уявлень, рефлексія, емпатія, адекватність оцінок і самооцінок, самостійність в думках і вчинках та ін. Саме молодший шкільний вік, на думку вченої, є сенситивним для розвитку гідності дитини. Умовами формування почуття власної гідності у дітей зазначеного віку є розвиток почуття власної значущості, впевненості й самоцінності, насичення педагогічного процесу діалогічною взаємодією, перебудова оцінної діяльності, підвищення фасилітаційної компетентності вчителів (безумовне прийняття, емпатія, щирість, відкритість) [274].

Основною складовою почуття власної гідності людини, за визначенням О.В. Молчанової, є воля, яка дозволяє особистості активно самодетермінувати й саморегулювати власну діяльність і поведінку всупереч зовнішнім і внутрішнім перешкодам, впливам і діям. Вона наголошує, що формування у дитини основ почуття власної гідності починається в сім'ї з раннього віку та активно продовжується в молодшому шкільному віці, де закладаються основи морально-етичного розвитку особистості [162].

Проблему виховання почуття власної гідності в процесі спілкування старшокласників з учителями розглядала Н.І. Третьяк. За її позицією, почуття власної гідності – це моральне особистісне утворення, яке формується під впливом сукупності конкретних соціальних відносин та проявляється в постійному критичному усвідомленні індивідом своїх вчинків, дій по відношенню до себе та оточуючих на основі відчуття власної значущості. Визначені наступні критерії сформованості почуття власної гідності у старшокласників: намір до вдосконалення за рахунок власної праці, співставлення власних дій з вимогами моралі, нетерпимість до будь-якої форми приниження власної гідності та гідності інших, здатність протистояти приниженню, вміння передбачити ситуацію приниження іншої людини та уникнути її [241].

Проблемою формування почуття честі й власної гідності у підлітків займалася Н.Г. Ємузова, яка пов'язувала формування цих моральних почуттів із зміною самосвідомості індивіда у бік зростання самоповаги за допомогою самоствердження особистості в різних сферах її життєдіяльності. Почуття власної гідності при цьому розумілося як емоційно-оцінне ставлення, що виникає в результаті глибокого засвоєння людиною норм моральності даного суспільства, в результаті інтеріоризації індивідом об'єктивних обов'язків, що проходить у своєму розвитку ряд стадій від

окремих емоцій до цілісного морального ставлення. Показниками почуття власної гідності у підлітків, на її думку, є: сприйняття підлітками самих себе, наявність і ступінь прояву таких якостей як гордість, самоповага, сором і совість, рівень сформованості моральної сфери. Умовами його формування є розширення сфери самопізнання, підвищення адекватності самооцінки й рівня домагань, розвиток здатності захищати свою гідність, прагнення до самовдосконалення. Успішність формування почуття честі і власної гідності особистості можлива, на думку дослідниці, тільки завдяки ствердженню в якій-небудь діяльності, де вона отримує схвалення інших і відчуває емоційне задоволення від зробленого [89].

Ф.В. Кадол розглядає гідність як базисно-інтегровану якість особистості, яка припускає наявність в учнів адекватної самооцінки, розуміння суті й значення гідності людини, самоповаги, навичок гідної поведінки; це прояв моральної самосвідомості особистості, визначається позитивним ставленням людини до самої себе. визначив їх складові елементи, а саме: чесність, самолюбивість, самоповага, скромність, гордість. На його думку, показниками моральної сформованості в учнів честі й гідності є позитивна моральна репутація в колі однолітків, учителів і батьків, почуття самоповаги; інформованість школярів про суть цих якостей і їх моральні прояви в свідомості й поведінці людини; наявність моральних потреб, явно вираженої готовності поводитися відповідно до нормативних вимог честі й особистої гідності; операційно-поведінкова підготовленість учнів, що виражається в діях учнів у повсякденному житті, в критичних ситуаціях, що вимагають морального вибору. Відмічається, що для розвитку в учня почуття честі й гідності необхідно створювати ситуації успіху, допомагати йому досягти позитивних результатів у різних видах діяльності [110].

На думку Г.Г. Волкової, почуття власної гідності – позитивне емоційно виражене ставлення до власної високої моральної самооцінки, яке має наступні структурно-змістові особливості: позитивне самоставлення, намагання отримати позитивну репутацію, моральна потреба в постійній підтримці та підтвердженні гідності [66].

І.А. Абатніна визначала гідність як поняття моральної свідомості про цінність людини, що розкриває ставлення її до себе, до інших людей, до світу в цілому; це усвідомлення людиною власної духовної, культурної й соціальної цінності та значущості. Вчена висвітлювала наступні функції честі й гідності: регулюючу (моральна регуляція при виборі вчинків); сенсоутворюючу (готовність людини здійснювати вчинки, виражати оцінні судження морального спрямування); інтегруючу (виховання честі й гідності базується на свободі, емоційному підйомі, вольовому зусиллі та об'єднує всі ці елементи, життєвий досвід особистості підкоряється моральним цілям, особистість набуває єдиної спрямованості та устремління) [1].

За позицією О.І. Чуб, гідність характеризується усвідомленням і об'єктивною самооцінкою вихованцем власної соціальної значущості як Людини, самоповагою, етичною саморегуляцією власних дій і вчинків, мобілізацією вольових зусиль, які дозволяють поводити себе гідно в будь-яких життєвих обставинах [266].

С.В. Удовицька розглядає гідність як складне інтегративне особистісне утворення, яке характеризується цілісним самоствердженням на основі рефлексійно-

емоційної настанови на повагу до іншої людини і самоповагу. За її позицією, гідність молодших підлітків має наступну структуру: когнітивний компонент (знання про сутність і змістові аспекти гідності, усвідомлення безумовної цінності кожної людини), емоційно-ціннісний компонент (переживання особистістю самої себе, позитивного ставлення до інших людей та навколишнього світу) та поведінково-діяльнісний компонент (здатність до здійснення відповідних вчинків для утвердження та підтримки своєї гідності; самоконтроль; уміння керуватися моральними нормами у власній поведінці). Дослідницею виділені наступні критерії та показники сформованості гідності у молодших підлітків: самопізнання (розуміння змісту поняття гідність, знання моральних норм, пізнання власної цінності); самосхвалення (моральна рефлексія, адекватна самооцінка, самоповага); гідна поведінка (самотійність у судженнях і вчинках, емпатія, самоконтроль). На виховання гідності, на її думку, впливають наступні фактори: досвід, особистісне спілкування, культура, цінності, потреби, інтереси, характер, звички та тип поведінки особистості [243].

С.Г. Степанов дослідив питання підвищення фасилітативної компетентності вчителя як умову виховання гідності старшокласників і визначив гідність як спосіб набуття людиною гармонії (згода із собою, суспільством, природою). Вченим означені основні критерії гідності: широта уявлень про гідність та ступінь сформованості поняття; широта та глибина моральних знань та цінностей, самоставлення, самоприйняття, рівень рефлексії, самотійність в судженнях, вчинках, прийнятті рішень та вміння нести відповідальність за них, прояв навичок гідної поведінки [234].

Н.В. Чиренко в своєму дослідженні сформулювала наступні критерії та показники почуття власної гідності у підлітків: реалістичний образ «Я» (орієнтація у своїх чеснотах і вадах, усвідомлення особистістю своєї цінності та цінності інших, уміння покладатися на власний досвід), мотивація досягнення (впевненість у своїх можливостях; уміння реалізувати задумане, орієнтуючись на високий стандарт якості, пов'язування успіху з якісно-кількісними характеристиками результату), саморегуляція поведінки (самопідтримка, самозахист; вміння утриматися від соціально неприйняттого) [265].

Отже, теоретичний аналіз досліджень з проблеми виховання почуття власної гідності зростаючої особистості в педагогічній науці дав змогу визначити, що:

- почуття власної гідності розглядається як моральна цінність, прояв моральної самосвідомості особистості, формування й розвиток якої є одним із завдань навчально-виховного процесу;
- людині з почуттям власної гідності мають бути притаманні воля, чесність, самолюбивість, самоповага, скромність, гордість, стійка Я-концепція, об'єктивна самооцінка;
- критеріями сформованості почуття власної гідності у молодших школярів є: позитивне самоставлення, стійкість уявлень про себе, повнота моральних уявлень, рефлексія, емпатія, адекватність оцінок і самооцінок, самотійність у думках і вчинках; у підлітків та юнаків – реалістичний образ «Я», мотивація досягнення, самопізнання, самоставлення, самосхвалення, самоприйняття, рівень розвинутої рефлексії, саморегуляція поведінки, гідна поведінка, самотійність в судженнях,

вчинках, прийнятті рішень та відповідальність за них, здатність повстати проти приниження, вміння передбачити ситуацію приниження іншої людини та уникнути її тощо;

– показниками почуття власної гідності називають: розуміння змісту поняття гідність, знання моральних норм, орієнтація у власних чеснотах і недоліках; пізнання та усвідомлення власної цінності та цінності інших; розвиненість таких почуттів, як гордість, самоповага, сором, совість; моральна рефлексія; адекватна самооцінка; самостійність в судженнях і вчинках, самоконтроль, самопідтримка, самозахист та інші;

– виховними умовами розвитку почуття власної гідності вважаються: створення ситуацій успіху для розвитку в учнів почуття власної значущості, компетентності, впевненості й самоцінності; моральна освіта (формування в свідомості учнів певного морального ідеалу, накопичення досвіду моральних переживань, пов'язаних з почуттям честі та власної гідності); створення ситуацій успіху й допомога в досягненні позитивних результатів у різних видах діяльності; підвищення фасилітаційної компетентності вчителів тощо;

– формувати почуття власної гідності пропонується наступними методами та прийомами: аналіз життєвих ситуацій, проведення бесід, дискусій, диспутів на моральні теми й т. п.

Аналіз наукових позицій психологів, які безпосередньо чи опосередковано займалися вивченням проблеми почуття власної гідності, дав змогу детальніше відтворити розуміння зазначеного феномену. Зарубіжними психологами почуття власної гідності розглядалося як складова зрілої особистості (Г. Оллпорт); самоставлення особистості (Дж. Хетті); самоцінність особистості (М.Якобі); «афектна самооцінка» (Д. Капрара та Д. Сервон); відчуття цілісності душі, повага до себе (Д. Макдауел).

Ч. Кулі визначив портрет людини з почуттям власної гідності: така людина цінує думки інших, але при цьому, живе своїм розумом; зважає й співвідносить всі можливості зі своїм характером і не піддається впливам, які їй не відповідають; сприймає своє «Я» як нерозривне ціле; у такої людини біль від порушення внутрішньої єдності, від зради уявленню про себе, як про щире та цілісне людину, переважає задоволення від уявного схвалення її суті [142].

Г. Оллпортом був розроблений психологічний портрет зрілої особистості, головними рисами якої визначалися: фундаментальна емоційна захищеність, самоприйняття та почуття власної гідності. Він ввів поняття «пропріум», яке охоплює всі аспекти особистості й формує почуття внутрішньої єдності (частина суб'єктивного досвіду, яка сприймається особистістю як «моє»). Пропріум складається із семи суб'єктивних аспектів особистості: відчуття власного тіла (тілесна сутність), відчуття самоідентичності (незмінність Я), почуття самоповаги (гордість за власні досягнення), саморозвиток, образ «Я», раціональний самоконтроль, пропріативні прагнення (цілісне почуття Я й планування перспективних цілей) [172].

Згідно позиції К. Роджерса, людина яка приймає себе – відчуває безумовну любов до себе такої, яка вона є; ставить до себе як до особистості, гідної поваги, здатної до самостійного вибору; вірить в себе та свої можливості; довіряє власній

природі, організму [203].

А. Маслоу розглядав почуття власної гідності в контексті задоволення потреб в приналежності й любові та самоповазі. Описуючи потребу в приналежності й любові, він вказував, що бути любимим та визнаним важливо для здорового почуття гідності людини. Фрустрація цієї потреби призводить до формування у особистості ворожості, страху бути знехтуваним і душевної порожнечі. Задоволення потреби в самоповазі породжує у людини відчуття впевненості у собі, усвідомлення своєї причетності до того, що відбувається та почуття власної гідності. Її фрустрація призводить до формування низької самооцінки, почуття неповноцінності, відчуття порожнечі, безглуздя існування, пасивності й залежності [155; 280].

Згідно позиції Т. Шибутані, людина з почуттям власної гідності високо цінує себе, вважає нижче за власну гідність працювати недостатньо гарно, має Я-концепцію, яку намагається зміцнити. Якщо інші постійно ставляться до людини з повагою, вона починає вважати, що заслуговує такого ставлення. З іншого боку, якщо кимсь постійно нехтують і глужують з нього, він починає вважати, що гідний презирства. Як тільки в людини сформувався певний рівень власної гідності, вона (гідність), подібно до інших почуттів, має тенденцію до самопідкріплення. Рівень власної гідності людини визначається тим, як вона постійно діє відносно самої себе. Вчений визначив критерії достатнього рівня власної гідності людини: вона керується власними стандартами, але при цьому не ображає оточуючих; не дуже розчаровується, коли інші з нею не погоджуються; не шукає виправдань і не займається самоїдством під час невдач; поводить з іншими людьми шанобливо, як із рівними, незалежно від їх соціального статусу; не боязка, не надмірно сором'язлива та ін. [272].

Дж. Хетті зробив висновок, що почуття власної гідності впливає на сприйняття індивіда. Людина не сприймає себе та інших виключно на основі раціональних здібностей. Її самоставлення впливає на цілий спектр тих аспектів поведінки, які заслуговують поваги та уваги. Людина з високим почуттям власної гідності найчастіше розглядає аспекти свого життя як важливі, вірить в їх реалізацію, сприймає себе й свої вчинки більш цілісно та усвідомлено [288].

Природу гідної поведінки особистості розглядав Дж. Каган. За його позицією, людина схильна оцінювати власну поведінку відповідно до внутрішніх критеріїв (стандартів): чи відповідні, бажані й гідні схвалення її власні дії. Вчений наголошував, що процес пошуку відчуття особистої гідності настільки важливий, що може бути найбільш могутнім чинником формування особистості впродовж всього її життя [113].

Д. Капрара та Д. Сервон використовують термін «реакції самооцінок» або «афектні самооцінки», маючи на увазі клас відчуттів, пов'язаних зі сферою «Я» особистості. До них дослідники відносять гордість, гідність, задоволеність або незадоволеність собою, провину, сором. Усвідомлення поведінки, яку особистості повинні демонструвати, як гідні люди, спонукає їх до моральних дій [113].

З почуттям власної гідності пов'язують «глобальну» чи «загальну» самооцінку особистості. Вона стала предметом психологічного аналізу завдяки виданим в кінці ХІХ ст. роботам У. Джеймса, який визначив самооцінку двох видів – самозадоволеність (гордість, самовдоволення, зарозумілість, суєтність, пихатість) і

незадоволеність собою (скромність, приниженість, збентеження, невпевненість, сором, каяття, усвідомлення власної ганьби й відчай). Вказані два протилежні класи почуттів називаються вченим безпосередніми, первинними дарами людської природи [81].

Структура самооцінки, за М. Вагнером, має наступні компоненти: відчуття себе любимим, почуття власної гідності, почуття компетентності. Хоча кожен аспект відображає окремі потреби людини, вони взаємопов'язані. Неможливо мати здорове почуття власної гідності, довгий час не відчуваючи, що тебе люблять оточуючі, або важко відчувати себе компетентним, знаходячись в середовищі, де людина не відчуває поваги до себе як до особистості [291]. При визначенні поняття «відчуття себе любимим» або «відчуття приналежності» Д. Макдауел роз'яснював, що це відчуття безпеки, яке відчуває людина, коли її приймають інші; відчуття того, що її любить принаймні ще одна людина, що її люблять, безумовно, саме такою, якою вона є. Почуття власної гідності, на його думку, – це відчуття того, що ти є цілісним у душі, ти сам собі подобаєшся, поважаєш себе, не соромишся того, як поводишся стосовно себе; це відчуття того, що з тобою все добре, що ти чистий, правильний, справжній, достатньо хороший, вартий того, щоб люди приймали та любили тебе [150].

А. Бандура також пов'язував самооцінку з почуттям власної гідності й стверджував, що широкий спектр поведінки людини регулюється за допомогою реакцій самооцінки, які виражаються в формі задоволеності собою, гордості за свої успіхи, незадоволеності собою й самокритики [286].

М. Якобі, досліджуючи проблеми, пов'язані з сором'язливістю, почуттям сорому й спотвореною самооцінкою, наголошував, що самооцінка належить до гідності й цінності, яку людина приписує сама собі. Почуття сорому він називає «охоронцем» від негідної поведінки людини, яке попереджує її про те, чи не виявиться якась подія принизливою. Вчений розуміє самооцінку як відчуття власної цінності, самоповаги, тобто усвідомлення того, за що людина відповідальна, що повинна робити, а що ні, якщо не хоче втратити власну людську гідність. При позитивній самооцінці у людини виникає хороше, задовільне, «любляче» почуття до себе. Відповідно, від негативного оцінювання походять самоприниження й відчуття неповноцінності. Такі думки про себе тісно пов'язані з оцінками й думками значущих людей про індивіда, починаючи з раннього періоду життя. Особиста гідність, за визначенням М. Якобі, складається не тільки з самоцінності, але й з відчуття цінності всього, що стосується особистості: партнерів по шлюбу, сім'ї, клану, релігії, національності. Визначення того, що є гідним, однією людиною дуже відрізняється від визначення іншої людини, як і межі негідного, що викликає почуття сорому. Ці відмінності залежать від ієрархії цінностей, створених суспільством, сім'єю та індивідуумами [280].

У працях психологів близького зарубіжжя висвітлюються різні аспекти психологічної сутності та розвитку почуття власної гідності особистості (С.Л.

Рубінштейн, В.В. Столін, І.С. Кон, О.Г. Асмолов, О.В. Брушлинський, В.С. Мухіна, В.І. Слободчиков та Є.І. Ісаєв, В.Г. Маралов, Ю.Є. Зайцева, Т.В. Коротковських, В.І. Гарбузов, О.С. Мордасова та інші).

Так, С.Л. Рубінштейн почуття власної гідності пов'язував із ставленням людини до себе і наголошував, що гідне й поважне ставлення до себе є позитивною рисою особистості – в міру того, як сама людина є представником достойної справи, носієм цінних ідей [207].

В.В. Столін почуття власної гідності розглядає як категорію моральної самосвідомості, що здійснює моральну регуляцію поведінки відповідно до ідеального уявлення про гідність, відбиту в Я-концепції особистості. Воно має мотивуючий ефект і вимагає своєї підтримки за допомогою тих чи інших реальних дій. Своїм вищим, моральним змістом мотиви виводять людину за межі її індивідуального існування, її приватної адаптації й пристосування до існуючих умов, виводять за межі визначених її унікальним буттям потреб і пов'язують людину з проблемами епохи, суспільства [235].

На думку І.С. Кона, ставлення людини до себе як до моральної особистості виражається в поняттях гідності й честі. Все те, що є змістом моральної самосвідомості особистості (обов'язок, відповідальність, совість, гідність, сором), виявляється у відповідних емоційних переживаннях (почуття обов'язку, відповідальності, власної гідності, докори сумління) [226].

Перехід від культури корисності до культури гідності, запропонований О.Г. Асмоловим, включає в себе переорієнтацію ставлення до особистості з позиції її гідності, як загальнолюдської безумовної цінності. На його думку, всі культури можна умовно розташувати між двома полюсами – корисності й гідності. Культура, орієнтована на корисність, завжди прагне до рівноваги, до самобереження, стурбована тим, щоб вижити, а не жити. У культурі орієнтованій на стосунки гідності провідною цінністю є особистість людини, незалежно від того, чи можна що-небудь отримати від цієї особистості для виконання тієї або іншої справи, чи ні [14].

Розглядаючи питання людини як суб'єкта, О.В. Брушлинський акцентував, що суб'єкт – це, перш за все, вільна людина з проявленим почуттям власної гідності. Це означає, що, по-перше, вона є творцем власної історії, власного життєвого шляху; по-друге, ініціює й здійснює діяльність, спілкування, поведінку, пізнання на рівні творчості, духовної культури, людської вдачі й досягає результатів не за будь-яку ціну, а зберігаючи людське обличчя [52].

В.С. Мухіна вважає, що реалізуючи домагання на визнання в сфері буденного життя, людина стверджує почуття власної гідності й самоцінності, одночасно виступаючи як соціальний індивід [168].

Гідність особистості, за В.І. Слободчиковим та Є.І. Ісаєвим, визначається як здатність відстояти власну позицію, діяти самостійно й відповідально [224].

В.Г. Маралов зауважує, що самоповага переростає в людську гідність при нарощуванні й визріванні ціннісно-сміслових констант. Це задоволеність собою й прийняття себе, позитивне ставлення до себе й узгодженість свого наявного та ідеального «Я», своїх домагань, успіху, усвідомлення власної гідності [153].

Ю.Є. Зайцева дослідила почуття власної гідності як психологічний феномен, що має трьохкомпонентну структуру: когнітивний компонент (усвідомлення безумовної цінності людини, що виявляється в моральному ставленні до іншого); емоційний (переживання власної цінності як безумовної, високий рівень самоповаги); конативний (високий рівень саморегуляції). За її позицією, зазначене почуття

відображає схильність деяких людей поводити себе відповідно до усвідомлення власної гідності й гідності іншої людини, як безумовної цінності [97].

Т.В. Коротковських проаналізувала формування почуття власної гідності у старших дошкільників та визначила його як форму індивідуальної самооцінки, самосвідомості, власної цінності. Вчена охарактеризувала структурні компоненти почуття власної гідності старших дошкільників: інтелектуальний (наявність інформації про сутність гідності, наявність цих якостей у себе, ступені їх розвитку на основі самопроцесів: самопізнання, самосвідомості, самоспостереження); емоційний (здатність оцінювати себе в таких самопроцесах як самоповага, самоствердження, самопідбадьорювання); поведінковий (здатність захистити та самоудосконалювати себе, подолання недоліків в саморегуляції й самоконтролі). Становлення даного морального почуття відбувається за рахунок ланцюга послідовних дій: орієнтація дитини на усвідомлення оцінки, яка впливає на виникнення самопізнання, самосвідомості, самоспостереження та самооцінки, яка в свою чергу формується за рахунок самоствердження, самоповаги, саморегуляції, самоконтролю [129].

В.І. Гарбузов розкрив виняткову роль гідності в житті людини у своїй концепції людських інстинктів. Згідно його позиції, без збереження гідності людина не може називатися особистістю. Вчений визначив «дигнітофільний» тип особистості (від лат. *dignitas* – гідність), якому притаманний інстинкт збереження гідності – як найвищий інстинкт розвитку «Я», індивідуалізму, який характеризує людину як особистість. До його характеристик належать: безкомпромісність і сміливість у питаннях збереження гідності, шляхетність намірів, вірність обов'язку, потреба у самоактуалізації, самостійності й незалежності мислення, здатність захистити й зберегти власну гідність, оптимізм, віра в себе, доброзичливе ставлення до інших [69].

Проблемою розвитку почуття власної гідності у підлітків в стосунках «учитель-учень» займалася О.С. Мордасова, яка розглядала почуття власної гідності як переживання особистістю власної самодостатності, обумовленої відповідністю рівня домагань адекватній самооцінці [164].

Вітчизняні вчені (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський, І.С. Булах, Л.Б. Кадишева, О.П. Колісник, В.В. Рибалка та ін.) в своїх дослідженнях приділяють увагу проблемі почуття власної гідності особистості.

Людська гідність, як психологічне утворення, на думку І.Д. Беха, – це вид самоставлення, повага до себе, провідне моральне самопочуття. Вчений пов'язує почуття власної гідності зі свободою людини, вказуючи на те, що пониження гідності надзвичайно вразливе для неї. Завдання особистості – навчитися обмежувати й правильно користуватися свободою, що цілковито залежить від здатності людини до рефлексії [29; 30]. У своїх наукових доробках науковець визначає почуття гідності як емоційно-ціннісне ставлення людини до себе [28]; а гідність взагалі – як усвідомлення і переживання особистістю самої себе у сукупності духовно-моральних характеристик, що викликають повагу оточення. Лише особистість, у якої розвинене почуття власної гідності, може виявляти повагу до гідності інших. Його змістовною основою, за позицією вченого, виступає сукупність моральних характеристик особистості; складовими – психологічні процеси самопізнання, самохвалення й самооцінки, що викликають в особистості

самоповагу. Цю ідею покладено в структурну модель виховання почуття гідності, яке повинно піднятися до рангу відповідних цінностей як безумовних смислоутверджувальних імпульсів морально-духовної активності особистості [25].

Характеризуючи становлення моральної самосвідомості підлітка, І.С. Булах зазначає, що гідність утворює цінність індивіда як людини взагалі. Проблема гідності, на думку вченої, – це проблема забезпечення уваги до власного індивідуального «Я», до своєї позиції, переконань, цінностей. Відстояти, утвердити власну гідність можна лише конкретними вчинками, оскільки добрий вчинок – це прояв людяності, утвердження власної гідності. Якщо в міжособистісних взаєминах підліток виявляє співчуття, доброзичливість, відповідальність, то це є свідченням того, що універсальні цінності набувають стійкого положення в структурі його самосвідомості. Саме площина універсального (доброго, альтруїстичного, справедливого, відповідального) в особистості, за позицією І.С. Булах, становить сутність поняття людської гідності. Змістовний континуум такої форми моральної самосвідомості як гідність репрезентують сутнісні компоненти людяності – любов до Іншого, творчість, свобода й відповідальність [53].

Згідно позиції О.П. Колісника, той, хто має почуття власної гідності, легко відважується на самостійне породження життєвих актів і вважає за свою честь їхнє успішне закінчення. На ґрунті переживання почуття власної гідності розгортається переживання «Я-позитивний», з котрого пізніше розвивається адекватна когнітивна самооцінка як центральна складова «Я-концепції» [118].

В.В. Рибалка доводить, що цінність особистості, її суб'єктивне усвідомлення й переживання в феноменах гідності й честі є атрибутивними ознаками психологічної культури особистості. Він наголошує на необхідності значно глибшого розроблення цих понять у психології, які є важливими як для психолого-педагогічного забезпечення розвитку нормальної психіки людини, так і для психотерапевтичної допомоги проблемній особистості. В понятті «гідність», на думку вченого, відображається самоусвідомлення й переживання людиною своєї індивідуальної, інтимної цінності (тобто самоцінності), яка є переважно безпосередньою, змістовною, індивідуально-психологічною. Це поняття включає такі основні соціально-психологічні та індивідуально-психологічні риси, як: потреба в самоповазі, вимогливість до себе, правдивість перед собою, самовпевненість, самовладання, совість, самоконтроль, почуття обов'язку, самолюбство тощо. Індивідуально-психологічні особливості честі й гідності залежать від стилів спілкування, сенсу життя людини й перспективних планів, рис характеру, рефлексивних здібностей (ступеня усвідомлення чи самоусвідомлення своєї цінності й самоцінності), досвіду й мудрості, інтелектуальних властивостей, психофізіологічних рис [201].

Розкриваючи аспекти розвитку самосвідомості особистості, М.Й.

Боришевський акцентує, що самосвідомість, має три основні форми прояву: пізнавальну, емоційну та вольову. Саме до емоційної форми, крім самопочуття, скромності та гордості, відноситься почуття власної гідності, тобто те, що людина переживає як наслідок порівняння себе з оточенням або з тим взірцем, якого вона прагне досягти [43].

Л.Б.Кадишева вивчає взаємозв'язки між почуттям власної гідності особистості та її ціннісними орієнтаціями. Вчена виділяє наступні компоненти зазначеного

почуття: прийняття себе, самоцінність, самоповага, самоконтроль, впевненість у собі, відповідальність. Детермінантами почуття власної гідності, за її дослідженням, є термінальні цінності (саморозвиток, активні соціальні контакти, високе матеріальне становище, досягнення та духовне задоволення [111]).

Таким чином, аналіз праць зарубіжних і вітчизняних психологів дозволив нам зробити наступні висновки про психологічну специфіку феномену «почуття власної гідності»:

1. Почуття власної гідності, як провідне моральне почуття, є феноменом моральної самосвідомості особистості, складовим елементом її емоційно-ціннісного компоненту.
2. Почуття власної гідності в структурі особистості відбивається:
 - по-перше, в спрямованості особистості: в особливостях ціннісних орієнтацій, опосередкованих світоглядом; у рівні моральності, що виражається в поєднанні ставлення до себе й ставлення до іншого та відображає рівень розвитку моральної самосвідомості людини;
 - по-друге, в специфіці емоційно-ціннісного ставлення до себе, як до унікальної людської особистості, як до безумовної цінності, що виявляється в стійкій високій самоповазі;
 - по-третє, в особливостях вольової сфери, що виявляється у здатності до успішної саморегуляції під тиском зовнішніх (тиск середовища) і внутрішніх (спонтанні емоційні потяги) чинників.
3. Структура «почуття власної гідності», як феномена моральної самосвідомості, включає когнітивний, емоційний і конативний компоненти. Когнітивний компонент характеризується наявністю інформації про сутність гідності, усвідомленням безумовної цінності людини, що виявляється в моральному ставленні до іншого. Емоційний компонент – переживанням власної цінності як безумовної, високим рівнем самоповаги. Конативний (поведінковий) компонент – високим рівнем саморегуляції, здатністю захистити та самоудосконалювати себе, здійснювати саморегуляцію й самоконтроль.
4. Змістовною основою почуття гідності є рефлексивні риси особистості (особистісні цінності); складовими – психологічні процеси самопізнання, самохвалення й самооцінки, що викликають в особистості самоповагу.
5. Людям з почуттям власної гідності властиві:
 - високий рівень розвитку моральності – післяконвенційний рівень моральної свідомості, гуманність, відповідальність, самостійність, чуйність, справедливість, почуття обов'язку, впевненість у можливості вибору власного життєвого шляху й прагнення до самореалізації;
 - стійкий високий рівень самоповаги, ставлення до себе як до унікальної людської істоти, що володіє безумовною цінністю;
 - наявність достатньо розвиненої здатності до саморегуляції, необхідної для реалізації даного ставлення всупереч тиску ситуації чи спонтанним емоційним потягам.
6. Почуття власної гідності розвивається й зміцнюється завдяки самоствердженню людини в різних видах діяльності. Дане моральне почуття в процесі виховання повинно піднятися до рангу відповідних цінностей як безумовних

сміслоутверджувальних імпульсів морально-духовної активності особистості.

Таким чином, ми приходимо до висновку, що почуття власної гідності особистості – це моральне почуття, яке кристалізує емоційно-ціннісний компонент у структурі моральної самосвідомості особистості й переживається у формі емоційно-ціннісного ставлення людини до себе як до унікальної особистості, достойної поваги інших та проявляється у самоконтролі своєї поведінки, спрямованої на здійснення відповідних вчинків для утвердження й підтримки себе як особистості.

1.2. Психологічні особливості розвитку моральної самосвідомості та моральних почуттів у молодших школярів

Питання морального становлення особистості, здатної розуміти, інтеріоризувати суспільні вимоги, засвоювати морально-етичні приписи та, відповідно до них, вибудовувати свою поведінку, залишається актуальним на сучасному етапі розвитку українського суспільства.

Розпочинаючи висвітлення питань, пов'язаних із віковими особливостями становлення моральної самосвідомості, перш за все, зазначимо, що в моральній самосвідомості вчені виділяють трьохкомпонентну структуру, яка включає когнітивну, емоційно-ціннісну та поведінкову складові [26; 42; 48; 53]. Основними елементами когнітивного компоненту визначають моральні знання, моральні переконання, моральну рефлексію; емоційно-ціннісного – моральні цінності, моральні почуття, моральну самооцінку; поведінкового – моральну саморегуляцію [5; 37; 150].

Психологічні механізми становлення моральної самосвідомості виділені М.Й. Боришевським. До них учений відносить моральну саморефлексію, яка збалансовує як внутрішню роботу когнітивної складової (моральних знань), так і емоційно-ціннісної складової (моральних самооцінок, моральних самопочуттів) та моральну саморегуляцію, змістом якої є виконання функцій координації, регуляції, керування, контролю [45].

Моральна свідомість і самосвідомість не даються від народження. Вищі регулюючі системи, до яких вони належать, формуються і розвиваються в процесі соціалізації. Засвоєння морально-етичних норм і вимог людського суспільства – провідний лейтмотив формування самосвідомості. Цей процес перш за все розгортається через спілкування дітей з дорослими та однолітками в процесі різних видів діяльності [176]. Моральні норми, ідеали, цінності, звички стають реально діючими, якщо вони присвоюються, включаються у самосвідомість особистості, стають Я-цінностями. Так виникає моральна самосвідомість, центром якої є інша людина як безумовна цінність, незалежно від її особливостей та об'єктивних чи суб'єктивних стосунків з нею [213].

Молодший шкільний вік вважається сенситивним періодом для становлення моральної самосвідомості особистості, розвитку моральних почуттів, тому що саме в цьому віці закладається підґрунтя для етичних знань, переконань та ряду інших необхідних передумов наступного розвитку духовного потенціалу людини (Ж.

Піаже, Л. Кольберг, Е. Еріксон, Л.С. Виготський, Л.І. Божович, В.С. Мухіна, Д.І. Фельдштейн, І.Д. Бех, Р.В. Павелків, В.І. Житарюк та ін.) [183;121;277; 67; 37; 167;

246; 29; 176; 96]. Зі вступом дитини до школи кардинально змінюється її соціальний статус, що призводить до перебудови всієї системи життєвих стосунків дитини. Поряд із цим, на перше місце в її житті виходить цілеспрямована пізнавальна діяльність, в процесі якої в дитячій психіці виникають новоутворення, що забезпечують формування основ теоретичного ставлення до дійсності, вміння орієнтуватись у теоретичних формах відображення речей, суспільних відносинах і стосунках між людьми, виникнення моральних систем [32]. Важливим надбанням цього віку є інтенсивний розвиток когнітивно-мотиваційних основ психіки, що забезпечують формування нового погляду на систему морально-етичних приписів. В цей період відбуваються важливі зміни в розвитку моральної свідомості та самосвідомості дітей. Від пасивного підкорення вони переходять до усвідомленого прийняття соціальних вимог, виокремлення сутності моральних норм, їх інтеріоризації та екстеріоризації на поведінковому рівні [176].

В.І. Житарюк визначив наступні психологічні передумови розвитку моральності молодших школярів: глибинно-психологічні механізми моральної самоідентифікації; емоційний інтелект; рефлексія власних моральних рис; характер Я-концепції, що визначається співвіднесенням образів «Я-бажаного» й «Я-наявного»; поведінкові тенденції морального самовизначення; стиль педагогічного спілкування як провідна соціально-психологічна детермінанта морально-психологічних новоутворень особистості дітей даного віку [96].

У зазначений віковий період виробляється здатність аналізувати критерії своїх моральних оцінок, вміння співставляти й співвідносити їх. А потреби, вікові інтереси, моральні самооцінки, прагнення до самоствердження свого «Я» загалом виступають тією внутрішньою силою, що визначає поведінку молодшого школяра та його моральний розвиток. Цей розвиток тісно пов'язаний із мотиваційною сферою дитини. У молодших школярів виробляється здатність мотивувати свою поведінку моральним змістом, почуттям обов'язку, альтруїстичними настановами. Саме ця здатність проявляти моральні почуття є якісно новим типом мотивації, який зумовлює новий тип поведінки школяра [32].

Одним із основних показників розвитку моральної свідомості в молодшому шкільному віці вважається виникнення рефлексії, яка є змістовною характеристикою суб'єктності молодшого школяра. Він розмірковує про себе, розуміє, оцінює себе, навчається бачити себе очима іншої людини, оцінювати свою діяльність, розглядати власну поведінку з позиції соціальних норм як гідну чи негідну [29]. Суть цих змін полягає у виникненні в дитини нового ставлення до себе, яке характеризується узагальненістю, опосередкованістю й більшою об'єктивністю [168]. Таке ставлення ґрунтується на її вмінні прийняти особливу роль, у якій одночасно поєднані декілька позицій, виникненні здатності бачити себе й свої вчинки збоку. Наприкінці молодшого шкільного віку дитина починає усвідомлювати не лише особливості своєї поведінки, але й риси характеру, власні переживання, почуття, думки; уявлення про себе набувають глибину, індивідуалізуються, збільшується їх варіативність, виникає інтерес до нових аспектів образу «Я» [13].

Н.О. Яцюк називає наступні передумови для розвитку моральної рефлексії у молодших школярів: з'являється усвідомлення власних переживань; формування учбової діяльності сприяє розвиткові теоретичної рефлексії, що відкриває

можливості й для розвитку моральної рефлексії; нова соціальна ситуація розвитку вимагає вміння налагоджувати стосунки як з ровесниками, так і з дорослими, на основі норм. Основними критеріями визначення рівня розвитку рефлексії молодшого школяра, вважаються: здатність до самоаналізу; вміння самовизначатися за умов дезорієнтуючих впливів; спроможність регулювати поведінку, співвідносячи її з очікуваннями значущих інших [285].

На основі дослідження особливостей розвитку моральної рефлексії в учнів четвертих класів, М.Ю. Махова зробила висновки, що вона властива дітям зазначеного віку, але категоріальна структура її механізмів є не диференційованою, фрагментарною та категоріально простою, тобто критерії оцінки, що містяться в ній, відображають лише окремі властивості людини. Особливості моральної рефлексії цього періоду свідчать про панування моралі «тілесних чеснот» і «зовнішніх достоїнств». В той час, як у наступний віковий період категоріальна структура набуває інтегрованості та складності, що свідчить про появу «моралі знань і вмінь» [158].

Поява моральної рефлексії приводить до змін у розвитку структури «Я»-індивіда, якісних перетворень «Я»-ідентичності, що впливають на життєву позицію, перебудову загальних структур свідомості та самосвідомості. Аналіз структур моральної самосвідомості в цей період показує, що вони є досить динамічними утвореннями. Величезну роль у їх формуванні відіграє самооцінка [96; 176]. Молодші школярі, оцінюючи спочатку лише результати власної учбової діяльності, поступово включають до сфери самооцінки власні моральні якості [141; 233].

Моральна самооцінка – це вид приватної самооцінки, яка визначає міру задоволеності собою, відображає емоційно-ціннісне ставлення людини до своїх особистісних якостей, дій, вчинків. Вона ґрунтується на основі етичних знань і моральних почуттів. Як структурний елемент самосвідомості особистості вона визначає ступінь об'єктивності думки школяра про себе, як про людину моральну. Молодший шкільний вік є важливим початковим етапом у формуванні моральної самооцінки, тому що діти сенситивні до засвоєння моральних основ поведінки, емоційного сприйняття й освідомлення моральних норм, виховного впливу педагога [179].

На думку Ю.А.Пахомової, відсутність уваги до розвитку моральної самооцінки на початку навчання в школі, призводить до того, що під час переходу в середню школу дитина стикається з нездатністю і невмінням оцінювати власні можливості, якості характеру, що негативно впливає на спроби підлітка до вираження власного «Я». Він часто втрачає відчуття власної індивідуальності та почуття власної гідності, підпадаючи в залежність від думки однолітків, що призводить до підсилення почуття тривоги, невпевненості в собі, нездатності дати відсіч негативним зовнішнім впливам [179].

Молодший шкільний вік вважається періодом інтенсивного формування моральних почуттів [29; 176]. Власне, моральними почуттями психологи називають почуття справедливості, обов'язку, совісті, честі, гідності, щастя. Але морального значення може набувати будь-яке людське почуття, якщо воно містить ставлення до іншого, моральну оцінку або моральний мотив. Чим вища моральна спрямованість особистості, тим більше почуття вищого ґатунку переважають над нижчими,

інтенсивнішою стає здатність співпереживати, співчувати людям. Егоїстичні емоції перекриваються альтруїстичними мотивами, гуманістичними установками поведінки. Як специфічні реакції на зовнішнє оточення, моральні почуття виступають у формах спонук до дії та оцінки цих дій [96]. На основі моральних почуттів формуються моральні ставлення, кінцевим результатом сформованості яких є моральне самоствалення. Воно реалізується в таких проявах як самооцінка своїх власних дій, вчинків, ставлень, самоаналіз, самоконтроль [114].

Формування конкретного морального почуття – це його поступове становлення, перетворення з недиференційованої емоційної реакції в специфічне почуття. Важливо, щоб зовнішній план моралі став внутрішнім, прийнятим особистістю способом життя. Зміцнення моральних почуттів створює своєрідний стрижень особистості, до якого надалі притягуватимуться схожі риси, якості, властивості [117]. Зміцнюючись, стабілізуючись в психіці, почуття поступово стає компонентом мотиву вчинку. Це означає перехід почуття на вищий ступінь, на якому воно, не втрачаючи своєї чуттєвої основи, тісно зв'язується, сплавляється зі свідомістю. Це почуття-мотив, що формується на початкових етапах в нерозривному зв'язку зі свідомістю, в міру зміцнення стає неусвідомлюваним мотивом-почуттям [47].

Передумовами формування моральних почуттів у молодшому шкільному віці є зміна життєвої позиції школяра, перебудова його рівня домагань, формування адекватної самооцінки, зміна життєвої перспективи [281].

В основі формування моральних почуттів, на думку В.І. Житарюка, лежить досвід суспільної поведінки. Недостатньо, щоб дитина знала, як з позиції суспільних вимог варто вчинити в тому чи іншому випадку, необхідно, щоб вона безпосередньо переживала, що треба вчинити саме так, а не інакше, щоб вона відчувала почуття ніяковості й сорому, коли робить недобре й почуття спокійної чистої совісті, коли вона діє правильно. Наявність самого лише знання норм і правил громадської поведінки ще не забезпечує їх застосування в житті. Моральні почуття та норми поведінки глибоко засвоюються дитиною, стають для неї внутрішньо своїми лише тоді, коли вони спираються на зміст її життя та діяльності, коли вони є необхідною умовою її буття та набувають для неї конкретного життєвого сенсу [96].

В.В. Зеньковський розкриває три стадії розвитку моральних почуттів у дітей: асоціативну (дитина засвоює зв'язок між дією й покаранням); «логічне розуміння» (дитина розуміє, що кожен вчинок має наслідки); «оцінка й покаяння» (дитина може сама оцінити свої вчинки, причину, що їх спонукала) [101].

Дослідження І.Д. Бега показують, що молодший школяр має совість, до якої можна апелювати при скоєнні ним негативного вчинку. У нього пробуджується почуття гордості чи сорому в залежності від скоєного вчинку. Коли дорослі схвалюють вчинок, молодший школяр пишається собою й своїми позитивними рисами. Характерним для дитини цього віку є переживання почуття сорому від скоєної негативної дії як від такої, яку помітив дорослий, так і від власного самооцінювання її як негідної. Прагнення самоствердитися, запевняє вчений, стимулює молодшого школяра до нормативної поведінки, щоб дорослі підтвердили його гідність. Але це прагнення може стати причиною негативної поведінки, коли дитина не здатна підтвердити очікування дорослих. Так, домагання визнання

спонукає школяра до розвитку довільності, організованості, цілеспрямованості, самоконтролю й самооцінювання. Емоційно-позитивне ставлення до себе, що лежить в основі структури самосвідомості особистості дитини, спрямовує її домагання до позитивного етичного еталону. Індивідуальна емоційна зацікавленість у тому, щоб бути гідним самоповаги й поваги оточуючих, зумовлює розуміння необхідності та емоційної потреби відповідати позитивному моральному еталону [29].

Науковці виділяють наступні особливості розвитку моральних почуттів у молодшому шкільному віці: вони розвиваються на основі моральних знань, поступового засвоєння моральних понять, оцінок; оволодіння знаннями про моральні якості людей ще не забезпечує виникнення відповідного морального вчинку; безпосередньо виявляються й зміцнюються в спостереженні за конкретними різноманітними діями та вчинками людини; молодші школярі не завжди чітко усвідомлюють моральні принципи, за якими слід діяти, проте їх безпосереднє переживання підказує дитині, що добре, а що погано. Тому, скоюючи несхвальні вчинки, вона може переживати сором, інколи страх [29; 165].

У молодшому шкільному віці на основі моральних норм відбувається активне становлення регуляції дитиною власної поведінки. Основними чинниками формування цього важливого новоутворення виступають: надситуативний орієнтир здійснення вчинку згідно з прийнятими нормами та правилами; зв'язок між інтелектуальним і моральним розвитком дитини. Так, завдяки навчальній діяльності, коли увага учня спрямовується не тільки на отримання нових знань, але й на сам процес пізнання, забезпечується розвиток системи довільної регуляції зовнішніми та внутрішніми діями, що в свою чергу сприяє розвитку елементів самоконтролю в дитини [233]. Самоконтроль в зазначеному віці виявляється в здатності до свідомого управління дитиною власною психічною та поведінковою активністю [218]; відбувається підпорядкування своїх безпосередніх бажань соціальним вимогам, формування внутрішнього плану дій, хоча довільна регуляція поведінки ще перебуває в зоні найближчого розвитку дитини молодшого шкільного віку [233]. Функцію регулятора вчинків, що характеризують ставлення до справи, до інших людей та до самих себе виконує моральне «Я». Моральний розвиток дитини передбачає свідоме засвоєння нею моральних норм і вимог, а саме, формування в неї знань про них, перетворення їх на відповідні мотиви поведінки [233].

Ю.М. Швалб називає нормативну регуляцію моральної поведінки психологічним новоутворенням молодшого школяра. Закріплення нормативного способу регуляції поведінки призводить до виникнення моральних якостей як новоутворень особистості школяра [270].

Г.Я. Ясякевич визначила наступні мотиви моральних вчинків, характерні для молодших школярів: прагнення заслужити похвалу вчителя, батьків, однолітків, принести користь конкретним людям, друзям, класу, когось наслідувати у вчинках, знайти друзів, не бути самотнім і т. ін. [284].

При цьому молодшим школярам властиві й вікові обмеження в контексті їх морального розвитку: моральні настанови, які увійшли в свідомість дитини, ще недостатньою мірою стали стійкими її надбаннями і можуть не виявлятися в поведінці; нездатність виробляти власні моральні переконання; уявлення про мораль

відрізняються конформним, репродуктивним характером; довільність моральних дій ще не дуже сильна й має потребу в систематичному підкріпленні; моральні судження відрізняються «моральним реалізмом» (визнання правила як непорушного закону, діти судять про моральний бік вчинку не за його мотивом, а за реальним результатом), категоричністю моральних оцінок [176]. Прагнення до самоствердження молодших школярів ще не займає в їх мотивації поведінки такого місця, як у підлітків, але саме в цьому віці формується впевненість чи невпевненість у собі, почуття власної цінності, тобто те, що буде визначати їхнє майбутнє самоствердження [242].

Отже, на основі аналізу наукових джерел можна зробити висновок, що молодший шкільний вік є сенситивним для розвитку моральних почуттів тому, що на даному віковому етапі змінюється соціальний статус дитини, з'являється прагнення бути хорошим учнем, отримувати похвалу з боку дорослих, більше знати й уміти; розвивається цілісне уявлення дитини про себе; з'являються такі психічні новоутворення як рефлексія, саморегуляція своєї діяльності, внутрішній план дій, довільність, усвідомленість й інтелектуалізація всіх психічних процесів, розвиток організованості, відповідальності, а також поява інших стійких форм поведінки на основі засвоєних моральних еталонів. На цьому віковому етапі у дитини формуються основи морального розвитку особистості (моральні почуття, цінності, переконання), відбувається набуття досвіду моральної поведінки, продовжують розвиватися такі моральні почуття, як провинна, сором, обов'язок, відповідальність, справедливість, сумління, почуття власної гідності, при цьому спостерігається розрив між знаннями моральних принципів і відповідною поведінкою.

1.3. Аналіз психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці

Завданням даного підрозділу є теоретично визначити основні конструкти почуття власної гідності молодшого школяра та обґрунтувати психологічні чинники, які можуть обумовлювати та сприяти його розвитку.

Науковці (В.А. Малахов, В.В. Рибалка) пов'язують гідність особистості з її рефлексивними здібностями – ступінню усвідомлення чи самоусвідомлення своєї цінності й самоцінності [152; 201]. Г.Г. Волкова виділяє моральну рефлексію як структурно-змістову особливість гідності [66]. Без моральної рефлексії, на думку Г. П. Васяновича, людина не може вільно керувати своєю емоційно-вольовою сферою, виявляти сумління, честь і гідність [62].

Рефлексивність забезпечує такі найважливіші процеси самопізнання, як самосприймання, самовираження, самоаналіз і самоосмислення. Від рівня рефлексивності залежить ступінь об'єктивності знань про себе [264]. В акті рефлексії, на думку Р.В. Павелківа, здійснюється моральне самопізнання; моральна дія не завжди здійснюється через акт рефлексії, але її виникнення завжди зумовлене нею [176].

Моральна рефлексія – це здатність індивіда осмислювати свої спонуки, наслідки власних дій та вчинків для себе самого та інших людей, здатність до узгодження цілей власної поведінки із засобами їх досягнення [24; 282]; вона

дозволяє критично ставитись до себе і переглядати власні моральні позиції та особистісні якості [285]; спрямована на прийняття морального вибору, гарантує єдність слова і справи, розвиває власне «Я» і самоповагу [62]. Функціонування моральної рефлексії спрямовується на виконання двох завдань: пізнання іншого і зумовлювання власних дій. Перехід від рефлексії до вчинку передбачає, що вона виступає у свідомості людини як один із інструментів вибору, забезпечує формування певного мотиву [68]. Саме моральна саморефлексія збалансовує як внутрішню роботу когнітивної складової моральної самосвідомості особистості (моральних знань), так і емоційно-ціннісної складової (моральних самооцінок, моральних самопочуттів) та моральну саморегуляцію [45; 53]. І.С. Булах розглядає моральну саморефлексію підлітка як механізм осмислення і переосмислення з точки зору належного й ціннісного власних особистісних змістів (різних «Я-утворень»: нормативного, реального, ідеального), що відображають нові ціннісні знання підлітка про самого себе [53].

Найважливішим показником розвитку моральної самосвідомості в молодшому шкільному віці є виникнення рефлексивних процесів на ґрунті яких з'являється моральна рефлексія, що дає можливість назвати цей вік сенситивним для розвитку даного морального утворення. Моральна рефлексія забезпечує дитині пізнання основних явищ, фактів індивідуального життя а також забезпечує моральній свідомості можливість пізнати головну складову моралі – моральну діяльність [96; 158; 176; 285]; вона дає можливість учневі правильно оцінювати та розуміти себе, розглядати власну поведінку з позиції соціальних норм як гідну чи негідну [29].

Представлені дослідження дозволяють нам визначити моральну саморефлексію як конструкт почуття власної гідності молодшого школяра й охарактеризувати її як здатність дитини аналізувати й оцінювати власні моральні якості, потреби, мотиви, вчинки як моральні чи аморальні, гідні чи негідні, передбачати наслідки власних вчинків для інших і для себе.

Багато хто з науковців (І.Д. Бех, Г.Г. Волкова, П.А. Кравченко та інші) наголошують на тому, що саме моральна самооцінка знаходиться в основі почуття власної гідності особистості [25; 66; 133].

Моральна самооцінка – це цінність, якою наділяє себе вихованець на основі власних морально-духовних надбань [25]; вид приватної самооцінки, що визначає міру задоволеності собою, відображає емоційно-ціннісне ставлення людини до своїх особистісних якостей, дій, вчинків [179]; центральна складова Я-морального особистості, яка охоплює оцінку людиною себе як суб'єкта моральної поведінки, своїх моральних якостей та моральних цінностей. Моральна самооцінка виконує регулюючу функцію, впливаючи на стосунки людини з іншими людьми, моральну поведінку і моральний розвиток. Від моральної самооцінки залежить самокритичність людини та її вимогливість до себе. Вона опосередковує вибір вчинків і ставлень до людей, ставлення людини до вже здійснених моральних та аморальних вчинків, реалізованих ставлень до інших людей, своїх позицій у ситуаціях моральних колізій, що є основою рівня домагань у моральній сфері [99]. Як структурний елемент самосвідомості особистості моральна самооцінка визначає ступінь об'єктивності думки особистості про себе як про людину моральну [179].

Отже, від моральної самооцінки залежать характер взаємин дитини з оточенням, її критичність, вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач у діяльності та поведінці. Тим самим вона впливає на ефективність діяльності й подальший розвиток її моральної сфери. Так, А. Маслоу стверджував, що людина не зробить гідного життєвого вибору, поки не почне прислухатись до самої себе, власного «Я» в кожен момент свого життя [154].

Моральна самооцінка буває адекватною та неадекватною. Адекватна моральна самооцінка дає змогу особистості критично ставитись до себе та правильно оцінювати свої вчинки, ставлення, позиції, мотиви, цінності тощо. Неадекватна моральна самооцінка буває двох типів: завищеною, коли дитина переоцінює рівень моральності власної особистості (мотиви, цінності, ставлення тощо) і поведінки (вчинки, ставлення, позиції тощо) та заниженою – недооцінювання моральності власної особистості та поведінки [99].

У своїх наукових доробках І.Д.Бех наголошує, що неадекватна моральна самооцінка є результатом дії надзвичайно сильної Его-структури особистості, що характеризується егоцентризмом, зверхністю, марнославством. Ця самооцінка тяжіє до завищення, а не до заниження особистісних надбань вихованця, часто до приписування собі невластивих якостей. Така викривлена моральна самооцінка деструктивно впливає на її носія, перешкоджаючи йому здійснювати самокритичну рефлексію як необхідну умову морально-духовного вдосконалення. Неадекватна моральна самооцінка вихованця спричиняє негативний вплив на його взаємини з ровесниками [25].

Розглянуті дослідження дозволили нам визначити моральну самооцінку конструктором почуття власної гідності молодшого школяра, яка розкривається через оцінювання дитиною власних моральних якостей, дій, вчинків.

Дослідники в галузі філософії (В.Ю. Барков, М.Ф. Юрій), педагогіки (І.А. Абатніна, Г.П. Васянович, Ф.В. Кадол) та психології (І.Д. Бех, Ю.Є. Зайцева, Т.В. Коротовських, О.С.Мордасова, В.В. Рибалка, Т. Шибутані, М. Якобі та ін.) визначають, що гідність людини, почуття власної гідності ґрунтується на власній самоцінності особистості [18;278; 1; 62; 110; 30; 97; 129; 164; 201; 272; 280].

С.Р. Пантілеев визначив рівні та показники розвитку самоцінності особистості. Високий рівень розвитку самоцінності характеризується стійким самоінтересом, узгодженою позитивною оцінкою власного «Я» за внутрішніми критеріями духовності, багатства внутрішнього світу, здатністю викликати у інших глибокі почуття, усвідомленням цінності власної особистості як для себе, так і для інших. Нестійкий інтерес до власного «Я», неузгодженість усвідомлення цінності власної особистості вказує на середній рівень розвитку цієї властивості особистості. Показниками низького рівня розвитку самоцінності є втрата інтересу до власного внутрішнього світу та самознецінення – сумніви у власній цінності як для інших, так і для себе, недооцінка власного духовного «Я» [178].

Ненси Ван Пелт акцентує, що висока самоцінність характеризує людину, яка сприймає себе такою, яка вона є, позитивно ставиться до себе, визнає свої сильні та слабкі риси, спокійно реагує на конструктивну критику, терпляче і спокійно ставиться до своїх та до чужих недоліків. Низька самоцінність притаманна людині, яка не приймає себе, погано ставиться до себе, відчуває неповноцінність, чутлива до

докорів та схвалення, боляче реагує на конструктивну критику, дратується або лякається недоліків [60].

Ціннісне самоствавлення закладається у дитини досить рано, і молодший шкільний вік є сенситивним періодом для його розвитку за рахунок розширення соціального оточення і можливостей самовираження. Фактори розвитку ціннісного самоствавлення визначені Г.В. Щеголевою: наявність позитивної Я-концепції, впевненість у собі, визнання власної унікальності, самоефективність, компетентність. Критеріями розвитку ціннісного самоствавлення у молодших школярів, за її позицією, є: позитивний образ «Я» й адекватна висока самооцінка, що означає визнання себе і безумовну любов до себе такого, який він є, довіра до власної природи і організму; позитивне самоствавлення; впевненість у собі, яка ґрунтується на вірі в свої можливості; почуття власної гідності і самоповага [275].

Н.Ф. Кравцова запевняє, що високий рівень сформованості ціннісного самоствавлення допоможе подолати деякі труднощі в розвитку дитини молодшого шкільного віку, а саме: неприйняття себе як особистості в новому соціальному статусі, в навчальному процесі; несформованість адекватної самооцінки (дитина оцінює себе з позиції значущого дорослого, власна оцінка носить недиференційований, емоційно насичений характер); відсутність диференційованого образу «Я» (уявлення дитини обмежені описом соціальних ролей і зовнішності); зовнішня локалізація контролю (недооцінка ролі власних зусиль у вирішенні задач, діти проявляють пасивність в роботі над собою). Високий рівень сформованості ціннісного самоствавлення є фундаментом, який забезпечуватиме розвиток дитини на наступному віковому етапі. Тим більше, що вікові періоди розвитку дітей пов'язані з певними новоутвореннями, і коли на одній із вікових сходинок порушуються нормальні умови розвитку, то виникає необхідність корекції недоліків попереднього періоду. Тому важливо наскільки у молодших школярів сформована позитивна самооцінка, мотивація до самопізнання, розвинутий інтерес до самого себе [132].

Результати представлених досліджень засвідчують, що самоцінність може бути конструктором почуття власної гідності молодшого школяра.

Продовжуючи пошук складових почуття власної гідності, ми звернулися до концепції ієрархії потреб А. Маслоу. Задоволення потреби в самоповазі, за його позицією, породжує відчуття впевненості в собі, усвідомлення своєї причетності до того, що відбувається та почуття власної гідності [155].

Самоповагу, як основу почуття власної гідності, визначають філософи (О.В. Золотухіна-Аболіна, В.О. Кондрашов, В.В. Кузнецов, О.О. Чічіна, С.А. Шаракшане), педагоги (Ф.В. Кадол, С.В. Удовицька) та психологи (І.Д. Бех, Ю.Є. Зайцева, К.О. Островська, В.В. Рибалка) [103; 125; 139; 268; 110; 243; 30; 97; 174; 201].

Почуття самоповаги розглядають як гордість за власні досягнення (Г. Оллпорт); цілісне чуттєве ставлення до себе, до власних особливостей, умінь (К. Блага, М. Шебек); особисте ціннісне судження, що виражається в установках індивіда до себе (схваленні або несхваленні), які вказують якою мірою індивід вважає себе здібним, значущим, таким, що досягає успіху та є гідним (І.С. Кон); як властивість особистості, що характеризується відносно стійким, позитивно забарвленим ставленням до себе, акумулюючим узагальнені переживання своєї цінності для значущих людей та усвідомлення своїх чеснот (Н.М. Дятленко), як ціннісне

судження про себе (К.О. Островська), цілісне емоційно-ціннісне ставлення (В.Ф. Сафін). Висока самоповага свідчить про віру в себе, про те, що індивід позитивно ставиться до себе як до особистості, він є більш самостійним і менше піддається нав'юванню. Людина з високою самоповагою не вважає себе кращою за інших, а просто вірить у себе й у те, що може здолати свої недоліки, вона прихильно із довірою ставиться до оточуючих. Низька самоповага може вказувати, з одного боку, на почуття неповноцінності, недостойності, негативну оцінку власної особистості, зневагу до себе, що негативно впливає на психічне самопочуття і соціальну поведінку особистості, а з іншого боку, може бути закономірним результатом розвитку самосвідомості та виступати необхідною передумовою цілеспрямованого самовиховання [26; 233].

Фундаментальною потребою молодшого шкільного віку психологи називають повагу, яку вимагає учень до себе у формі ставлення до нього як до дорослого, визнання його суверенітету [80]. В цьому віці почуття самоповаги набуває характер індивідуальних стійких проявів особистості дитини. У одних дітей воно розвинуто сильно (вони не допускають приниження ні з боку ровесників, ні з боку дорослих), інші – схильні до постійного підкорення, нездатні й не намагаються дати відсіч кривднику [198]. На час завершення початкової школи в учнів відбувається зростання самоповаги, впевненості в собі та самоприйняття [96].

Все вище сказане дозволяє нам самоповагу віднести до основних конструктів почуття власної гідності молодшого школяра.

Багато хто з дослідників, характеризуючи почуття власної гідності, пов'язує його з самоконтролем (Л.Б. Кадишева, П.А. Кравченко, В.В. Рибалка, С.В. Удовицька, О.В. Шишмакова та інші) [111; 133; 201; 243; 274].

До підструктурних елементів у складі поведінкового компоненту Я-концепції, на думку Л.М. Співак, належать: саморегуляція, що відбувається на першому рівні саморегулювання, та самоконтроль, складна дія якого реалізується на другому рівні саморегулювання і створює передумови для цілеспрямованого самовиховання. Під саморегуляцією розуміють процес організації особистістю своєї поведінки з використанням результатів самопізнання та емоційно-ціннісного самоствавлення на всіх етапах процесу поведінки, розпочинаючи з мотивації й завершуючи оцінкою результатів. Згідно з таким розумінням саморегуляції виокремлюється два її рівні. На першому рівні саморегулювання відбувається управління особистістю протіканням процесу поведінки, безпосередньо від мотивуючих детермінант до кінцевого результату та його оцінки. На другому рівні саморегулювання розпочинається складна дія самоконтролю, а саме, простеження особистістю всіх ланок регуляції поведінки, зв'язків між ними, внутрішньої логіки, постійний «звіт» особистості перед собою про співвідношення мети, мотиву дії та ходу самої дії; а також планування дії у відповідності до певної мети поведінкового акту [233].

М.Й. Боришевський та А.П. Вардомацький зазначали, що самоконтроль належить до числа універсальних властивостей свідомості й самосвідомості і виступає як обов'язкова умова адекватного психічного відображення людиною свого внутрішнього світу та навколишньої об'єктивної реальності. Основною функцією самоконтролю є перевірка ступеня збігу між еталонами (моральними нормами, ідеалами, цінностями) і контрольованими складовими (цілями, мотивами)

реалізованого морального вчинку. Сформована здатність до самоконтролю виявляється в умінні людини подивитися на себе збоку і за ситуацією призупинити небажану діяльність. Самоконтроль дозволяє зважувати мотиви, що передують моральному вчинку, здійснювати вибір мотивів і цілей моральних дій, керувати процесом корекції залежно від ступеня узгодженості та неузгодженості між ними [42; 61].

Становлення моральної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку зумовлює розвиток важливої психологічної властивості – морального самоконтролю як вищої форми саморегулювання, який виявляється у здатності самостійно стежити за власними діями, вчинками, співвідносити їх з моральними нормами та правилами і у відповідності із ними будувати свою поведінку [98; 218; 233].

Таким чином, моральний самоконтроль можна назвати конструктом почуття власної гідності молодшого школяра, який характеризує його поведінковий аспект.

Отже, теоретичний аналіз наукових позицій психологів, педагогів та філософів дає нам можливість визначити наступні конструкти почуття власної гідності молодших школярів: моральна саморефлексія, моральна самооцінка, самоцінність, самоповага та моральний самоконтроль.

Перейдемо до обґрунтування тих психологічних чинників, що обумовлюють та сприяють розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

У своїх наукових доробках В.В. Рибалка визначив найважливіші структурні компоненти гідності особистості, серед яких виділяється усвідомлення людиною свого «Я». В понятті «гідність», на думку вченого, відображається самоусвідомлення й переживання людиною своєї індивідуальності [201].

Л.С. Виготський визначав, що на початку молодшого шкільного віку у дитини відбувається узагальнення власних уявлень про себе, переживань і регуляція власної поведінки через самопізнання [67].

М.В. Корепанова вважає, що тільки побачивши в собі індивідуальність, навчившись розпізнавати свої почуття і стани, дитина виявиться здатною з розумінням і повагою відноситись до оточуючих [128].

Важливим надбанням цього віку, за позицією І.Д. Бега, є більш системний і диференційований процес індивідуалізації. Молодший школяр прагне виявити себе, виокремити своє «Я», протиставити себе іншим, висловити власну позицію щодо інших людей, дістати від них визнання його самостійності, посівши активне місце в різноманітних соціальних відносинах, де його «Я» виступає нарівні з іншими. Це забезпечує розвиток в учнів нового ступеня самоусвідомлення в суспільстві, соціально відповідального самовизначення та розвитку їх потенційних особистісних можливостей, що реалізуються в різних видах предметної діяльності. Молодший школяр розуміє, що відрізняється від інших, і переживає свою індивідуальність, прагнучи утвердити себе серед дорослих і однолітків. Самосвідомість дитини в цьому віці інтенсивно розвивається, структура змінюється, наповнюючись новими ціннісними орієнтаціями [29].

Таким чином, розуміння власної індивідуальності може бути психологічним чинником розвитку почуття власної гідності у дітей молодшого шкільного віку.

Т.В. Архіреєвою було виявлено, що наприкінці молодшого шкільного віку дитина починає усвідомлювати особливості власної поведінки, якості характеру,

власні переживання, почуття, думки. Уявлення про себе набувають глибини, виникає інтерес до нових аспектів образу «Я» [12]. У цьому віці, вказує Ю.М. Швалб, виникає розщеплення образу «Я» на ряд форм: «Я-реальне», «Я-ідеальне», «Я-фантастичне», «Я-уявне», «Я-очікуване», «Я-бажане» [270].

Л.М. Співак визначила наступні механізми формування уявлень молодших школярів про себе (їх образу «Я»): за рахунок приписування бажаних якостей (при цьому діти не завжди можуть пояснити, чому вважають себе саме такими), привласнення думки інших про себе, шляхом порівняння себе з ровесниками, шляхом аналізу власних дій, вчинків, їх мотивів, оцінки особистості в цілому [233]. Науковці наголошують на тому, що образ власного «Я» має відповідати реаліям, щоб людина могла адекватно функціонувати у життєвому просторі. Це означає, що образ «Я» має бути близькою копією справжнього «Я». Тоді людина почуватиметься комфортно, спокійно, гідно, буде впевнена у власних силах, зможе самореалізуватися. Якщо в особистості сформовані позитивний образ «Я», то й поведінка її буде гуманною, адекватною, відкритою [77].

Позитивний образ «Я» неможливий без переживання почуття радості за результат моральної дії. Єдність радості за себе та інтересу до себе сприяє розвитку самоповаги, почуття власної значущості. Якщо переживання суб'єктом радості за набуту властивість, що втілилась у відповідний вчинок, осмислюється, усвідомлюється, а за вправлення у різних моральних діях і узагальнюється, воно перетворюється в почуття гордості за себе [25; 26].

Саме позитивна думка дитини про себе, згідно позиції І.Раншбурга та П. Попера, призводить до формування почуття відповідальності за власні дії, до внутрішнього самоконтролю. В іншому випадку дитина намагається перекладати відповідальність на інших і замість самоконтролю дитина спостерігає за реакцією оточуючих [197]. Також нерозвиненість позитивного ставлення до себе, зневіра у свої сили призводить до зниження внутрішнього стимулу саморозвитку, оскільки дитина не бачить своїх достоїнств, на основі яких можна вдосконалюватися [56].

Отже, позитивний образ «Я» може обумовлювати розвиток почуття власної гідності в молодшому шкільному віці.

Дослідники пов'язують почуття власної гідності з самооцінкою особистості. Так, на думку М. Розенберга, самооцінка відображає ступінь розвитку в індивіда почуття самоповаги, відчуття власної цінності й позитивного ставлення до всього, що входить у сферу його «Я». Він робить висновок, що висока самооцінка – основа прийняття себе, а низька самооцінка передбачає самозаперечення, негативне ставлення до своєї особистості [290]. М. Якобі розглядав самооцінку як відчуття власної цінності, самоповагу, усвідомлення того, як має діяти людина, якщо не хоче втратити свою людську гідність [280]. В розумінні І.С. Кона, самооцінка виражає міру прийняття або неприйняття індивідом самого себе, позитивне чи негативне ставлення до себе, яке є похідним від поєднання окремих самооцінок [122]. На думку П.А. Кравченка, активність гідності може бути відображенням самооцінки, яка відбиває певне ставлення індивіда до самого себе, до своїх особистих якостей, своєї поведінки. На ґрунті морального усвідомлення себе формується еталон самооцінки та критерії життєреалізації [133].

В психологічному словнику ми також знаходимо підтвердження, що гідність означає ставлення людини до самої себе на ґрунті адекватної самооцінки [195].

Адекватна самооцінка, за позицією І.Д.Беха, має забезпечити об'єктивність виміру особистістю власних можливостей і якостей [30]. В.Ф. Кадол визначив адекватну самооцінку, як основу гідності людини [110]. За О.С. Мордасовою, «почуття власної гідності підлітка» розглядається як переживання ним власної самодостатності, обумовленої відповідністю рівня домагань адекватній самооцінці [164].

Однією з особливостей самооцінки молодшого школяра є те, що вона «нормально завищена». Проте, наприкінці молодшого шкільного віку в дитини зростає критичність, вимогливість до себе, підвищується ступінь адекватного ставлення до себе, усвідомлення розбіжності свого реального й ідеального «Я», підвищення обґрунтованості прояву критичності й стійкості до тиску авторитетної думки під час виконання завдання будь-якої складності як на навчальному матеріалі, так і морального змісту [127; 257]. Завдяки рефлексії в цьому віці відбувається перехід від конкретно-ситуативної самооцінки (оцінки своїх дій, вчинків) до більш узагальненої [140].

У дітей з низькою самооцінкою, підкреслювала В.Н. Квин, недостатньо розвинуте почуття власної гідності [115]. Занижена самооцінка виявляється в постійній тривозі, в страхі перед негативною думкою про себе, в загостреній вразливості, що спонукає людину обмежувати контакти з іншими людьми. Люди з заниженою самооцінкою зазвичай ставлять перед собою більш низькі цілі, перебільшуючи значення невдач, тому що низька самооцінка передбачає неприйняття себе, самознецінення, негативне ставлення до власної особистості, яке обумовлене недооцінкою власних успіхів та переваг. При заниженій самооцінці людина характеризується невпевненістю в собі, пасивністю, смиренністю, «комплексом неповноцінності» [145; 196; 208; 233].

Неадекватно завищена самооцінка вказує на переоцінку себе суб'єктом. Люди з завищеною самооцінкою, з одного боку, гіпертрофовано оцінюють свої переваги: переоцінюють та приписують ті, яких у них немає, з іншого боку, недооцінюють та виключають у себе недоліки. Вони ставлять перед собою більш високі цілі, ніж ті, яких можуть реально досягти, у них високий рівень домагань, який не відповідає їх реальним можливостям. Людина з завищеною самооцінкою характеризується також нездатністю приймати на себе відповідальність за власні невдачі, відрізняється зверхнім ставленням до людей, конфліктністю, егоцентризмом. Неадекватна самооцінка власних можливостей та завищений рівень домагань обумовлює надмірну самовпевненість. При завищеній самооцінці дитина може переоцінювати власні переваги, очікує й навіть вимагає до себе підвищеної уваги оточуючих. Така самооцінка може призвести до підозр і звинувачення оточуючих в постійному зазіханні на її гідність. Це може породжувати внутрішній конфлікт, який може викликати агресію, брехню й інші негативні прояви у дітей [145; 196; 208; 233].

Тому постає необхідність в розвитку адекватної самооцінки молодшого школяра, яка показує реальне ставлення дитини до власних здібностей і можливостей, внутрішню гармонію, адекватне ставлення до оцінки себе іншими людьми, вміння бачити шлях до успіху. Дитина з адекватною самооцінкою

усвідомлює, що гарно думати і говорити про себе є проявом почуття власної гідності, яке допомагає набути впевненості у власних силах [145]. Адекватна самооцінка впливає на правильний вибір тактики та форми поведінки. Вона складається зі здатності реалістично усвідомлювати та оцінювати як свої переваги, так і недоліки. За нею стоїть позитивне ставлення до себе, самоповага, прийняття себе, відчуття власної повноцінності [196].

Таким чином, представлені позиції вчених дають підставу розглядати адекватну самооцінку як один із психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

К.Роджерс складовими поняття «ставлення до себе» називав: самооцінку (оцінку себе як носія певних властивостей і достоїнств) та самоприйняття (схвалення себе як унікальної індивідуальності, якій притаманні не лише переваги, але й слабкості та недоліки). Згідно його уявлень, самоприйняття – це «безумовне» прийняття себе, тобто дане почуття не залежить від оцінки власних проявів [289].

Самоприйняття характеризують як визнання себе; схвалення себе; самоінтерес; безумовну любов до себе такого, який ти є; безумовне позитивне ставлення суб'єкта до власних особистісних надбань незалежно від їх оцінки оточуючими людьми; ставлення до себе як до особистості, гідної поваги, здатної до самостійного вибору; віру в себе й свої можливості; прийняття себе цілком, усвідомлення і визнання власних почуттів і реально діючих мотивів [25; 49; 119; 203; 215]. Воно виникає на основі знань людини про себе, детального аналізу своїх сильних і слабких якостей, їх оцінки та позитивного емоційного ставлення [153].

У психологічній літературі визначають наступні умови, при яких людина не буде занадто вразливо реагувати на приниження її власної гідності, – високий рівень розвитку рефлексії, когнітивна диференційована «Я-концепція», безумовне самоприйняття, здатність виявити суб'єктивні джерела самопідкріплення. Рекомендується розвивати самоцінність та толерантність до власних недоліків (самоприйняття) [120; 203].

Для розкриття власного потенціалу дитині необхідно розуміти й приймати свою особистість, схвалювати себе в своїх діях і приймати відповідальність за них. Приймаючи та розуміючи себе, дитина залишається сама собою, все більше розкриваючи власну індивідуальність.

Таким чином, ми робимо припущення, що людині з почуттям власної гідності має бути притаманне безумовне самоприйняття і визначаємо його як психологічний чинник розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Регуляторною складовою «почуття власної гідності» дослідники (Ф.В.Басін, І.С. Кон, В.М. Куніцина) вважають «силу Я», під якою розуміють здатність цілеспрямовано регулювати дії в умовах неможливості задоволення потягів наростаючої сили; здатність індивіда підтримувати свою самість на протидію зовнішнім (тиск середовища) та внутрішнім (спонтанні емоційні потяги) чинникам [19; 123; 143]. Так, В.М. Куніцина визначає шість індикаторів «сили Я»: толерантність до зовнішніх загроз, психологічного дискомфорту; свобода від паніки; боротьба з відчуттям провини (здатність до компромісів); здатність до ефективного контролю неприйнятних імпульсів; рівновага ригідності й податливості; контроль і планування; адекватна самоповага [143].

Деякі дослідники (Ю.Є. Зайцева, Т.В. Коротковських, Н.В.Чиренко та ін.) вказують на те, що почуття власної гідності характеризується високим рівнем саморегуляції, яка включає в себе такі показники, як самопідтримка, самозахист, вміння утриматися від соціально неприйняттого [97; 129; 265].

За позицією І.С. Булах, моральна саморегуляція є джерелом творення особистості; це здатність довільно, за внутрішніми спонуками керувати власними діями і вчинками згідно з прийнятими в соціальному середовищі загальнолюдськими нормами [53].

Г.М. Прихожан виділяє дві форми моральної саморегуляції поведінки: довільну й мимовільну. При першій – індивід свідомо приймає рішення відповідно до моральних вимог і може контролювати свою поведінку, навіть якщо вона суперечить його безпосереднім бажанням. При другій – індивід діє відповідно до моральних вимог тому, що інакше він діяти не може. Довільне становлення моральної саморегуляції – етап свідомого засвоєння моральних принципів, коли відповідні моральні переживання і вимоги стають стійкими мотивами поведінки та перетворюються у переконання [191].

Здійснення моральної саморегуляції передбачає, в першу чергу, розуміння ситуації морального вибору – усвідомлення самої можливості поступити будь-яким чином; знання моральних норм і принципів, що дозволяють визначити моральну цінність альтернативних дій [35]. Моральний вибір пов'язаний з відмовою від власних домагань заради збереження моральної гідності [97].

Досліджуючи питання розвитку моральної саморегуляції молодшого школяра, О.С. Безверхий виділив один з важливих чинників – когнітивний розвиток дитини. Від 8 до 10 років, на думку дослідника, у дитини формується метапізнання як здатність здійснювати поточний контроль за власними процесами мислення, пам'яті, цілями та діями. Завдяки змінам в когнітивній сфері соціальне пізнання стає якісно вищим: соціальні норми, звичні форми поведінки, «Я-образ» (особливо Я-ідеальне), смислові утворення набувають логічного зв'язку та певного узагальнення [21].

Отже, моральна саморегуляція, як психологічний чинник розвитку почуття власної гідності молодшого школяра, в контексті нашого дослідження – це регуляція дитиною власних дій, вчинків з підтримки, збереження та захисту як власної гідності, так і гідності оточуючих людей, здатність відстояти власну позицію, діяти самостійно і відповідально, знаходити компроміс у вирішенні спірних питань, поводитися гідно – не принижувати себе й інших.

У нашому дослідженні ми будемо користуватися наступним визначенням: *почуття власної гідності молодших школярів* – це моральне почуття, яке переживається дітьми як емоційно-ціннісне ставлення до себе та до оточуючих.

Висновки до першого розділу

Проблема дослідження психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці є актуальною та маловивченою в психологічній науці.

У працях філософів та етиків почуття власної гідності розглядається як «первинна цінність» людини, відчуття нею власної значущості, форма моральної самосвідомості особистості, джерело моральної активності людини, переживання

людиною власної цінності та її утвердження. Гідність реалізується через такі чесноти, як благородство, відповідальність, критичність, вимогливість до себе та інших тощо. Почуття власної гідності особистості успішно розвивається й функціонує на основі усвідомленого ставлення до себе як до суб'єкта моральної діяльності, розуміння своїх обов'язків та прав людини й громадянина; зміцнюється шляхом усвідомлення й переживання свободи виявлення своїх здібностей та можливостей, реалізації своєї активності й творчості, збереження внутрішньої самостійності, власної точки зору та здатності захистити себе.

У педагогіці почуття власної гідності презентується як моральне особистісне утворення, емоційно-оцінне ставлення, позитивне емоційно виражене ставлення до власної високої моральної самооцінки. Критеріями сформованості зазначеного почуття у молодших школярів є: стійкість уявлень про себе, позитивне самоставлення, рефлексія, адекватність оцінок і самооцінок, самостійність у думках і вчинках. Згідно позицій вчених формування засад почуття власної гідності починається в сім'ї з раннього й дошкільного віку та активно продовжується в період шкільного навчання. Цей процес пов'язаний із розвитком почуття власної значущості дитини, впевненості в собі, самоцінності, підвищення у неї адекватності самооцінки й рівня домагань, здатності захищати свою гідність за допомогою самоствердження в різних сферах життєдіяльності.

У психології почуття власної гідності розглядається як категорія моральної самосвідомості, усвідомлення особистістю своєї самоцінності та емоційно-ціннісне переживання нею сукупності своїх моральних цінностей. Людина з почуттям власної гідності цінує себе та інших; сприймає себе й свої вчинки цілісно та усвідомлено; досягає результатів не за будь-яку ціну, а зберігаючи людське обличчя; їй притаманні шляхетність намірів, вірність обов'язку, самостійність й незалежність мислення, віра у себе, здатність захистити й зберегти власну гідність; вона поважає себе, вимоглива до себе, правдива перед собою, володіє сумлінням, здійснює самоконтроль. Компонентами почуття власної гідності особистості називають: самопізнання, самосхвалення, самоповага, самоцінність, самооцінка, самоконтроль. Воно включає когнітивний компонент (усвідомлення безумовної цінності людини, що виявляється в моральному ставленні до іншого), емоційний (переживання власної цінності як безумовної; самоповага) та конативний (моральна саморегуляція, самоконтроль). Зазначене моральне почуття розвивається та виховується завдяки самоствердженню дитини в певній діяльності; на основі самопізнання, самосхвалення й самооцінки, що викликають самоповагу.

Почуття власної гідності як моральне почуття, відноситься до емоційно-ціннісного компонента в структурі моральної самосвідомості особистості й переживається у формі емоційно-ціннісного ставлення людини до себе як до унікальної особистості, достойної поваги інших та проявляється у самоконтролі своєї поведінки, спрямованої на здійснення відповідних вчинків для утвердження й підтримки себе як особистості.

Аналіз психологічної літератури дозволив визначити наступні особливості становлення моральної самосвідомості молодших школярів, які детермінують розвиток їх моральних почуттів: виникнення глибинно-психологічних механізмів моральної самоідентифікації; розвиток моральної рефлексії; поява здатності

аналізувати свої дії на основі моральних критеріїв, що обумовлює розвиток моральної самооцінки, та мотивації своєї поведінки моральним змістом, почуттям обов'язку, альтруїстичними установками; виникнення усвідомленого прийняття соціальних вимог тощо. Теоретичними передумовами формування моральних почуттів у молодших школярів є зміна їх життєвої позиції, перебудова рівня домагань, формування адекватної самооцінки. Наприкінці зазначеного віку учні починають усвідомлювати не лише особливості своєї поведінки, але й риси характеру, власні переживання, почуття, думки; уявлення про себе у них набувають глибини, індивідуалізуються, виникає інтерес до нових аспектів образу «Я». Індивідуальна емоційна зацікавленість молодших школярів у тому, щоб бути гідними самоповаги й поваги оточуючих, зумовлює розуміння ними необхідності та емоційної потреби відповідати позитивному моральному еталону.

На основі теоретичного аналізу виявлено конструкти почуття власної гідності молодших школярів: моральна саморефлексія, моральна самооцінка, самоцінність, самоповага, моральний самоконтроль.

Узагальнивши ідеї вчених, ми робимо припущення, що основними психологічними чинниками, які обумовлюють та сприяють розвитку зазначеного морального почуття у молодшому шкільному віці, можуть бути: розуміння дитиною власної індивідуальності, розвиток її позитивного образу «Я», адекватна самооцінка, безумовне самоприйняття, моральна саморегуляція.

Основні наукові результати розділу опубліковані в працях автора:

1. Білоусова Н.М. Становлення моральної свідомості: психологічні аспекти / Н.М. Білоусова // Дошкільне виховання. – 2005. – №1. – С.10-11.
2. Білоусова Н.М. Розвиток почуття власної гідності у молодших школярів / Н.М. Білоусова // Початкова школа. – 2008. – №5 (467) травень. – С.4-6.
3. Білоусова Н.М. Психологічні основи духовно-морального зростання особистості молодшого школяра / Н.М. Білоусова // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія / За ред. С.Д. Максименка, М.В. Папучі. – Київ-Ніжин, 2008. – Том 10. Вип. 6. – С.113-116.
4. Білоусова Н.М. До проблеми вивчення почуття власної гідності як феномена моральної самосвідомості особистості / Н.М. Білоусова // Матеріали II-го Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110-річчю від дня народження Г.С. Костюка (19-20 квітня 2010 р.). – Том 1. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2010. – С.39-41.
5. Білоусова Н.М. Вивчення психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів / Н.М. Білоусова // Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 10. – Кам'янець-Подільський: Аксиома, 2010. – С.33-43.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

2.1. Організація дослідження та психодіагностика розвитку почуття власної гідності у молодших школярів

Аналіз психолого-педагогічних джерел, які присвячені вивченню морального розвитку зростаючої особистості засвідчив, що поза увагою дослідників залишилася проблема розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці, як в теоретичному, так і практичному аспектах. Для того, щоб дослідити особливості та психологічні чинники його розвитку у молодших школярів, необхідно підібрати відповідний діагностичний інструментарій, проаналізувати отримані результати за допомогою кількісного та якісного аналізу. Використовуючи кореляційний аналіз, дослідити зв'язок між основними конструктами почуття власної гідності молодшого школяра, його психологічними чинниками та з'ясувати: чи є визначені чинники корелятами відповідних конструктів почуття власної гідності молодшого школяра, і, відповідно, є правомірними. За допомогою факторного аналізу визначити домінуючий психологічний чинник чи групу чинників, які дають імпульс до розвитку зазначеного морального почуття в молодшому шкільному віці. Вирішення цих завдань і лежить в основі другого розділу нашої дисертаційної роботи.

Методика експериментального дослідження розроблялась й апробовувалась нами протягом 2008-2011 рр. Емпіричне дослідження проводилося на базі загальноосвітніх шкіл I-III ступенів № 2 і № 12 міста Чернігова та загальноосвітніх шкіл I-III ступенів сіл Іванівка і Количівка Чернігівської області. Загальна кількість учасників експерименту – 134 учні молодшого шкільного віку (8-9 років).

Відповідно до мети емпіричного дослідження термін його проведення можна поділити на три етапи: пошуковий, діагностичний та експериментальний.

Пошуковий етап роботи був присвячений вивченню теоретико-методологічних засад визначеної проблеми. В практичному плані на цьому етапі велося спостереження за особливостями прояву власної гідності молодших школярів в різноманітних ситуаціях під час їх навчання в школі й спілкування з вчителями та однолітками, з'ясовувалась ступінь розуміння учнями даного морального почуття.

Діагностичний етап був спрямований на пошук методів та методик, які б дозволили виявити особливості розвитку почуття власної гідності у молодших школярів та його психологічних чинників під час пілотажного дослідження. Кількісно-якісний аналіз результатів цього дослідження дозволив нам підібрати діагностичний інструментарій, який виявився валідним і надійним. Це надало можливість застосувати підібраний пакет діагностичних методик на експериментальному етапі емпіричного дослідження. Нами були визначені критерії, рівні та показники розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. У межах діагностичного етапу також уточнювалися наукові підходи, категоріальний апарат дослідження.

Експериментальний етап дослідження. На основі проведеного констатувального експерименту, який дозволив визначити психологічні чинники розвитку почуття власної гідності, нами була створена й апробована розвивальна

програма підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. Вона стала основою проведення формульовального експерименту. В контрольному експерименті був використаний той же діагностичний інструментарій, що й під час проведення констатувального експерименту. За результатами контрольного експерименту оцінювалася ефективність розвивальної програми, узагальнювався експериментальний матеріал, проводився порівняльний аналіз результатів учнів експериментальної та контрольної груп, формулювалися методичні рекомендації практичним психологам з оптимізації розвитку почуття власної гідності у дітей молодшого шкільного віку.

На початку констатувального експерименту ми досліджували здатність молодших школярів розуміти, узагальнювати й диференціювати моральні поняття за допомогою методики «Мое розуміння особистісних якостей людини», розробленої І.С. Булах [53], модифікованої Н.М. Білоусовою. Метою цієї методики є дослідження здатності молодших школярів орієнтуватися в основних характеристиках моральних якостей особистості (відповідальна людина; самостійна людина; справедлива людина; впевнена в собі людина; байдужа людина; людина, яка себе поважає; активна людина; образлива людина; товариська людина; смілива людина; людина з власною гідністю).

Дослідження особливостей розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів було здійснено за допомогою нестандартизованої методики самоопису – написання міні-твору «Який(а) Я» [15; 100; 285]. Самоопис може здійснюватись як у вигляді письмових звітів-творів, так і у вигляді усної розповіді про себе. О.О. Бодальов та В.В. Столін відзначають вплив побічних факторів на самоопис та його інтерпретацію [36], до яких відносять: соціальну бажаність, стратегію самопрезентації, суб'єктивну значущість знань про себе. Проте, самоопис дозволяє досить ефективно виявляти найбільш усвідомлені знання людини про себе та про ступінь їх рефлексивності. Теми творів та питання формулюються авторами дослідження відповідно до завдань експерименту [285]. Метою твору, який ми запропонували учням, було визначення наскільки молодші школярі розуміють особливості власного «Я», які моральні якості в собі відзначають, які власні дії та вчинки вважають моральними, як взагалі ставляться до себе. Серед характеристик, що презентували молодші школярі, ми виокремлювали й аналізували саме ті, які відображають уявлення дитини про себе як суб'єкта моральної поведінки, як носія певних моральних якостей. Аналіз рівнів розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів здійснювався на основі підходу, запропонованого Л.М.Співак [233]. На високому рівні власний образ «Я» як моральної особистості вважається когнітивно складним і диференційованим, якщо в самоописі мають місце морально-етичні, емоційні характеристики; індивід усвідомлює не лише те, яким він є на даний момент, але і те, яким він хоче бути, яким його вважають інші люди; використовується достатня кількість характеристик власної особистості; індивід розуміє значення цих понять і може пояснити, чому він вважає себе саме таким; у самоописі присутні як позитивні, так і негативні характеристики; індивід усвідомлює, що окремі якості власного «Я» мають різний ступінь прояву і для визначення цього ступеня самостійно використовує прислівники типу: «дуже», «трохи» й т. п. На середньому рівні образ «Я» як моральної особистості вважається

когнітивно примітивним і недиференційованим, якщо в самоописі має місце обмежена кількість морально-етичних, емоційних характеристик власної особистості; індивід не розуміє (чи неадекватно розуміє) значення таких понять і має складнощі з поясненням того, чому він себе таким вважає; в самоописі наявні тільки позитивні характеристики; не усвідомлюється і не вказується ступінь прояву таких характеристик. Низький рівень – характеризується тим, що когнітивну складність і його диференційованість важко визначити, оскільки власне «Я» ще не стало для індивіда предметом усвідомлення; чіткість та ієрархізованість уявлень про себе майже відсутні; називаються окремі характеристики власної особистості, не обґрунтовуючи їх.

Моральна рефлексія, за визначенням І.Д.Беха, – це здатність індивіда осмислювати свої спонуки, наслідки власних дій та вчинків для себе самого та інших людей, здатність до узгодження цілей власної поведінки із засобами їх досягнення [24]. Виходячи з даної позиції, ми дослідили здатність молодшими школярами усвідомлювати мотиви власної поведінки за допомогою методики «Виявлення усвідомленості різних компонентів мотиву» (автори О.В.Єрмолін та Є.П. Ільїн) [74] (додаток А). Дана методика дозволяє дізнатися, наскільки повно досліджувані враховують всі обставини ситуації (мотиватори) чи орієнтуються тільки на одну з них; чи схильні вони більше орієнтуватися на зовнішні обставини чи на внутрішні чинники; наскільки глибоко намагаються проникнути в основи своїх вчинків і дій (тобто наскільки повно відображається в їхній свідомості структура мотиву) та наскільки обґрунтовано приймаються ними рішення.

З метою виявлення особливостей розвитку моральної самооцінки у молодших школярів ми використали методику «Сходинки моральної самооцінки» (автор В.Г. Щур, адаптація М.І. Заміщак) [98]. Учням було запропоновано оцінити наскільки у них розвинуті наступні якості особистості: відповідальність, самостійність, справедливість, доброта, самоповага, товариськість, сміливість, співчуття. Перед виконанням діагностичного завдання їм було роз'яснено сутність цих якостей з метою їх правильного розуміння. Оцінка виставлялася учнем за 10 бальною шкалою (від 0 балів – якість не розвинута і не проявляється до 10-ти – якість розвинута в повній мірі та проявляється в поведінці). При аналізі отриманих даних виводився середній бал за всіма якостями. Високій самооцінці відповідали показники 10-8 балів, середній самооцінці – 7-5 балів, низькій – нижче 4-х балів (додаток Б).

З метою дослідження ступеня адекватності моральної самооцінки молодших школярів ми використали метод експертних оцінок [74]. Він використовується як зовнішній критерій, відносно якого вимірюється валідність результатів. В якості експертів в нашому дослідженні виступали батьки та вчителі. Крім пред'явлення шкал, за якими вони мали оцінити дитину, нами було роз'яснено прояви в поведінці тих чи інших моральних якостей, тобто поведінкові кореляти досліджуваної моральної якості дитини. Це було зроблено з метою мінімізації суб'єктивного впливу особистісного ставлення до дитини. Наприклад, така якість як відповідальність представлялась наступними поведінковими проявами: наскільки дитина доводить доручену їй справу до кінця; не відмовляється від складного завдання без явних причин; не шукає причини невдачі в зовнішніх обставинах; дотримується обіцянки щось виконати й т.п. Оцінку експерти здійснювали за тими ж

моральними якостями особистості, та за тією ж самою шкалою (від 0 до 10 балів), що й самі діти під час власного самооцінювання зазначених моральних якостей. Ступінь розвинутості тієї чи іншої моральної якості підраховувалася за допомогою суми балів, поставленої всіма експертами, розділеної на кількість експертів (середнє арифметичне). На наступному етапі отримані результати порівнювалися з самооцінкою кожної дитини й визначалася ступінь адекватності моральної самооцінки молодшого школяра.

З метою дослідження самоцінності молодших школярів ми застосували анкету «Моя самоцінність» (опитувальник М. Розенберга «Шкала самоповаги», модифікований Н.М.Білоусовою) [58]. (Додаток В). Високий рівень самоцінності за даною методикою відображає стійкий самоінтерес, любов до себе, усвідомлення цінності власної особистості як для себе, так і для інших; прийняття дитиною себе такою, яка вона є, дружнє ставлення до себе, згода з собою. Середній рівень самоцінності характеризує учня з суперечливим ставленням до себе, нестійким інтересом до власного «Я», неузгодженістю усвідомлення цінності власної особистості, неповним прийняттям себе як особистості, незадоволеністю собою в деяких сферах. Низький рівень передбачає втрату інтересу до власного внутрішнього світу та самознецінення – сумніви у власній цінності як для інших, так і для себе, неприйняття учнем себе таким, який він є, незадоволеність собою [178].

Висока самоцінність характеризує людину, яка сприймає себе такою, яка вона є, позитивно ставиться до себе, визнає свої сильні та слабкі риси [60]. Виходячи з цієї позиції, з метою виявлення ставлення молодших школярів до себе, ми проаналізували загальний емоційний тон, в якому діти описували власну особистість за міні-твором «Який(а) Я». На основі цього були визначені наступні групи дітей: з позитивним ставленням до себе (в самоописах яких були представлені виключно позитивні характеристики власної особистості, без опису власних недоліків); позитивним самоствавленням з елементами критичності (на фоні прийняття себе такими, якими вони є – з усіма власними перевагами та недоліками); критичним ставленням до себе (в творах таких дітей переважає опис власних негативних якостей характеру); негативним ставленням до себе, неприйняттям себе (учні описували себе виключно з негативному емоційному тоні); нейтральним самоствавленням (в творах таких учнів важко було виокремити емоційний аспект ставлення до себе, вони описували власний статус, рольові позиції, бажання, вміння).

Для виявлення особливості самоповаги молодших школярів нами було використано бесіду «Як я поважаю себе» (автор А.М. Щетиніна) [276]. Метою бесіди було вивчення особливостей та рівня самоповаги молодших школярів, усвідомлення ними власних достоїнств, позитивних характеристик, ступінь задоволеності собою. Бесіда проводилася індивідуально з кожною дитиною й складалася з декількох етапів, на яких вирішувалися конкретні діагностичні цілі. На першому етапі – з'ясовувалося розуміння учнями поняття «самоповага» («Що означає поважати себе?»; «Хто поважає тебе й за що?», «Чому важливо людині поважати себе?»); на другому – виявлялося наскільки учні поважають себе, використовуючи прийом самооцінювання за шкалою «самоповага» (модифікація методики В.Г. Щур «Сходишки») [276]; на третьому етапі – аналізувалося за що саме

діти поважають себе, за які своїякості, здібності, вміння та вчинки. Це відбувалося за допомогою методики «Коло самоповаги» (автор Л.М. Рось), яка дозволяє візуалізувати відповіді досліджуваних та виявити, за що саме дитина поважає себе (додаток Д). Учнім необхідно було розподілити коло на частини, в кожній з яких записати, за що саме вони поважають себе: за які своїякості, здібності та вміння, вчинки. Аналізувалося кількість названих параметрів в кожній частині кола й ступінь їх усвідомленості. Високий рівень самоповаги визначався в учнів, які чітко і впевнено характеризували власні якості характеру, вміння, здібності, вчинки, якими пишуться. Середній рівень самоповаги визначався у тих дітей, які заповнили лише дві частини кола. Вони повідомляли виключно про свої вміння, різні види діяльності, якими вони займаються, не могли чітко сформулювати власні позитивні сторони особистості, за які вони поважають себе, або робили це з допомогою експерта. Низький рівень самоповаги констатувався в учнів, які визначали за що поважають себе лише в одній частині кола чи взагалі не могли визначитися, не знаходили чіткої відповіді на запитання, виявляли незадоволеність собою, власними вміннями, здібностями, поведінкою.

З метою дослідження рівня й особливостей морального самоконтролю проводилося структуроване спостереження за поведінкою молодших школярів на уроках та в позаурочний час (розробник О.В. Хухлаєва) [258]. (Додаток Ж). Вчитель зачитує зазначені форми поведінки учня та відзначає наскільки вони притаманні конкретній дитині. Отримані результати аналізуються експертом й визначається ступінь розвитку морального самоконтролю молодшого школяра в напрямку збереження та підтримки власної гідності та гідності оточуючих людей.

Особливості розвитку морального самоконтролю у молодших школярів також було досліджено за допомогою авторської проєктивної методики «Життєві ситуації, в яких актуалізуються прояви почуття власної гідності» (додаток З). Метою даної методики є з'ясування наскільки молодші школярі розуміють ситуації, в яких принижується гідність людини, вміють керувати власною емоційною сферою та здатні захищати власну гідність в ситуаціях утиску та приниження. Теоретичним підґрунтям даної методики стали дослідження І.Д. Беха, Л. Бурбо, В.І. Гарбузова, А. Ф. Єрмошина, А.М. Колишко, В.В. Рибалки, К. Роджерса та ін. [29; 57; 69; 91; 120; 201; 203]. Почуття власної гідності зароджується у дитини, коли вона, пізнаючи оточуючий світ, його моральні цінності, не втрачає власне «Я», визначає, відстоює й зберігає власну особистісну позицію, має право висловити свою думку й здійснити самостійний вибір [72].

І.Д. Бех пов'язує почуття власної гідності зі свободою людини і констатує, що приниження гідності надзвичайно вразливе для неї. Кожна людина прагне до незалежності від насильства, а вільною є та, яка її досягає. Приниження – міжособистісне явище, коли особистість ставлять у принизливе становище, ображають, применшують її роль. Стан принизливості не сумісний з почуттям гідності особистості й характеризується сильною образою, роздратуванням вихованця [25; 29]. За його позицією, у взаєминах вихованців морально небезпечними є дії приниження: нешанобливе і зневажливе ставлення, образа. Як і будь-яку моральну дію, його доцільно розглядати й оцінювати у єдності мотивів і результатів. Мотив суб'єкта приниження завжди виходить за межі моральних

приписів. Об'єкт приниження неодмінно переживає негативні емоції, що спричиняє йому певну психологічну шкоду. У цьому зв'язку доцільно з'ясувати причини дій приниження однієї особистості іншою. Нею може бути викривлена форма реалізації потреби у самоствердженні. За відсутності або за значного недорозвитку соціально-моральних засобів реалізувати себе така особистість обирає легший для неї, але ціннісно деструктивний шлях. Вихованець із внутрішньою готовністю до приниження проявляє його не до будь-якого ровесника, а лише за нерівності двох суб'єктів взаємодії (нерівність у фізичному, психологічному розвитку, у розвитку волі й характеру). Коли об'єкт приниження чинить опір, ініціатор такого діяння обурюється, інколи вдається до більш болісних способів впливу. Протилежною за внутрішнім сенсом є ситуація, коли вихованець без будь-якого зовнішнього тиску принижує себе, догоджаючи іншим, наслідком чого у дитини може сформуватися рабська світоглядна позиція. Такий спосіб поведінки слід відрізнити від подібного за зовнішніми параметрами, але відмінного за мотивацією, а саме маніпулювання людини людиною. У цьому разі вихованець догоджає іншим з метою завоювання їх прихильності або досягнення певної їх підтримки [25].

Приниження особистості, її гідності, на думку В.В. Рибалки, це рух у напрямку втрати людиною свого особистісного потенціалу. Різні форми приниження цінності дитини, її гідності стають основною причиною академічної неуспішності, відхилень у поведінці й все частіших випадків суїциду серед учнів [201]. Л. Бурбо розглядає приниження як дію, метою чи результатом якої є груба образа, удар по власній гідності чи гідності іншої людини [57]. Людина повинна поводитися гідно, тобто – не принижуватись і не дозволяти принижувати себе іншим людям, в якій життєвій ситуації вона не потрапляла [92]. Справжнє самоствердження, на думку В.І. Гарбузова, – у здатності відстояти й зберегти свою гідність [69].

А.Ф. Єрмошин можливими реакціями людини на приниження гідності називає образу; фізичну або вербальну агресію; переживання почуття поразки з зануренням у себе, жалю до себе, самозвинувачення; апатію, відчуженість; регресію; реагування за «дитячим типом» (плач, відчай, вимога уваги до себе, підключення до ситуації оточуючих, накопичення напруги або емоційний вибух, експансивний вираз обурення). Людина з природженим почуттям власної гідності, на думку вченого, навіть при переживанні деякого збитку власній гідності, з великою вірогідністю збереже впевненість в собі, сприйме проблему дистанційно, буде намагатися «працювати на території супротивника», не впускаючи переживання всередину [91].

Деякі дослідники визначають наступні умови, при яких людина не буде занадто вразливо реагувати на приниження власної гідності – високий рівень розвитку рефлексії, безумовне самоприйняття, здатність виявити суб'єктивні джерела самопідкріплення [120; 203].

Представлені погляди науковців дозволили нам зробити висновок про те, що почуття власної гідності людини проявляється у поведінковій готовності відстояти свою гідність в будь-яких ситуаціях.

З метою визначення тих життєвих ситуацій, в яких діти відчувають себе приниженими, ми провели бесіду з учнями третіх-четвертих класів. Проаналізувавши їх відповіді (n=75), ми зробили висновок, що найчастіше молодші школярі потрапляють в ситуації приниження під час взаємодії з однолітками,

однокласниками (49 %). Називалися наступні ситуації: образа поганими словами, висміювання під час ситуацій, в яких вони зазнавали невдачі чи висміювання їх зовнішності, фізичне приниження (підніжка, штовхання, кидання камінцями та ін.). Отримання поганих оцінок принижує 3 % респондентів; 4 % опитаних визначають ситуації приниження з боку вчителя (кричить, свариться, називає неприємними словами) та 3 % – з боку батьків (кричать, сварять, забирають речі, які належать дитині з метою її покарання та ін.). Інші досліджувані (41 %) не змогли визначити ситуації приниження чи таких не пригадували. Отже, отримані результати дозволили нам виявити тих суб'єктів взаємодії, від дій яких найбільше страждає гідність дитини – однолітки, однокласники, вчителі, батьки та ситуації, в яких її гідність принижується найчастіше: вербальні агресивні нападки та фізичні агресивні дії.

На основі вище зазначених теоретичних досліджень та результатів емпіричного дослідження й була створена авторська проєктивна методика. Високий рівень готовності молодшого школяра до захисту й відстоювання власного «Я» в ситуаціях приниження чи морального тиску констатується коли досліджуваний розуміє (в усіх пред'явлених ситуаціях), що «постраждалий» переживає приниження; демонструє тип реакції в формі вербального протистояння «кривднику» чи фізичного захисту себе у конструктивній формі з усіма суб'єктами взаємодії (вчителями, батьками, однолітками) без допомоги експерта. Середній рівень визначається, коли досліджуваний інтерпретує не всі пред'явлені ситуації як принизливі; демонструє готовність захищати себе в тих ситуаціях, в яких відсутній тиск авторитетних дорослих, а саме: в протистоянні лише одноліткам; демонструє реакції самозахисту в неконструктивних формах; виконує завдання з незначною допомогою експерта. Низький рівень визначається, коли учень не інтерпретує представлені ситуації як принизливі; висловлює неконструктивні способи реагування на запропоновані ситуації чи взагалі не демонструє ніяких форм самозахисту.

Для дослідження психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів ми підібрали методи та методики, які представимо більш детально.

З метою дослідження розуміння молодшими школярами власної індивідуальності була використана методика «Хто Я?» (автори М.Кун, Т. Макпартленд; адаптована Т.В.Румянцевою) [208]. Вона використовується для вивчення змістовних характеристик ідентичності особистості. Питання «Хто Я?» на пряму пов'язане з характеристиками власного сприйняття людиною себе. Отже, за визначений час учням необхідно було записати якомога більше відповідей на питання: «Хто Я?». Отримані результати аналізувалися відповідно до мети дослідження. Об'єктом нашої уваги виступали особливості знань та уявлень молодших школярів про себе, ступінь усвідомлення ними власних соціальних, емоційних, інтелектуальних і фізичних якостей, їх ставлення до себе. Вивчався зміст та ступінь усвідомлення молодшими школярами власних потреб, можливостей, інтересів, стосунків з оточуючими. Під час проведення контент-аналізу отриманих результатів, ми звертали увагу на співвідношення образу «Я» у досліджуваних, а саме: об'єктивний аспект (соціальні та поведінкові характеристики: молодший школяр описує себе переважно в термінах своїх соціальних ролей, статусів і вчинків)

та суб'єктивний аспект (мотиваційні самохарактеристики: молодший школяр описує себе в термінах емоцій, установок, бажань). Співвідношення означених аспектів може характеризувати суб'єктивну активність молодшого школяра в напрямку самопізнання та самоаналізу й свідчити про відповідний рівень розвитку рефлексивності, здатність розкривати внутрішню картину власної індивідуальності, натомість, об'єктивні самохарактеристики констатують зовнішні особливості власного «Я». Враховуючи цю особливість, ми аналізували фізичні самохарактеристики; соціальні ідентичності (характеристики власних соціальних ролей, статусів, дій, вчинків); особистісні диспозиції (характеристики власних якостей особистості, бажання, мрії, переваги).

Розвиток позитивного образу «Я» досліджувався нами за допомогою бесіди «Розкажи про себе» (автор А.М.Щетиніна) [276]. Мета бесіди – вивчення рівня і характеру оцінки, сформованості образу «Я», ступеню усвідомлення учнями власних соціальних, емоційних, інтелектуальних і фізичних якостей, ставлення до себе. Бесіда проводилася індивідуально з кожним учнем і складалася із кількох етапів, на кожному із яких вирішувалися свої діагностичні цілі. На початку бесіди ми просили досліджуваного розповісти про себе все, що він знає і хоче. Потім задавали запитання з приводу його зовнішності; на виявлення уявлень дитини щодо власних особистісних якостей, можливостей; уявлень про себе, як про друга (подругу), сина (доньку), учня (ученицю) та ін. Відповіді дитини та її емоційні реакції фіксувалися експертом, а потім аналізувалися. На основі аналізу результатів бесіди складалася індивідуальна карта образу «Я» молодшого школяра та ступінь його позитивного ставлення до себе.

Дослідники засвідчують, що адекватність самооцінки характеризується мірою співпадіння оцінки учнем результатів власної діяльності з зовнішніми оцінками цих же результатів і відображенням цього співпадіння в свідомості самого учня [199]. В роботах М.І. Лісіної, В.В. Століна, С.Р. Пантілеєва, А.І. Сильвестру наголошується на необхідності відмовитися від характеристики адекватності самооцінки, аргументуючи це тим, що існують сумніви щодо самої можливості адекватного визначення й пізнання себе та іншого [147; 235; 178; 223]. В обґрунтуванні психологічних чинників розвитку почуття власної гідності молодшого школяра наголошено на важливості сформованості адекватної самооцінки як умови розуміння й реалістичного оцінювання власної особистості у людини з розвинутим почуттям власної гідності.

Виходячи з того, що самооцінка – це оцінка особистістю власних фізичних, інтелектуальних, емоційно-вольових, комунікативних, моральних якостей, можливостей [196] із метою визначення ступеню адекватності самооцінки молодшими школярами, нами були використані наступні методики: методика Т. Дембо-С. Рубінштейн на дослідження самооцінки (в модифікації Г.М. Прихожан) [193], Шкала оцінки власної компетентності (розроблена С. Хартер для вивчення диференційованої самооцінки молодших школярів, адаптована Н.С. Чернишовою) [263] та метод експертних оцінок [260].

Методику Т. Дембо-С. Рубінштейн ми використовували для визначення рівня самооцінки молодших школярів. Дітей з завищеною та заниженою самооцінкою ми відносили до групи дітей з неадекватною самооцінкою. Найбільш придатні, з точки

зору особистісного розвитку дитини, є середня чи висока самооцінка при помірній диференціації. Методика представлена вісьмома біполярними шкалами: здоровий – хворий; охайний – неохайний; вмілий – невмілий; розумний – нерозумний; добрий – злий; є друзі – немає друзів; веселий – нудний; гарний учень – поганий учень, за якими діти оцінювали себе. (Див. додаток К).

Шкала оцінки власної компетентності С. Хартер дозволяє виявити оцінку учнями власної умілості («компетентності») в найбільш значущих сферах шкільного життя: навчальна діяльність, спілкування з однолітками, заняттях спортом, в іграх. Методика включає чотири субшкали, за допомогою яких виявляються оцінки в пізнавальній діяльності (учбова активність та засвоєння знань: легкість отримання гарної оцінки, винахідливість в пошуку відповіді, швидкість розуміння прочитаного); спілкуванні з однолітками (успішність взаємодії з однолітками: кількість друзів, популярність, вміння подобатися оточуючим); позанавчальній діяльності (допитливість у виборі ігор, відбір в команду для гри, вміння швидко бігати) та шкала самоприйняття (особливості й ступінь самоприйняття дитини: впевненість у собі, правильність поведінки, стремління бути несхожим на інших, ставлення до себе як до гарних, успішних). Шкала самоприйняття окремо аналізувалася нами при дослідженні даного утворення у молодших школярів, що дозволяється автором методики. Самооцінка оцінюється окремо за кожною шкалою й має такі рівні: низька, середньо-низька, середня, середньо-висока та висока самооцінка (див. додаток Л). На нашу думку, молодший школяр з адекватною самооцінкою буде оцінювати себе в різних видах діяльності по-різному. У випадку коли всі самооцінки молодшого школяра будуть завищені чи занижені ми будемо відносити таку дитину до групи дітей з неадекватною самооцінкою (відповідно неадекватною заниженою чи неадекватною завищеною).

Для визначення ступеню адекватності самооцінки ми використали метод експертних оцінок, посилаючись на дослідження Г.А. Цукерман та Д.В. Гінзбург [260]. Для того, щоб виділити групи дітей з адекватною та неадекватною самооцінкою, вчені вираховували показники між дитячою самооцінкою за шкалою «розумний – не розумний» та оцінкою дитини вчителем за цією ж шкалою. В ролі експертів у нашому дослідженні виступали батьки та педагоги, яким було запропоновано оцінити ступінь розвинутості тієї чи іншої якості особистості в їхніх дітей (ідентичні до тих, за якими оцінювали себе учні за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн). Перед оцінюванням експерти отримували інструкцію й критерії оцінювання: 10 балів – найвищий бал, коли названа якість розвинута дуже добре у дитини, яскраво виражена й проявляється часто та в різних видах діяльності як риса характеру; найменший показник – 0 балів, коли визначена якість взагалі не розвинута й не проявляється в життєдіяльності дитини. Після цього експертні бали піддавалися математичній обробці (визначався середній бал за всіма експертами) і порівнювалися з результатами самооцінки конкретного учня. Якщо самооцінки досліджуваних були вищими, порівняно з оцінками експертів, таких учнів ми відносили до групи з неадекватно завищеною самооцінкою. Якщо ж самооцінки учнів були нижчими, порівняно з оцінками експертів, то вони відносилися до групи з неадекватно заниженою самооцінкою. І ті учні, самооцінки яких співпадали з оцінками експертів, відносилися нами до групи дітей з адекватною самооцінкою.

Для дослідження самоприйняття молодшими школярами ми підібрали наступні методики: шкала самоприйняття (методика С. Хартер в адаптації Н.С. Чернишової) [263] та рефлексивне спостереження в освітньому процесі (автор Н.Г. Ємузова) [90].

Для визначення рівня самоприйняття у дітей ми використали шкалу самоприйняття методики С. Хартер, описаної вище. Відповідно до отриманих балів розрізняється низький, середньо-низький, середній, середньо-високий та високий рівні самоприйняття [263]. (Див. Додаток Л).

Структуроване спостереження за взаємодіями учнів, розроблене Н.Г. Ємузовою [90] дозволяє визначити профіль лінії поведінки учня, який відображає його самоприйняття чи неприйняття себе. Елементарні фрагменти поведінки, представлені в бланку спостереження, містять цінності власного «Я» дитини, її духовної сутності, фізичного обліку. Самоприйняття характеризується наявністю почуття власної гідності, здатністю до взаємодії та впевненістю у собі, намаганням представити себе іншим як унікального індивіда. Характерними рисами самонеприйняття є: переживання почуття неповноцінності, впевненості у власній непривабливості, нецікавості для оточуючих, некомпетентності (нерозумності). (Додаток М).

Вслід за В.В. Століним, ми визначаємо високий рівень самоприйняття як дружнє ставлення до себе, згода із самим собою, схвалення власних планів та бажань, емоційне, безумовне прийняття себе таким, який ти є, навіть із власними недоліками. Середній рівень визначається відсутністю стійкого самоствавлення: почуття симпатії до власної особистості змінюється антипатією, незадоволеністю деякими власними рисами, критикою себе без позитивного схвалення, сумнівами щодо себе; низький рівень характеризується відсутністю симпатії до себе, неприйняттям себе таким, який ти є, незадоволеністю собою, негативними висловлюваннями в свою адресу [235].

Моральну саморегуляцію й особливості її розвитку в молодших школярів ми досліджували за допомогою означеного вище структурованого спостереження за взаємодіями учнів (розроблено Н.Г. Ємузовою) [90], яке дозволяє визначити профіль лінії поведінки, що відображає самовираження в добродійності чи самовираження в зверхності (Блок В); саморозвиток чи самообмеження (Блок Г) та самоствердження в соціально придатному розкритті власної особистості чи самоствердження в соціально непридатному захисті особистості (Блок Д). Самовираження в добродійності характеризується намаганням дитини покладатися на власні сили, вірою в добро та справедливість, допомогою іншим, вмінням розділяти радість та успіхи оточуючих, схильністю до миролюбного розв'язання конфліктів, нетерпимістю до насильства над собою та іншими; така дитина власний неуспіх пов'язує із своїми помилками. Самовираження в зверхності проявляється в бажанні молодшого школяра володарювати над іншими, висміюванні інших, в зневажливому ставленні до інших, презирстві до слабкості, визнанні пріоритетною цінністю позиції сили; такі учні на неуспіх чи поразку реагують агресією, вони часто ображаються, конфліктують, часто жорстокі. Саморозвиток характеризується цілеспрямованістю, відповідальністю, самостійністю в виконанні завдань, активністю, намаганням розвивати власні здібності. Самообмеження проявляється в байдужості учнів до

навчання, пасивності, безвідповідальності, некритичному ставленні до себе, небажанні (чи невмінні) проявляти вольові зусилля в справах. Самоствердження в саморозкритті характеризується проявом таких якостей як дружелюбність, порядність, безкорисливість, працелюбність, великодушність. Такі учні поважають власну самоцінність та цінність іншого. Самоствердження в захисті проявляється в остраху неконтрольованих ситуацій, ворожості з боку оточуючих, очікуванні зазіхань на власні права, в егоїстичності, меркантильності, схильності до деспотичності, знеціненні інших.

Отже, представлені методики дозволять нам дослідити особливості розвитку почуття власної гідності у молодших школярів та психологічні чинники, які обумовлюють та сприяють його розвитку.

2.2. Особливості розвитку почуття власної гідності в учнів молодшого шкільного віку

Аналіз зарубіжної та вітчизняної наукової літератури щодо проблеми розвитку почуття власної гідності зростаючої особистості як феномена моральної самосвідомості засвідчив, що на сьогоднішній день вона є соціально значущою та недостатньо дослідженою. Від її розв'язання залежить успіх гуманізації системи освіти, підвищення загальної культури в суспільстві, перспектива розвитку сучасної людини. Особливого значення ця проблема набуває в молодшому шкільному віці.

Дослідження специфіки розвитку почуття власної гідності у молодших школярів та виявлення психологічних чинників, що обумовлюють та сприяють розвитку визначеного морального почуття у дітей молодшого шкільного віку, здійснювалося за допомогою спеціально створеного та апробованого нами у ході емпіричного дослідження психодіагностичного інструментарію.

Констатувальний експеримент проходив в три етапи: на першому етапі дослідження з'ясовувалися особливості прояву та рівні розвитку виявлених теоретичним шляхом основних конструктів почуття власної гідності молодшого школяра; на другому етапі досліджувалися психологічні чинники розвитку почуття власної гідності у дітей зазначеного віку; на третьому – аналізувалися результати дослідження за допомогою математико-статистичних методів обробки отриманих даних.

Перед початком проведення констатувального експерименту учасників налаштували на відвертість, активність, право на відмову від діагностичного дослідження, вираження власних почуттів і переживань, чесність при відповідях, конфіденційність отриманих даних.

Важливою умовою виникнення і протікання когнітивної діяльності є здатність молодших школярів до моральної саморефлексії, що розглядається як універсальний механізм розвитку моральної самосвідомості. В цьому зв'язку був застосований модифікований варіант методики **«Моє розуміння особистісних якостей людини»**, що дозволив виділити рівні усвідомлення моральних якостей особистості молодшими школярами й описати їх особливості (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Показники рівнів розуміння моральних якостей особистості молодшими школярами, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%

Високий	6	4,48
Середній	70	52,23
Низький	58	43,29

На основі результатів, презентованих у таблиці, ми можемо відзначити, що незначна частина молодших школярів (4,48 %) має високий рівень розуміння моральних якостей особистості. Вони добре орієнтуються в моральних поняттях, дають моральним якостям особистості відносно повні характеристики. Наприклад, учні вказували на такі особливості «відповідальної людини»: «відповідає за свої вчинки й піклується про інших» (Я.Б., 9 р. 5 міс.); «самотійна, впевнена, робить все дуже чітко, контрольована та стримана людина» (Г.Ф., 9 р. 2 міс.); «така людина, якій можна довірити дуже складну справу до якої вона дуже серйозно поставиться» (М.М., 8 р. 9 міс.); «їй можна щось доручити та не сумніватися, що вона це зробить» (О. Ш., 9 р. 4 міс.); «самотійну людину» характеризували так: «людина, яка незалежна ні від кого і самотійно приймає рішення» (Я.Б., 9 р. 7 міс.); «впевнену в собі людину» – «відстоює своє право в житті» (Я.Б., 9 р. 7 міс.); «тому що вона знає, що думає правильно» (М.К., 9 р. 11 міс.); «знає, що це в неї вийде» (А. З., 9 р. 2 міс.); «людину, яка себе поважає» – «не дозволить себе образити чи принизити» (Я.Б., 9 р. 7 міс.); «сміливу людину» – «може зробити відважний вчинок» (Я.Б., 9 р. 7 міс.); «не боїться нічого, знову і знову йде до своєї мети» (М. К., 9 р. 11 міс.); «ніколи не дає себе принижувати та може постояти за себе» (О. Ш., 9 р. 4 міс.); «справедливу людину» – «розсудливо ставиться до будь-яких суперечок» (М.М., 8 р. 9 міс.); «байдужу людину» – «холодна, яка не має ніяких почуттів» (Г.Ф., 9 р. 2 міс.); «людину з власною гідністю» – «може відмовитися від того, що вважає непотрібним у своєму житті» (Я.Б., 9 р. 5 міс.).

Середній рівень виявлено у 52,23 % молодших школярів і характеризується нерівномірним засвоєнням моральних понять – одні якості особистості їм більш зрозумілі (наприклад, відповідальна, самотійна, активна, товариська, смілива людина), ніж інші (байдужа людина; людина, яка себе поважає; людина з власною гідністю). Моральні якості частіше ілюструються шляхом опису конкретних ситуацій або характеристик (наприклад, самотійна людина – «може приготувати сама суп» (В.Р., 9 р. 2 міс.); активна людина – «швидко бігає» (Г. П., 8 р. 3 міс.), «найкраща на фізкультурі» (Д.П., 9р.5 міс.).

Дещо меншій половині молодших школярів (43,29 %) притаманний низький рівень. У таких дітей виникають труднощі в розумінні моральних якостей особистості, відслідковується нечітка орієнтація в них; вони часто дають відповіді, засновані на формальних асоціаціях (активна людина – «швидка» (Д. П., 9 р. 5 міс.); самотійна людина – «самотійно щось робить» (В.Л., 8 р. 2 міс.); байдужа людина – «ні з ким не дружить» (С.М., 8 р. 4 міс.). В основі такої неузгодженості можуть бути слабкість абстрактного мислення, мовленнєвого розвитку; активність механізмів психологічного захисту, які заважають адекватному самосприйняттю й саморозумінню.

Особливо в контексті нашого дослідження нас цікавило розуміння учнями значення такої моральної якості особистості, як «людина з власною гідністю». Учні четвертих класів давали наступні характеристики: розумна; самовпевнена; поважає

себе; розуміє, що у неї є гідність у всьому; яка захищає свою гідність; яка не поступається гідністю; не говорить образливих слів; поступається місцем; яка не піде на поганий вчинок; робить все хороше; горда; пишається собою; має свій талант; як сказала так і буде і т.п. В той час, як учні третіх класів характеризували людину з власною гідністю як: гідну, вірить у себе, розумну, горду та ін., хоча таких була невелика кількість. Наведені приклади ілюструють здатність молодших школярів розуміти й пояснювати складні моральні поняття, яка підвищується з віком. Учні краще розуміють ті якості, з якими вони зустрічаються частіше в навчальному процесі та процесі спілкування з іншими (на них більше акцентують дорослі, частіше висвітлюються в навчальному матеріалі). На процес розуміння моральних якостей впливає обмежений життєвий досвід молодших школярів, недостатньо розвинута здатність до абстрагування, яка викликає труднощі процесу узагальнення; культура моральної компетентності мікросоціального середовища, в якому вони розвиваються і виховуються.

З метою визначення особливостей розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів ми використали методику самоопису – написання **міні-твору «Який (яка) Я»**. Нашим основним завданням, в результаті проведення даної методики, було виявити через словесні формулювання характеристики власної особистості, образу «Я» дитини як моральної особистості та ставлення молодших школярів до себе. Інструкція конкретизувалася таким чином: «Напишіть про себе все, що вам захочеться, щоб про вас могла дізнатися людина, яка з вами не знайома. Опишіть, яка ви людина (добра чи зла, дружелюбна чи егоїстична, відповідальна чи ні); як ви поведетеся з однолітками, як ставитеся до дорослих; які ваші вчинки вам подобаються, а які ні». Час виконання завдання не обмежувався. При обробці отриманих даних нами аналізувалися висловлювання, які носили суб'єктивні характеристики власної особистості, а саме: самооцінка, ступінь прийняття себе, моральні якості особистості, риси характеру, а також опис індивідуального стилю моральної поведінки (наприклад, «добрий», «допомагаю мамі, друзям», «ділюся з іншими» й т.п.). Майже не показовими для нашого дослідження були висловлювання учнів про власні вміння, вподобання та бажання (наприклад, «я хочу конструктор», «у мене є братик», «я вмю їздити на велосипеді», «люблю читати, грати, їсти борщ» й т.п.). Також при аналізі самоописів ми виходили з позиції, що людина, якій притаманний високий рівень рефлексії дає в середньому більше відповідей про себе, а людина з більш низьким рівнем рефлексії може дати лише дві-три відповіді й під час бесіди виявляється, що вона дійсно не знає, як можна ще себе охарактеризувати [208].

Здійснивши упорядкування висловлювань за частотою їх вживання, ми визначили, що в основному досліджуваними використовуються наступні характеристики власних моральних якостей: доброта, доброзичливість, ввічливість, турботливість; рідше зустрічаються наступні якості характеру: щедрість, справедливість, чутливість, відвертість, твердість характеру та інші. У більшості творів виявлялась їх схильність описувати себе в соціальних термінах, прагнення підкреслити свою приналежність до певної групи, статі (наприклад, «я – син», «навчаюся в школі», «відвідую музичну школу» й т.п.).

Власні якості учні описували в переважній більшості за допомогою позитивних характеристик, але зустрічалися й критичні висловлювання на власну адресу з моральною модальністю: «злий», «злопам'ятний», «не дуже чесний», «не відповідальний», «жорстка», «люблю тільки себе». Це засвідчує здатність молодших школярів здійснювати самоаналіз на основі рефлексивних здібностей. Прикладом високого рівня розвитку саморефлексії є наступні самоописи дітей: «...я дуже радію, коли отримаю гарну оцінку, коли хтось скаже щось хороше, тоді гарні емоції виливаються з мене, тоді я усміхаюся, радію. Я дуже добра, щедра. Я не люблю, коли мене обманюють» (Г.А., 9 р. 2 міс.); «Я не дуже чесна, і це знаю сама, але мені дуже хочеться бути чесною. Я знаю, що всі люди не завжди бувають чесними. Я скромна і добра ...» (М.К., 9 р. 5 міс.); «Можу бути зла, а можу бути доброю. Мабуть, я ще не жадібна, можу іноді любити тільки себе ...» (М.Ш., 9 р. 8 міс.); «...інколи у мене буває на душі погано. Наприклад, коли я когось образила чи мене. Мені стає погано на душі та на совісті. У такої людини, як я, часто змінюється настрій. Наприклад, п'ять хвилин назад я сміялася, а через хвилину мені стає дуже погано, не знаю, чому. Мені сподобався хлопчик, але я не можу сказати, і мені стає сумно» (Л.З., 9 р. 2 міс.); «... я тверда людина, я не змінюю своєї думки, іноді це доводить до суперечок» (М.М., 9 р. 7 міс.).

Здійснивши якісний та кількісний аналіз самоописів, ми з'ясували, що молодшим школярам притаманні різні рівні розвитку моральної саморефлексії (високий, середній та низький). Критеріями визначення рівнів розвитку моральної саморефлексії виступили: уявлення про себе як про моральну особистість, суб'єкта моральної поведінки та ставлення до оточуючих людей (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Показники рівнів розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів (за самоописом), n=134

Рівні	Показники	
	абс.к-сть	%
Високий	35	26,12
Середній	75	55,97
Низький	24	17,91

Високий рівень розвитку моральної саморефлексії (26,12 %) виявляється у розмірковуванні учнів про себе як про особистість, якій притаманні моральні риси, моральна поведінка, про ставлення до інших людей, про свої негативні якості, якими їх вважають інші люди та виявляється бажання змінитися на краще. Для самоописів цієї категорії використовується достатня кількість характеристик власної особистості; молодший школяр розуміє значення цих понять і може пояснити, чому він вважає себе саме таким; присутні як позитивні, так і негативні характеристики; усвідомлення, що окремі якості мають різний ступінь прояву і для визначення цього ступеня використовуються прислівники: «дуже», «трохи», «не зовсім» і т.п. У молодшому шкільному віці, за результатами самоописів, переважає середній рівень

розвитку моральної саморефлексії (55,97 %). Для творів таких учнів характерна обмежена кількість особистісних якостей, морально-етичних, емоційних характеристик, особливо тих, що характеризують дитину як суб'єкта моральної поведінки. Часто вони не розуміють (чи розуміють неадекватно) значення моральних якостей, якими характеризують себе, здебільшого використовуються позитивні характеристики власної особистості, що вказує на недостатній розвиток у таких дітей особистісної рефлексії. Низький рівень розвитку моральної саморефлексії (17,91 %) характеризується наявністю у творах висловлювань, змістом яких є констатація певних реальних фактів із життя; інформація про себе як про суб'єкта моральної поведінки дуже узагальнена та схематична або відсутня зовсім. Це є свідченням того, що власне «Я» у таких дітей ще не стало предметом усвідомлення, що ускладнює здатність до моральної саморефлексії.

Результати методики «**Виявлення усвідомленості різних компонентів мотиву**» дозволили нам дізнатися, наскільки молодші школярі можуть аналізувати ситуації з моральним змістом, усвідомлювати мотиви власної поведінки, наскільки здатні враховувати всі обставини ситуації, що склалася, чи орієнтуються тільки на одну з них; схильні більше орієнтуватися на зовнішні обставини чи на внутрішні чинники; наскільки глибоко вони намагаються проникнути в основи своїх вчинків, дій. Мотивами власної поведінки виступає моральний контроль, декларований іншими (наприклад, «не можна відриватися від колективу», «не хочу підвести клас», «старість треба поважати» й т.п.) чи моральний контроль, який ґрунтується на власних моральних установках та принципах, емпатійному переживанні (наприклад, «поставив себе на його місце», «йому було самотньо», «він мій друг, а я не можу покинути друга в біді» і т.п.). Наскільки проявляється оцінка власних можливостей (наприклад, «я сильний, сміливий», «я зможу це зробити», «тому що я вмю це гарно робити» і т.п.); вміння передбачати наслідки власних дій та вчинків (наприклад, «можу залишитися без друзів», «можу перемогти», «можуть посварити батьки» і т.п.). Проаналізувавши отримані результати за визначеними параметрами, ми виділили учнів з високим, середнім та низьким рівнем усвідомлення різних компонентів мотиву (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Показники рівнів усвідомленості різних компонентів мотиву в молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	38	28,36
Середній	68	50,75
Низький	28	20,89

Так, високий рівень виявлено у 28,36 % респондентів, які аналізують ситуації з моральним змістом, усвідомлюють мотиви власної поведінки, враховують усі обставини ситуації, що склалася, достатньо глибоко намагаються проникнути в основи своїх вчинків, схильні орієнтуватися на внутрішні чинники, які сприяють виходу із ситуації, більш-менш обґрунтовано приймають рішення як саме діяти в тій чи іншій ситуації. Середній рівень зафіксовано у половини (50,75%) молодших

школярів. Аналізуючи ситуації з моральним змістом, вони не завжди усвідомлюють мотиви власної поведінки, не повністю враховують усі обставини ситуації, що склалася чи орієнтуються тільки на одну з них, схильні більше орієнтуватися на зовнішні обставини ніж на внутрішні чинники, рішення, як саме діяти в тій чи іншій ситуації у них частіше продиктоване власними інтересами чи потребами. Низький рівень виявлено у 20,89 % досліджуваних, яким було складно усвідомити мотиви власної поведінки. Вони частіше орієнтуються тільки на власні потреби, звинувачують інших у своїх невдачах, демонструють поверховість в усвідомленні мотивів своєї поведінки, рішення, як діяти, скоріше продиктоване зовнішніми обставинами, ніж внутрішніми чинниками.

Таким чином, аналіз отриманих результатів за представленими методиками дозволив нам виокремити учнів з різним рівнем розвитку моральної саморефлексії: високим, середнім та низьким, що представлено в табл. 2.4.

Таблиця 2.4

Показники рівнів розвитку моральної саморефлексії в молодших школярів, n=

134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	28	20,90
Середній	83	61,94
Низький	23	17,16

Результати дослідження моральної саморефлексії свідчать, що п'ятій частині (20,90 %) учнів притаманний високий рівень її розвитку: вони виокремлюють власні моральні якості та здатні їх проаналізувати; при цьому осмислюють і свої негативні якості та висловлюють бажання змінитися на краще, прагнуть оцінювати власні моральні дії як гідні чи негідні, намагаються усвідомлювати мотиви та наслідки власної поведінки. Трохи більшій половині (61,94 %) учнів властивий середній рівень; ці досліджувані здатні здійснювати рефлексивний аналіз власної особистості, використовуючи незначну кількість (2-3 терміна) моральних якостей, але не завжди можуть їх прокоментувати; усвідомлення ними своїх сильних сторін дещо переважає над здатністю критично оцінити свої недоліки; ситуативно звертаються до прикладів власних моральних дій, оцінюючи їх більшою мірою як гідні чи негідні; не в усіх ситуаціях розуміють мотиви та наслідки власної поведінки. Близько п'ятої частини (17,16 %) молодших школярів мають низький рівень, який характеризується обмеженістю чи відсутністю виокремлення й аналізу власних моральних якостей; діти цієї групи не наводять прикладів моральної поведінки, не здатні оцінити їх як гідні чи негідні, майже не усвідомлюють мотиви та наслідки власної поведінки.

Отже, отримані результати дають можливість зробити висновок, що наприкінці молодшого шкільного віку учні стають більш критичнішими до себе, здатні бачити не тільки позитивні сторони власної особистості, а й власні недоліки, аналізувати мотиви власної поведінки, передбачати наслідки своїх дій. Це свідчить про поглиблення моральної саморефлексії, яка вже в підлітковому віці стане основним віковим надбанням.

Особливості моральної самооцінки молодших школярів ми досліджували за допомогою самооцінних шкал методики «Сходинки моральної самооцінки». Оцінка дітьми себе за такими якостями як відповідальність, самостійність, справедливість, доброта, самоповага, товарицькість, сміливість, співчуття дозволила нам визначити загальну тенденцію до завищення самооцінок у молодших школярів. Результати за цією методикою відображено в табл. 2.5.

З високою моральною самооцінкою виявлено переважну більшість досліджуваних (76,86 %), які задоволені собою як моральною особистістю, вважають себе відповідальними, самостійними, справедливими, добрими, товарицькими, сміливими, співчутливими, поважають себе. Середній рівень притаманний 1/5 частині (18,66 %) учнів, котрі адекватно оцінюють власні моральні якості, не завищують і не занижують їх. З низькою моральною самооцінкою виявлено незначну кількість (4,48 %) учнів, які не задоволені собою як моральними особистостями.

Таблиця 2.5

Показники рівнів розвитку моральної самооцінки в молодших школярів (за результатами самооцінювання), n=134

Рівні	Показники	
	абс.к-сть	%
Високий	103	76,86
Середній	25	18,66
Низький	6	4,48

Отримані результати можна пояснити недостатньою розвинутістю у молодших школярів здатності до диференціації й адекватності самооцінки та бажанням більшості досліджуваних ідеалізувати власне «Я».

Залучення експертів допомогло нам визначити ступінь адекватності моральної самооцінки молодших школярів (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Показники ступеня адекватності моральної самооцінки молодших школярів, n=134

Ступінь адекватності моральної самооцінки	Показники	
	абс.к-сть	%
Завищена	58	43,28
Адекватна	66	49,26
Занижена	10	7,46

Адекватна моральна самооцінка (49,26 %) характеризує дитину, яка достатньо критично ставиться до власної особистості, правильно оцінює свої вчинки, ставлення, позиції, мотиви, цінності тощо. Оцінюючи себе, досліджувані цієї групи висвітлювали як позитивні, так і негативні прояви своїх моральних якостей. З одного боку, це може бути пов'язано із розвитком мисленневих операцій – аналізу, порівняння, синтезу, що утворюють раціональну основу моральної самооцінки, а з іншого – постійне перебування у ситуації соціальної взаємодії, яка супроводжується оцінювальною діяльністю, сприяє формуванню у молодших школярів власних

критеріїв морального самооцінювання. Саме завдяки засвоєнню цих критеріїв дитина може оцінити не лише свої сильні сторони, але й негативні прояви, зіставляючи «Я-реальне» та «Я-ідеальне».

Неадекватно завищена (43,28 %) моральна самооцінка проявляється в переоцінюванні досліджуваними рівня моральності власної особистості. Це дає підстави стверджувати про несформованість у майже половини молодших школярів рефлексивності під час вибору моральних критеріїв за якими вони себе оцінюють. Неадекватно занижена моральна самооцінка спостерігається у незначній кількості (7,46 %) дітей, які виявляють невдоволення собою.

На основі даних самооцінювання та оцінок експертів ми визначили учнів з різним рівнем розвитку моральної самооцінки (табл. 2.7).

Таблиця 2.7

Показники рівнів розвитку моральної самооцінки в молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс.к-сть	%
Високий	51	38,00
Середній	77	57,50
Низький	6	4,50

Високий рівень (38,00%) констатувався у молодших школярів, які достатньо адекватно оцінювали власні моральні якості, середній (57,50 %) – у дітей, які іноді завищували власні моральні якості й низький рівень (4,50 %) – у досліджуваних, які недооцінюють власну особистість, занижують власні моральні якості.

Тяжіння до пізнання й оцінки морально-психологічних якостей людей викликає у молодшого школяра інтерес до себе, потребу порівнювати себе з іншими, оцінювати себе. До недавнього часу його оцінювали дорослі, а тепер він вчиться оцінювати себе сам. Діти ще не завжди здатні адекватно оцінити себе й свої можливості, часто помиляються, роблять випадкові та необґрунтовані висновки. Таким чином, у молодших школярів необхідно формувати адекватні еталони самооцінювання.

Для дослідження особливостей самоцінності молодших школярів було використано анкету «**Моя самоцінність**», отримані результати представлено в табл. 2.8.

Таблиця 2.8

Показники рівнів самоцінності молодших школярів (за результатами анкети), n=134

Рівні	Показники	
	абс.к-сть	%
Високий	66	49,26
Середній	55	41,04
Низький	13	9,70

Високий рівень (49,26%) самоцінності за даною методикою відображає стійкий самоінтерес, любов дитини до себе, усвідомлення нею цінності власної

особистості як для себе, так і для інших; прийняття дитиною себе такою, яка вона є, дружнє ставлення до себе, згода із собою. Середній рівень (41,04 %) характеризує учня з суперечливим ставленням до себе, нестійким інтересом до власного «Я», неузгодженістю усвідомлення цінності власної особистості, неповним прийняттям себе таким, який він є, незадоволеністю собою в деяких сферах. Низький рівень (9,70%) – передбачає втрату інтересу до власного внутрішнього світу та самознецінення, сумніви у власній цінності як для інших, так і для себе, неприйняття учнем себе таким, який він є, незадоволеність собою.

Виходячи з того, що самоцінність базується на позитивному самоствавленні, ми проаналізували твори учнів на тему: «**Який (яка) Я**», що дозволило нам виявити зміст усвідомленості власного «Я», ступінь його узагальненості, наявність самокритичності, розуміння власної відмінності, ставлення дитини до себе. Ми визначили дітей з позитивним ставленням до себе, високим некритичним рівнем самоприйняття; позитивним самоствавленням з критичністю, прийняттям себе такими, які вони є, з усіма достоїнствами та недоліками, критичним ставленням до себе, негативним ставленням до себе, неприйняттям себе, нейтральним самоствавленням (рис. 2.1).

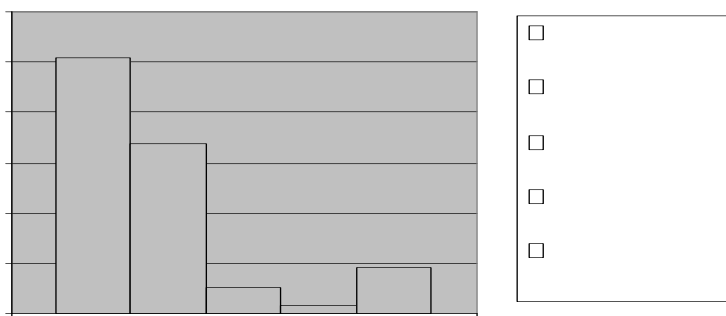


Рис. 2.1. Кількісні показники (%) визначення самоствавлення молодших школярів на основі самоописів

Як видно з рис. 2.1, учнів з позитивним ставленням до себе було виявлено найбільше (50,75 %); вони характеризували себе наступним чином: «я сміливий», «я розумний», «допомагаю друзям та родичам», «життєрадісний», «дружелюбний» і т.п. Якщо в самоописах зустрічалися критичні зауваження стосовно себе на фоні загального позитивного самоствавлення («я добра, інколи серджуся», «я сміливий, розумний, але не дуже чесний», «не завжди справедливий, але добрий, добре навчаюся», «буваю добрим і злим», «красива, характер впертий», «гарна, розумна, справедлива, маю деякі недоліки», «скромна, добра, але хочеться бути більш чесною» й т.п.), то таких учнів ми відносили до групи дітей з позитивним самоствавленням з критичністю, прийняття себе такими, які вони є, з усіма достоїнствами та недоліками (33,58 %). Критичне самоствавлення продемонстрували діти (5,22 %), які висловлювалися на власну адресу із відтінком незадоволення, визнавали власні недоліки, але при цьому використовували слова типу: «не дуже», «іноді», «буває» – «не добрий, іноді злий», «не дуже розумний», «не дуже чесний». Досліджувані з негативним ставленням до себе, неприйняття себе (1,49 %) в самоописах використовували виключно негативні висловлювання на власну адресу: «злий», «злопам'ятний», «майже нічого не знаю, погано навчаюся». В творах учнів з нейтральним ставленням до себе (8,96 %) відсутній опис власних позитивних чи негативних якостей; мова йдеться про статус досліджуваного, про його діяльність, бажання й вподобання тощо. Наприклад, «люблю Бога», «хочу конструктор «Лего»», «займаюся боротьбою», «такий, як усі». Ми передбачали, що в самоописах можуть зустрічатися й завищені власні характеристики типу «я кращий за всіх», «я найрозумніший», орієнтуючись на дослідження Т.В. Румянцевої [208].

Але в нашому дослідженні творів з такими характеристиками виявлено не було.

Отже, отримані результати дають можливість зробити висновок, що наприкінці молодшого шкільного віку учні стають більш критичнішими до себе, здатні бачити не тільки позитивні сторони власної особистості, а й власні недоліки, які заважають їм досягати успіхів у навчанні, спілкуванні. Це свідчить про поглиблення моральної саморефлексії молодшого школяра, яка в підлітковому віці має стати основним віковим надбанням. Хоча нами було виявлено й незначну кількість дітей з критичним, негативним та нейтральним самоствавленням, що вказує на необхідність проведення з ними корекційних заходів в напрямку формування позитивного самоствавлення та бажання позбутися власних негативних сторін особистості.

Узагальнення результатів за представленими методиками, спрямованими на дослідження особливостей самоцінності молодших школярів, надали можливість визначити учнів з різним рівнем розвитку даного утворення (табл. 2.9).

Таблиця 2.9

Показники рівнів самоцінності молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	62	46,27
Середній	62	46,27
Низький	10	7,46

Ми виокремили досліджуваних, яким притаманний високий рівень самоцінності за результатами анкети «Моя самоцінність» і самоопис яких (за методикою «Який(а) Я») відрізняється позитивним ставленням до себе з елементами критичності та віднести їх до групи з високим рівнем самоцінності (46,27 %). Такі учні приймають себе безумовно, знають як свої достоїнства, так і недоліки, демонструють симпатію до себе, схвалюють себе, вірять у себе й свої можливості, усвідомлюють цінність власної особистості для інших. Учні, які віднесені до групи дітей з середнім рівнем (46,27 %) самоцінності, продемонстрували середній рівень за даними анкети та самоопис яких відрізнявся виключно позитивним чи нейтральним ставленням до себе. Почуття симпатії до себе у таких дітей має нестійкий характер; вони характеризують себе виключно в позитивному ракурсі без елементів критичності; не повністю приймають себе такими, якими вони є; не завжди схвалюють себе; мають сумніви щодо власних можливостей і цінності для інших. До групи учнів з низьким рівнем (7,46 %) були віднесені ті діти, які продемонстрували низький рівень самоцінності за результатами анкети, самоопис яких вирізнявся критичністю або неприйняттям себе взагалі. Вони виявляють незадоволеність собою, підвищену критичність до своєї особистості, не приймають себе повністю такими, які вони є, майже не схвалюють себе і не вірять у свої можливості та у власну цінність для інших.

Отже, вивчення особливостей самоцінності молодших школярів дозволило нам зробити висновок, що більшість учнів позитивно ставляться до себе, цінують власну особистість, переважно приймають себе як з власними достоїнствами, так і з недоліками. Але виявлена незначна кількість учнів, які сумніваються у власній цінності, що необхідно враховувати під час здійснення корекційних заходів.

Самоповагу молодших школярів ми досліджували за допомогою бесіди «Як я поважаю себе». З метою виявлення, наскільки діти розуміють поняття «самоповага», ми запропонували учням дати відповідь на запитання: «Що означає поважати себе?». Більшість з них (70 %) справилися з цим завданням, але 30 % з опитаних не змогли дати чіткої відповіді на поставлене запитання. Серед відповідей, наближених до правильного розуміння поняття «самоповага» були: «добре до себе ставитися» (А.В., 9 р. 2 міс.); «коли в тебе гарна самооцінка» (М.Л., 9 р. 7 міс.); «любити себе, не принижувати себе, не ганьбити себе» (О. М., 9 р. 3 міс.); «відноситися з повагою до оточуючих, вести добре, активне життя» (М. М., 9 р. 7 міс.); «коли тебе ображають, і ти можеш за себе постояти» (Д.Л., 9 р. 4 міс.); «відчувати себе не гіршим за інших» (Д. Х., 9 р. 1 міс.); «покращуватись» (О. М., 8 р. 7 міс.); «вибитись в люди, бути впевненим у собі» (В. С., 8 р. 9 міс.); «не робити прикро собі, друзям і близьким» (Г.А., 9 р. 7 міс.).

Під час бесіди ми визначили, наскільки учні поважають себе, за допомогою прийому самооцінювання (модифікація методики на визначення самооцінки «Сходинки» В.Г. Щур). За наданою шкалою (від 0 балу – коли молодший школяр зовсім не поважає себе до 10 балів – коли він поважає себе дуже сильно) учні графічно визначили рівень поваги до себе.

Наступним завданням бесіди було виявити, за що саме діти поважають себе? Також ми цікавилися, як вони розуміють власне призначення, запитуючи: «Для чого ти народився на цій Землі?». Відповідаючи на це запитання, деякі учні продемонстрували високий рівень усвідомлення власного призначення. Так, досліджувана Л.З. (9 р. 2 міс.) відповідала, що «світу потрібні герої», досліджуваний Д.К. (9 р. 5 міс.) – «щоб навчити дітей плавати», досліджувана М.К. (9 р. 2 міс.) – «бути журналістом, щоб люди знали новини». «Обернути світ до Бога» вбачає в своєму призначенні досліджувана М.Т. (8 р. 9 міс.), «дарувати задоволення» – досліджувана М.Л. (9 р. 2 міс.), «зробити, щось важливе» – досліджуваний О.М. (9 р. 7 міс.), «нести всім свою пісню, доброту, таланти» – досліджувана В.Д. (9 р. 3 міс.). Деякі діти відповідали, що вони потрібні сім'ї, матусі, батькам.

З метою унаочнення, за що саме учні поважають себе, ми використали методику «Коло самоповаги». В намальованому колі розбитому на сектори учням необхідно було записати, за що саме вони поважають себе: за які свої якості (сектор 1), здібності й вміння (сектор 2) та вчинки (сектор 3). Серед якостей, за які діти поважають себе, називалися: доброта (38%), розум (18%), веселий характер (6%), щедрість (6%) та інші моральні якості. Так, досліджувані А.Ш., О.Ш., С.Б. (9 р.) відмічали, що поважають себе за те, що можуть «стримувати себе», а досліджуваний В.В. (9 р. 3 міс.) за те, що «завжди тримає себе в рівновазі». Серед вчинків, за які поважають себе учні, називалися: «допомога іншим» (33%), «допомога тваринам» (13%). Незначна кількість опитаних поважають себе за «захист інших», «за вміння ділитися з іншими», «миритися чи мирити» та ін. Так, досліджувана Д.К. (9 р. 2 міс.) зазначала: «Якщо мій друг засмутився, я підтримую його добрим словом». Досліджуваний Я.А. (9 р. 7 міс.): «Коли я вперше приготував сам їжу». Досліджувана Л.З. (9 р. 2 міс.): «Коли я помирилася першою з подружкою». Серед вмінь, за які поважають себе учні, називали: вміння співати, танцювати, грати на музичних інструментах; вміння, які отримують в спортивних секціях; за навчальні вміння: красиво писати чи розв'язувати приклади та ін. Відповіді учнів та їх емоційні реакції фіксувалися експертом і підлягали ретельному аналізу.

За результатами кількісного та якісного аналізу було виокремлено учнів з різним рівнем розвитку самоповаги, що презентовано в табл. 2.10.

Таблиця 2.10

Показники рівнів самоповаги молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	45	33,58
Середній	57	42,54
Низький	32	23,28

Високий рівень самоповаги властивий третині (33,58%) досліджуваних, які називають власні якості, вміння, здібності та вчинки, за які поважають себе. Аргументація в таких учнів носила розгорнутий, пояснювальний характер (Наприклад: «Я себе поважаю, тому що я гарно навчаюсь, допомагаю батькам по хазяйству, вмію дружити – ділюся тим, що є в мене, виручаю друзів із біди» (К.Р., 8 р. 9 міс.)). У трохи менше половини (42,54%) учнів виявлено середній рівень; вони переважно описують окремі, найбільш виразні власні якості, виділяють деякі вміння, за які себе поважають, аргументують лише деякі з них. Близько четвертої частини (23,28%) учнів демонструють низький рівень самоповаги. Досліджувані цієї групи частіше посилаються на низьку оцінку власних особистісних якостей дорослими, виокремлюють лише деякі свої якості за які поважають себе, або ж не демонструють шанобливого ставлення до себе. Отримані результати засвідчують, що почуття самоповаги починає набувати більш стійких проявів у самоставленні особистості молодшого школяра, який здатен пережити гордість за

власні досягнення, вірити в себе на основі розуміння власних успіхів та переваг. При цьому існує значна кількість дітей, які недооцінюють власні переваги та успіхи та не повною мірою виявляють повагу до себе.

З метою визначення особливостей розвитку морального самоконтролю у молодших школярів ми використали спостереження за поведінкою учнів, що відбувалося за наступними критеріями: ставлення до інших, впевненість у собі, реагування в конфліктних ситуаціях, готовність протистояти проти приниження власної особистості, сміливість у висловлюванні власної позиції.

Аналіз отриманих даних дозволив виявити молодших школярів з різним рівнем розвитку морального самоконтролю (високий, середній, низький), що відображено в табл. 2.11.

Таблиця 2.11

Показники рівнів розвитку морального самоконтролю у молодших школярів (за результатами спостереження), n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	15	11,19
Середній	64	47,77
Низький	55	41,04

Молодших школярів з високим рівнем (11,19 %) розвитку морального самоконтролю було виявлено незначну кількість. Вони з повагою ставляться до інших, не обзивають, не висміюють їх недоліки, впевнені у собі, орієнтуються на виправлення помилок при невдачах, спокійно реагують на зауваження; в конфліктних ситуаціях намагаються їх залагодити мирним шляхом, можуть протистояти проти приниження власної особистості, не бояться висловлювати власні думки. Середній рівень констатований у трохи менше половини (47,77 %) молодших школярів, які не завжди із повагою ставляться до інших (можуть ображати і принижувати їх вербально чи фізично), не завжди впевнені у собі, не в усіх конфліктних ситуаціях реагують адекватно – часто нервують, ображаються, захищаються фізично; не завжди можуть протистояти проти приниження власної особистості чи продемонструвати сміливість у висловлюванні власної позиції. Також у трохи менше половини (41,04 %) молодших школярів виявлено низький рівень розвитку морального самоконтролю. Обґрунтовується це тим, що одні учні не поважають однолітків та дорослих, часто ображають їх, таким чином провокують конфлікти, поведуться демонстративно, зухвало, не допомагають та не підтримують своїх однокласників, радіють, коли ті потрапляють в неприємні ситуації. Часто вони з підвищеною агресивністю реагують на ситуації, в яких, як їм здається, хтось намагається принизити їх. Інші ж учні, які також потрапили до вказаної групи, навпаки, від невпевненості у собі замикаються, переживають, часто підпадають під категорію ображених і принижених, майже не можуть чи бояться протистояти проти приниження власної особистості або висловити власну позицію. Отримані результати підтверджують думку про те, що оволодіння знаннями про моральні якості людей ще не забезпечує виникнення у дитини відповідного морального вчинку. У молодших школярів часто спостерігається розбіжність між знаннями, почуттями й діями [136].

Для вивчення готовності молодших школярів до захисту й відстоювання власного «Я» в ситуаціях приниження чи морального тиску ми використали авторську проєктивну методику «Життєві ситуації, в яких актуалізуються прояви почуття власної гідності». Критеріями готовності захищати власне «Я» молодшими школярами було обрано: рівень розуміння життєвої ситуації, в якій принижується гідність людини та тип реакції на дану ситуацію (як передбачають буде діяти інша дитина та вони самі). Це дало нам можливість виокремити різні рівні виконання завдання учасниками експерименту, що презентовано в табл. 2.12.

Розуміння ситуації як принизливої (емоційний стан, що переживає «постраждалий» характеризували як «приниження», «біль в душі», «смуток») продемонстрували лише 3,73 % учнів. Близько половини (47,76%) досліджуваних не в усіх ситуаціях виявили розуміння того, що вони є принизливими (емоційний стан, що переживає «постраждалий» характеризували як

Таблиця 2.12

Кількісні показники рівнів поведінкової готовності до захисту власного «Я» молодшими школярами в ситуаціях приниження, n = 134

Критерії поведінкової готовн. Рівні	Розуміння ситуації		Тип реакції			
			Захист іншим власного «Я»		Захист власного «Я»	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	5	3,73	5	3,73	3	2,24
Середній	64	47,76	17	12,69	27	20,15
Низький	65	48,51	112	83,58	104	77,61

Майже стільки ж учнів (48,51 %) давали неадекватні характеристики емоціям, що ймовірно може переживати дитина в пред'явленій ситуації («провина», «сором» і т.п.) чи взагалі не змогли назвати емоційний стан «постраждалого». Це свідчить про обмеженість знань молодших школярів з приводу тих емоційних переживань, що ідентифікуються як почуття приниженості, почуття власної гідності. Можливо, такі результати отримані із-за недостатньої уваги вчителів та батьків до даної категорії моральних почуттів людини; дорослими недостатньо акцентується увага дітей на ситуаціях, в яких принижується гідність людини та на відповідних емоційних переживаннях людини, як в реальному житті, так і в навчально-виховному процесі.

Характеризуючи особливості поведінкових реакцій (іншої дитини та власних), що демонструвалися досліджуваними на запропоновані ситуації, можна зробити висновок про недостатній рівень готовності молодших школярів захищати власне «Я» в ситуаціях утиску чи приниження. Так, високий рівень готовності захищати власну гідність продемонструвала незначна кількість (2,24%) досліджуваних. Вони передбачали, що зможуть постояти за себе, використовуючи конструктивні форми самозахисту як в ситуаціях взаємодії з однолітками, так і з авторитетними дорослими. Серед конструктивних форм реагування на ситуації приниження зустрічалися: неагресивні дії (наприклад: «піді до директора», «попрошу батьків перевести мене до іншого вчителя чи в іншу школу», «зупиню руку, того, хто замахується») та неагресивні вербальні висловлювання (наприклад: «Мені це не подобається», «Не кричи на мене», «Я не такий, яким ви мене називаєте» і т.п.).

На середньому рівні поведінкової готовності захищати власну гідність опинилися 20,15 % досліджуваних, котрі передбачають, що будуть захищати власне «Я», демонструючи як конструктивні, так і неконструктивні форми поведінки. До неконструктивних форм самозахисту відносилися відповіді типу: «закидаю його теж сніжками», «вдарю його», «крикну: «Сам поганий!»» (агресивні фізичні дії та вербальні висловлювання); «піді далі», «зроблю вигляд, що не почув», «закриюся в іншій кімнаті», «втечу» (ігнорування та втеча); «скажу, що більше так не буду», «я виправлюся», «подумаю, що зробив не так», «правильно, бо я такий є» (демонстрація власної провини, звинувачення себе в ситуації, що склалася чи у власній недосконалоості); «розкажу вчительці», «побіжу додому та пожаліюся батькам», «подзвоню мамі» (залучення допомоги інших).

Переважна більшість (77,61 %) учнів мають низький рівень готовності до захисту себе в ситуаціях тиску чи приниження і демонструють неконструктивні форми самозахисту (наприклад, «ударю його», «буду його також обзивати», «замахнуся на вчительку»), чи взагалі у відповідях таких учнів були відсутні будь-які намагання захистити себе (наприклад, «нічого не буду робити», «не знаю», «сяду за парту та буду плакати», «ображуся», «подумаю, що сам винен»).

Узагальнюючи отримані результати, нами були виявлені учні з різними рівнями розвитку морального самоконтролю, що презентовано в табл. 2.13.

Таблиця 2.13

Показники рівнів розвитку морального самоконтролю у молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	14	10,45
Середній	64	47,76
Низький	56	41,79

Високий рівень морального самоконтролю виявлено у 1/10 частини (10,45 %) учнів. Для них властива наявність навичок, які дозволяють контролювати власні емоційні стани, вміння стримувати почуття гніву, образи, агресивні імпульси. У спілкуванні з однолітками і дорослими вони виявляють повагу, впевнені у собі, орієнтуються на виправлення помилок при невдачах, спокійно реагують на зауваження, намагаються залагодити конфліктні ситуації мирним шляхом, не бояться висловлювати власні думки. Вони знаходять конструктивні способи протистояти проти тиску та приниження власної особистості як з боку однолітків, так і дорослих. Середній рівень морального самоконтролю було виявлено у 47,76 % молодших школярів. У цілому, учні цієї групи здатні контролювати свої емоційні реакції, але у складних для них ситуаціях виявляють нестриманість, непродуктивну впертість. Вони нерідко зриваються, що виражається в нестійких і нерівних взаєминах з однолітками і дорослими. Їх шанобливе ставлення до оточуючих може бути перекреслено несподіваними імпульсивними вчинками; вони не завжди впевнені у собі, часто неадекватно реагують на невдачі та помилки, іноді самі провокують конфлікти, часто бояться висловлювати власну думку чи не мають її взагалі. Частіше можуть протистояти проти тиску та приниження власної особистості з боку однолітків, і не завжди в конструктивній формі. До групи з низьким рівнем (41,79 %) розвитку морального самоконтролю потрапили молодші школярі з одного боку з тенденцією до зухвалої, самовпевненої, агресивної поведінки; їм складно стримувати і керувати власними емоціями, їх нестриманість часто є причиною виникнення конфліктних ситуацій у школі, вдома, на вулиці. Такі учні неадекватно реагують на невдачі та помилки, здатні принизити іншу дитину, яка не може чинити опір, готові протистояти проти тиску та приниження власної особистості з боку однолітків, і майже завжди в неконструктивній формі. А з іншого боку, ті молодші школярі, які частіше самі знаходяться в ситуації приниженості. Для молодших школярів цієї групи характерна соціальна пасивність на фоні невпевненості у собі, з тенденцією до самозвинувачення. Такі вихованці принижуються перед іншим з метою завоювання його прихильності або досягнення певної мети, бояться висловлювати власну думку чи не мають її взагалі. У відповідь на ситуації приниження чи тиску вони не демонструють ніяких форм самозахисту; частіше переживають образи, жаль до себе, занурення у себе, самозвинувачення чи взагалі не бачать ніяких варіантів виходу із ситуації, що склалася.

Таким чином, з'ясовано, що у більшості молодших школярів ще формується вміння керувати власними емоціями та поведінкою, здійснювати вибір мотивів і цілей моральних дій. За таких умов діти ще не повною мірою здатні захищати й зберігати власну гідність, демонструвати гідну поведінку під час взаємодій з оточуючими людьми.

Пошук критеріїв та показників для обґрунтування рівнів розвитку почуття власної гідності у молодших школярів відбувався, по-перше, на основі аналізу теоретичних джерел, по-друге, на основі аналізу результатів пілотажного дослідження та констатувального експерименту.

Теоретичний аналіз психолого-педагогічних джерел дозволив нам визначити наступні критерії оцінки рівня розвитку почуття власної гідності у молодших школярів: визнання власних чеснот, позитивне самоствалення та гідна поведінка.

Так, Н.В.Чиренко сформульовані критерії та показники почуття власної гідності у підлітків, серед яких є реалістичний образ «Я», що включає в себе орієнтацію у своїх чеснотах і вадах; усвідомлення особистістю своєї цінності та цінності інших; уміння покладатися на власний досвід [265]. Поняття «чеснота» служить узагальненою характеристикою стійко позитивних моральних якостей особистості, доброчесність. Доброчесною людиною називають ту, яка активно діє як носій моральності [85; 227]. Гідність реалізується через такі чесноти як ввічливість, порядність, чесність, скромність, вимогливість до себе, самовладання, благородство [92].

Позитивне самоставлення, як критерій сформованості почуття власної гідності, визначали В.Ф.Кадол, Т.В.Коротковських, В.П. Савельєв, С.Г.Степанов, О.В. Шишмакова та ін. [110; 129; 212; 234; 274].

Гідну поведінку, як критерій розвитку почуття власної гідності, називають Н.Г. Ємузова, О.В. Молчанова, В.Л.Петрушенко, С.Г.Степанов, Н.І. Третяк, С.В.Удовицька, М.Ф. Юрій та описують такі показники гідної поведінки: особистість не принижується і не дозволяє принижувати себе іншим людям, вміє передбачити ситуацію приниження іншої людини та уникнути її, здатна відстоювати свої погляди, чинить гуманно й справедливо, навіть, якщо ніхто цього не бачить, управляє своїми емоціями, захищає свою гідність, працює над своїми недоліками й розвиває власні здібності, демонструє самостійність у судженнях і вчинках, прийнятті рішень та вміння нести відповідальність за них, здійснює самоконтроль та ін.[89; 162; 92; 234; 241; 243; 278]. Негідна поведінка описується як порушення моральних норм, прояв агресії у вигляді фізичного насильства, образу словом чи дією, створення ситуації приниження, нанесення психологічної образи тощо [97].

Таким чином, нами було обґрунтовано рівні та показники розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Отже, для особистості молодшого шкільного віку характерні такі рівні розвитку почуття власної гідності:

– високий – молодші школярі презентують власне «Я» завдяки широкому обсягу особистісних якостей, позитивно їх оцінюють; виявляють ціннісне ставлення до себе незалежно від власних недоліків, пишаються собою і власними досягненнями; впевнені у собі, з повагою ставляться до інших, усвідомлюють ситуації, в яких підтримується або знецінюється їх особистість та демонструють здатність захистити власне «Я» як під час спілкування з ровесниками, так і з дорослими;

– середній – молодші школярі презентують власне «Я» на засадах обмеженого обсягу особистісних якостей, акцент ставлять більшою мірою на власних позитивних моральних якостях; виявляють ціннісне ставлення до себе, при цьому не усвідомлюють власні недоліки, рідше пишаються собою і власними досягненнями; не завжди впевнені у собі, в деяких ситуаціях можуть скептично ставитися до недоліків інших, чим принижують їх, ситуативно осмислюють ситуації, в яких підтримується або знецінюється їх особистість та демонструють здатність захистити власне «Я» частіше під час спілкування з ровесниками, рідше – з дорослими;

– низький – молодші школярі презентують власне «Я» на основі лише виразних особистісних якостей, частіше зафіксовані на слабких сторонах власної особистості; не здатні приймати себе ціннісно, такими, якими вони є; одні з них – занадто самовпевнені, зверхньо ставляться до інших дітей, висміюють їх недоліки, іноді осмислюють ситуації, в яких підтримується цінність їх особистості, агресивно реагують на ситуації, в яких вона знецінюється; інші – невпевнені у собі, схильні до підкорення, іноді осмислюють ситуації, в яких знецінюється їх особистість, при цьому бояться захистити себе як під час спілкування з ровесниками, так і з дорослими.

На основі визначених критеріїв та їх показників були проаналізовані результати, отримані в ході констатувального експерименту, й визначені рівні розвитку почуття власної гідності у молодших школярів: високий, середній, низький, що презентовані в табл. 2.14. та на рис. 2.2, де представлені й узагальнені результати за всіма конструктами почуття власної

Показники рівнів розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	12	8,96
Середній	103	76,86
Низький	19	14,18

Переважній більшості молодших школярів притаманний середній рівень (76,86 %) розвитку почуття власної гідності, що вказує на недостатнє розуміння ними власної індивідуальності й унікальності, неповне прийняття себе такими, якими вони є, на недооцінку власних успіхів та переваг. Вони схильні ситуативно відстоювати власну точку зору у випадку її незбігу з думкою авторитетного іншого; вони недостатньо самостійні в судженнях, вчинках, прийнятті рішень. Іноді потреба подобатися всім і отримувати від них схвалення спонукає таких дітей до приниження, підлецування, пристосування; здатність відстояти власну гідність проявляється ситуативно під час спілкування з ровесниками.

Рис. 2.2. Кількісні показники (%) рівнів розвитку основних конструктів та почуття власної гідності молодших школярів.

Учні, яким притаманний низький рівень (14,18 %) диференціюються нами на тих, які некритично ставляться до себе, переоцінюють власні переваги, неаргументовано, а іноді навіть некоректно відстоюють власну точку зору; незаслужене схвалення викликає у них почуття радості; вони вимагають до себе підвищеної уваги оточуючих, що іноді призводить до підозр і звинувачення інших у постійному зазіханні на їхню гідність, яку вони намагаються відстоювати, використовують лайливі слова, агресивні фізичні дії тощо; і на тих учнів, які на ґрунті заниженої самооцінки, невпевненості в собі демонструють незадоволеність собою, підвищену самокритичність; вони часто намагаються «догодити» іншим, бояться висловити власну позицію, стають об'єктами приниження, не здатні захистити власну гідність (відчувають себе беззахисними, плачуть, звинувачують себе у недосконалості). Одночасно з цим нами виявлено учнів (8,96 %) з високим рівнем розвитку почуття власної гідності. Вони рефлексують власну індивідуальність, шанобливо ставляться до себе та до оточуючих, впевнені у власній цінності, переживають гордість за себе та за свої успіхи, більш самостійні й менше підпадають під чужий вплив, здатні без остраху заявити про свою позицію, впевнені у собі, своїх можливостях, ставляться до інших доброзичливо; здатні захистити власну гідність як в складних ситуаціях взаємодії з однолітками, так і дорослими шляхом відстоювання власної особистості («я не така,

як ви мене називаєте»), обґрунтування власної позиції («я вважаю, що це так, тому, що...»), акцентування на своїх правах («ви не маєте права так на мене говорити»), звернення до авторитетних осіб («давайте поговоримо з моїми батьками») тощо.

Отже, дослідження особливостей розвитку основних конструктів почуття власної гідності, обґрунтування критеріїв та показників дозволило нам визначити різні рівні розвитку зазначеного морального почуття у молодших школярів.

2.3. Специфіка впливу психологічних чинників на розвиток почуття власної гідності у молодшому шкільному віці

Розвиток почуття власної гідності в молодшому шкільному віці, згідно нашого припущення, обумовлюється психологічними чинниками, що були теоретично обґрунтовані в першому розділі нашого дослідження, а саме: розуміння дитиною власної індивідуальності; розвиток її позитивного образу «Я»; становлення адекватної самооцінки; безумовне самоприйняття та моральна саморегуляція. Завданням даного підрозділу було проаналізувати специфіку впливу психологічних чинників на розвиток почуття власної гідності у молодшому шкільному віці та побудувати психологічну модель психологічних чинників розвитку зазначеного морального почуття у молодших школярів.

Для дослідження розуміння молодшими школярами власної індивідуальності ми використали методіку «Хто Я?». Виявлено, що самохарактеристики молодших школярів відрізняються емоційністю та безпосередністю. Вони описували якості зовнішності (врода, привабливість); індивідуальні властивості (сміливість, працелюбність, почуття гумору, винахідливість, сила, наполегливість, уважність, дисциплінованість, старанність, мудрість); моральні якості (чуйність, доброзичливість, доброта, ввічливість, щедрість, турботливість); улюблені заняття (малювання, спорт, допомога батькам, співи, навчання, танці, читання книг, прогулянка на вулиці); чим володіють (маю комп'ютер, гарну квартиру, домашню тварину); вміння, вподобання та переваги (добре вчуся, займаюся спортом, швидко читаю, добре вишиваю, люблю співати); негативні індивідуальні риси (лінь, заздрість, не дуже розумна, розмовляю на уроці, інколи не слухаю батьків). Виявлено, що у досліджуваних частіше зустрічається формальна характеристика себе через опис власних умінь, навичок в різних видах діяльності, соціальних ролей. Але, разом з тим, вони починають заглиблюватися у власний внутрішній світ, приділяють більше уваги власним моральним якостям, бажанням, перевагам, описам власних негативних сторін, що обумовлено здатністю молодших школярів до рефлексії. Учні, які демонстрували достатньо глибокий рівень самоаналізу, описували себе наступним чином: «велична, милосердна» (М.Ш., 9 р. 4 міс.); «маю характер, не ідеальна» (Л.З., 9 р. 2 міс.); «люблю думати» (М.Т., 9 р. 3 міс.); «знаю, що таке щастя; маю добрих батьків» (П.С., 9 р. 6 міс.); «везуча, іноді жадібна, не дуже відповідальна» (В.К., 8 р. 7 міс.); «маю різкий характер, обожаю сюрпризи, рідко читаю» (М.М., 9 р. 3 міс.); «не самолюбивий, маю сталеві нерви» (Д.К., 9 р. 2 міс.); «люблю правду, вмю співчувати» (Я.Ч., 9 р. 7 міс.); «емоційна, природна» (Я.Л., 8 р. 9 міс.). Також виявилось, що молодші школярі майже не схильні давати собі негативні характеристики, і лише окремі учні демонстрували це: «я тупа, не розумна» (Д.П., 9 р. 5 міс.); «погано вчуся, погано читаю в класі» (В.П., 8 р. 7 міс.).

Аналіз отриманих результатів за даною методикою дозволив нам виділити різні рівні розуміння молодшими школярами власної індивідуальності (табл. 2.15).

Таблиця 2.15

Показники рівнів розуміння власної індивідуальності молодшими школярами, n=134

Рівень	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	35	26,12
Середній	78	58,21
Низький	21	15,67

Як видно з табл. 2.15, високий рівень розуміння молодшими школярами власної індивідуальності спостерігається у 26,12 % досліджуваних. Вони описують себе достатньою кількістю характеристик власної особистості, висвітлюють різні сторони власної індивідуальності: рольові позиції, зовнішність, моральні якості, улюблені заняття, вміння, вподобання, переваги, особливості поведінки і навіть негативні сторони власної особистості; розуміють власні особливості й презентують їх. Середній рівень констатовано у трохи більше половини (58,21 %) досліджуваних, які презентують себе недостатньою кількістю характеристик власної особистості, описують себе переважно з позиції уподобань, вмінь, бажань. У них майже відсутні характеристики власного характеру; вони частіше характеризують себе виключно з позитивної точки зору, не аналізуючи власні негативні сторони. Низький рівень виявлено у 15,67 % досліджуваних, який проявляється в обмеженій кількості характеристик власної особистості; дітьми даної групи переважно описувалися рольові позиції, вміння, навички та те, якими матеріальними предметами вони володіють (наприклад, «я маю комп'ютер», «у мене є ролики») і т.п.).

Таким чином, можна зробити висновок, що молодші школярі розуміють, що вони відрізняються від інших і переживають власну індивідуальність, намагаючись утвердити себе серед однолітків і здобути прихильність дорослих. Це забезпечує розвиток в учнів нового рівня самоусвідомлення в суспільстві, соціально відповідального самовизначення та розвитку їх потенційних особистіс-них можливостей, що реалізуються в різних видах предметної діяльності. Однак, вони частіше схильні презентувати себе з позитивної точки зору заради задоволення потреби подобатися дорослим і отримувати від них схвалення.

Особливість розвитку образу «Я» молодшого школяра досліджувалася нами за допомогою бесіди «Розкажи про себе», що дало нам можливість вивчити рівень сформованості образу «Я» учнів, ступінь усвідомлення ними власних соціальних, емоційних, інтелектуальних і фізичних якостей та виявити особливості ставлення до себе. На основі аналізу результатів бесіди складалася індивідуальна карта образу «Я» молодшого школяра та ступінь його позитивної характеристики. Якісний аналіз результатів бесіди дозволив нам виділити учнів з різним рівнем сформованості позитивного образу «Я»: високим, середнім та низьким (див. табл. 2.16).

Таблиця 2.16

Показники рівнів сформованості позитивного образу «Я» молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	52	38,81
Середній	73	54,48
Низький	9	6,71

Високий рівень сформованості позитивного образу «Я» фіксувався в молодших школярів (38,81 %), які надавали різнопланові характеристики власної особистості (називали свої соціальні, емоційні, інтелектуальні й фізичні якості), описували себе як в позитивному емоційному тоні, так і власні недоліки. Середній рівень виявлено у більше половини досліджуваних (54,48 %), які описували себе недостатньою кількістю характеристик, частіше називали власні вміння та соціальні позиції, чекали підказки від експерта, що їм ще написати про себе. Низький рівень було виявлено у незначній кількості (6,71 %) молодших школярів. В цьому випадку учні описували себе обмеженою кількістю індивідуальних характеристик, частіше в негативно-емоційному тоні й оцінювали себе як не дуже гарних та не дуже розумних.

Підсумовуючи, необхідно зазначити, що молодші школярі презентують власну особистість достатньою кількістю характеристик завдяки розумінню своїх якостей, здібностей, зовнішності, соціальної значущості, внаслідок якого виникають первинні самопереживання. Позитивний образ «Я» молодшого школяра впливає на внутрішні стимули саморозвитку. Хоча достатньо часто у них зустрічається приписування собі бажаних якостей, вони не можуть

пояснити, чому вважають себе саме такими. Це пояснюється тим, що в даному віці образ «Я» ще формується за рахунок привласнення думки інших про себе, шляхом порівняння себе з ровесниками, аналізу власних дій, вчинків, їх мотивів, оцінки особистості в цілому [233].

Дослідження ступеня адекватності самооцінки молодших школярів проходило в декілька етапів. Спочатку ми визначали рівень самооцінки дітей. Потім ми порівнювали їх самооцінку з оцінкою експертів і на основі всіх цих даних визначали ступінь адекватності самооцінки.

Вивчення самооцінки молодших школярів за методикою Т. Дембо-С. Рубінштейн дозволило нам виявити наступні її рівні: занадто високий, високий, середній та низький, що відображено в табл. 2.17.

Таблиця 2.17

Показники рівнів самооцінки молодших школярів
(за результатами методики Т. Дембо - С. Рубінштейн), n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Занадто високий	24	17,91
Високий	59	44,03
Середній	23	17,16
Низький	28	20,90

Занадто висока самооцінка притаманна трохи менше 1/5 частини (17,91 %) досліджуваних. Такі учні перебільшують власні вміння і можливості, відрізняються некритичністю по відношенню до себе, вважають себе кращими за інших. Учні з високою самооцінкою було виявлено найбільше (44,03 %), котрі задоволені собою, вважають себе гарними, розумними, красивими; вони впевнені у собі і, як наслідок, вірять у свою успішність. Середня самооцінка притаманна також менше 1/5 частини (17,16 %) дітей, що вказує на недостатнє прийняття ними себе; такі учні неповністю задоволені собою, не завжди вірять у власну успішність. Низька самооцінка була виявлена у п'ятої частини (20,90 %) досліджуваних, що передбачає неприйняття такими дітьми себе, самозаперечення, негативне ставлення до своєї особистості, такі учні легко піддаються впливу інших людей.

Продовжуючи дослідження самооцінки молодших школярів, ми використали методику С. Хартер (в адаптації Н.С. Чернишової) для вивчення диференційованої самооцінки молодших школярів. Результати за даною методикою представлені в табл. 2.18.

Таблиця 2.18

Показники рівнів розвитку самооцінки молодших школярів
(за результатами методики С.Хартер), n=134

Рівні	Показники					
	пізнав. компет.		позанавч. компет.		компет. в спілкув.	
	абс. к-ть	%	абс.к-ть	%	абс.к-ть	%
Високий	32	23,88	43	32,09	59	44,03
Середньо-високий	37	27,61	55	41,04	38	28,36
Середній	50	37,31	34	25,38	33	24,63
Середньо-низький	14	10,45	2	1,49	4	2,98
Низький	1	0,75	0	0	0	0

Згідно отриманих результатів було виявлено учнів з високим рівнем (23,88 %) самооцінки пізнавальної компетентності (вважають себе здібними у навчанні, їм легко дається засвоєння нових знань, вони швидко розуміють прочитане і відтворюють матеріал), з середньо-високим рівнем самооцінки – 27,61 % дітей (вважають себе здібними, гарними учнями, але не завжди опановують знання на високому рівні); з середнім рівнем самооцінки – 37,31 % (не завжди сприймають та вірно відтворюють навчальний матеріал, мають деякі труднощі в навчанні); з середньо-низьким рівнем – 10,45 % (частіше стикаються з нерозумінням матеріалу,

мають складності з його відтворенням); з низьким рівнем самооцінки – 0,75 % (вважають себе нездібними в навчанні). З високим рівнем самооцінки компетентності в позанавчальній діяльності було виявлено 32,09 % респондентів (вважають себе вмілими, спритними, активними в ігровій та спортивній діяльності, такими з ким хочуть дружити інші діти, орієнтовані на допомогу іншим); з середньо-високим рівнем самооцінки – 41,04 % (які вважають себе вмілими, спритними, активними, дружніми в ігровій та спортивній діяльності, але дещо сумніваються в цьому); з середнім рівнем – 25,38 % (не повністю сприймають себе компетентними в таких видах діяльності як ігрова, спортивна); з середньо-низьким рівнем – 1,49 % (мають сумніви щодо власних здібностей і вмінь в ігровій та спортивній діяльності), з низьким рівнем – жодного. З високим рівнем самооцінки компетентності в спілкуванні з однолітками виявлено 44,03 % досліджуваних (у них багато друзів, з ними всі хочуть гратися, вони всім подобаються, самі люблять гратися з іншими, дружелюбні, проявляють активність в спілкуванні); з середньо-високим рівнем – 28,36 % (мають друзів, дружелюбні, подобаються іншим, але дещо сумніваються в цьому), з середнім рівнем – 24,63 % (неповністю вважають себе такими, з ким хочуть дружити інші, частіше чекають, коли їх запросять в гру, ніж проявляють ініціативу самі); з середньо-низьким рівнем – 2,98 % (сумніваються в своїй дружелюбності та цікавості для інших) та низьким рівнем – жодного.

Отже, представлені результати дозволяють зробити висновок, що молодші школярі 8-9 років високо оцінюють власну компетентність в позанавчальній діяльності та власну компетентність в спілкуванні з однолітками, що наближає їх у своєму розвитку до молодшого підліткового віку, в якому спілкування з однолітками й самоствердження в позанавчальній діяльності відіграє важливішу роль ніж успіхи в навчанні.

Для дослідження ступеня адекватності самооцінки у молодших школярів ми використали метод експертних оцінок. У ролі експертів виступали батьки та вчителі, яким було запропоновано оцінити ступінь розвинутості тієї чи іншої якості особистості в їх дітей (ідентичні до тих, які оцінювали самі учні за методикою Т.Дембо-С.Рубінштейн). Отримані від експертів дані порівнювалися з результатами самооцінки конкретного учня. Якщо самооцінки досліджуваних були вищими, порівняно з оцінками експертів, і, які за результатами попередніх методик на визначення рівня самооцінки, демонстрували найвищі показники оцінки власних умінь чи якостей особистості й самооцінка яких була майже недиференційованою, таких учнів ми віднесли до групи з неадекватною завищеною самооцінкою. Якщо ж самооцінки учнів були нижчими, порівняно з оцінками експертів, та їх рівень самооцінки був низьким, то вони склали групу з неадекватною заниженою самооцінкою. І ті учні, самооцінки яких співпадали з оцінками експертів, рівень самооцінки яких був високий чи середній, відносилися нами до групи дітей з адекватною самооцінкою. Отримані результати проілюстровано в табл. 2.19.

Таблиця 2.19

Показники ступеня адекватності самооцінки у молодших школярів, n=134

Ступінь адекватності	Показники	
	абс. к-сть	%
Завищена	24	17,91
Адекватна	87	64,93
Занижена	23	17,16

Учні, яким притаманна адекватна самооцінка (64,93 %) усвідомлюють та реалістично оцінюють як свої достоїнства, так і недоліки, намагаються ставити перед собою цілі, які можна здійснити реально, їм притаманне позитивне ставлення до себе, впевненість у собі; вони переважно задоволені своїми особистісними якостями, здібностями, достоїнствами, але визнають і власні недоліки. Учні з неадекватною завищеною самооцінкою (17,91 %) перебільшують свої можливості, вважають себе найкращими, найрозумнішими, найдобрішими, некритично ставляться до себе, до своїх вмінь і можливостей, самовпевнені, відзначаються зухвалістю, прагненням до переваги, неповажним ставленням до інших дітей, сприймають себе як повну досконалість, у них знижена критичність по відношенню до власних дій, вони

переоцінюють власні достоїнства, здібності, особистісні якості. Учні з неадекватною заниженою самооцінкою (17,16 %) недооцінюють свої можливості, не вірять у власний успіх, вважають себе гіршими за інших, демонструють неприйняття себе, самозаперечення, не схвалення своєї поведінки, не задоволеність своїми особистісними якостями, невпевнені в собі.

Отримані результати дають можливість зробити висновок, що більше половини молодших школярів мають адекватну самооцінку. Це підтверджує думку дослідників про поступове підвищення ступеня адекватного ставлення до себе, самокритичності й усвідомлення розбіжності свого реального та ідеального «Я» у дитини в ході онтогенезу [257]. Учні, яким притаманна неадекватна самооцінка, як завищена так і занижена, потребують додаткових корекційно-розвивальних заходів.

Вивчення особливостей самоприйняття молодшими школярами здійснювалося за допомогою шкали самоприйняття методики С. Хартер. Відповідно до отриманих результатів ми виокремили молодших школярів з різним рівнем самоприйняття (низьким, середньо-низьким, середнім, середньо-високим та високим), що презентовано в табл. 2.20.

Таблиця 2.20

Показники рівнів самоприйняття молодших школярів
(за результатами шкали самоприйняття методики С.Хартер), n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	25	18,66
Середньо-високий	51	38,06
Середній	46	34,33
Середньо-низький	10	7,46
Низький	2	1,49

Учням з високим рівнем (18,66 %) самоприйняття притаманна впевненість у собі, вони вважають себе гарними, такими, що правильно поведуться, орієнтовані на успіх, проявляють власну індивідуальність. Середньо-високий рівень (38,06 %) характеризується впевненістю в собі, позитивним схваленням себе і своєї поведінки, орієнтацією на успіх. Але в деяких випадках діти, які мають такий рівень самоприйняття, сумніваються в своїх можливостях. Середній рівень (34,33 %) демонструють учні, які не завжди впевнені у собі, не повністю схвалюють свою поведінку, не до кінця впевнені у власній успішності, іноді бояться чи не знають як проявити власну індивідуальність. Середньо-низький рівень (7,46 %) в учнів, які часто невпевнені в собі, в більшості випадків не схвалюють власну поведінку, сумніваються у власній успішності. Низький рівень (1,49 %) обумовлений невпевненістю в собі, уявленням про себе як про людину негарну, неуспішну; в результаті чого у таких дітей не виникає бажання (чи острах) виявляти власну індивідуальність.

Структуроване спостереження за взаємодіями учнів, запропоноване Н.Г.Ємузовою, дозволило нам також визначити учнів з різним рівнем самоприйняття: високим, середнім та низьким, що представлено в табл. 2.21.

Таблиця 2.21

Показники рівнів самоприйняття молодших школярів
(за спостереженням), n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	52	38,81
Середній	66	49,25
Низький	16	11,94

Високий рівень самоприйняття, за результатами спостереження, притаманний 38,81 % досліджуваних, що характеризує їх як активних, ініціативних, комунікабельних, достатньо

самокритичних, впевнених у собі учнів. Вони спокійно ставляться до зауважень, неуспіх у навчанні сприймають як короткочасне явище, впевнені в своїй привабливості та в тому, що вони цікаві іншим. Середній рівень виявлено у трохи менше половини (49,25 %) досліджуваних, які не завжди активні, ініціативні, комунікабельні, у них майже відсутня самокритичність, іноді невпевнені в собі, часто ображаються чи нервують, якщо їм роблять зауваження, коли їх спіткала невдача. Такі діти іноді сумніваються у своїй привабливості та в тому, що вони цікаві іншим. Учні з низьким рівнем (11,94 %) самоприйняття намагаються бути непоміченими, часто пасивні, залежні від думки оточуючих, невпевнені в собі, болісно переживають невдачі, вважають себе непривабливими та нецікавими для інших, намагаються ізолюватися від суспільних справ.

Проаналізувавши дані за двома методиками, ми виявили учнів з різними рівнями безумовного самоприйняття: високим, середнім та низьким, що презентовано в табл. 2.22.

Таблиця 2.22

Показники рівнів безумовного самоприйняття молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	51	38,06
Середній	75	55,97
Низький	8	5,97

Високий рівень безумовного самоприйняття характерний для 38,06 % молодших школярів і виявляється як дружнє ставлення до себе, згода самим із собою, схвалення власних планів та бажань, емоційне, безумовне прийняття себе такими, які вони є, навіть із власними недоліками. Середній рівень притаманний 55,97 % учням і визначається відсутністю стійкого самоствавлення: почуття симпатії до власної особистості змінюється антипатією, незадоволеністю деякими власними рисами, критикою себе без позитивного схвалення, наявністю сумніву щодо себе. Низький рівень виявлено у незначній кількості (5,97 %) учнів, які характеризуються відсутністю симпатії до себе, неприйняттям себе такими, якими вони є, незадоволеністю собою, негативними висловлюваннями про себе.

Отже, нами були виявлені молодші школярі, які частіше за все відрізняються високим та середнім рівнем безумовного самоприйняття, що виникає на основі знань дитини про себе, аналізу своїх сильних і слабких якостей, їх оцінки та емоційного ставлення до тих рис характеру, які вона відносить до слабких. Учні, які не приймають себе, з недовірою ставляться до себе, потребують корекційних заходів з метою розвитку толерантності до власних недоліків.

Особливості розвитку моральної саморегуляції у молодших школярів ми досліджували за допомогою цілеспрямованого спостереження за навчальним процесом, що дозволяє виявити в якій спосіб учні самовиражаються: через добродійність чи через зверхнє ставлення до інших; яким чином самостверджуються: в соціально придатному розкритті власної особистості чи в соціально непридатному захисті особистості та наскільки вони цілеспрямовані, відповідальні, самостійні в виконанні завдань, активні, намагаються розвивати власні здібності, проявляють вольові зусилля в справах. На основі аналізу отриманих даних ми визначили різний рівень розвитку моральної саморегуляції у молодших школярів: високим, середнім та низьким, що зафіксовано в табл. 2.23.

Таблиця 2.23

Показники рівнів розвитку моральної саморегуляції у молодших школярів, n=134

Рівні	Показники	
	абс. к-сть	%
Високий	25	18,66
Середній	64	47,76
Низький	45	33,58

Високий рівень моральної саморегуляції притаманний 18,66 % молодших школярів, які покладаються на власні сили, здатні прийти на допомогу іншим, розділити радість та успіхи оточуючих, неспіх пов'язують із власними помилками, здатні протистояти приниженню. Такі учні відрізняються цілеспрямованістю, відповідальністю, самостійністю в виконанні завдань, активністю, намаганням розвивати власні здібності. Їм притаманні такі якості, як дружелюбність, порядність, безкорисливість, працелюбність, великодушність. Середній рівень було виявлено у трохи менше половини (47,76 %) молодших школярів, які не завжди покладаються на власні сили, іноді стають самі причинами виникнення конфліктів і не завжди їх розв'язують мирним шляхом, часто у власному неуспіху обвинувачують інших чи обставини, що склалися; можуть дозволяти принизити себе із страху протидіяти сильнішому, не завжди проявляють активність, відповідальність, дружелюбність, працелюбність. Низький рівень моральної саморегуляції характерний для третини (33,58 %) молодших школярів. Одні з них самовиражаються через зверхнє нешанобливе ставлення до інших, висміювання їх недоліків, презирство слабкості, визнання пріоритетною цінністю позиції сили; такі учні на неуспіх чи поразку реагують агресією чи образою; часто вони байдужі до навчання, не критично ставляться до себе; у власному неуспіху обвинувачують інших чи обставини, що склалися. Інші учні, в яких виявлено низький рівень моральної саморегуляції, переважно пасивні й залежні у взаємодії з іншими, дозволяють принижувати себе із страху протидіяти сильнішому чи із-за невпевненості у собі, часто невідповідальні, нецілеспрямовані, несамотійні.

Отже, моральна саморегуляція молодшого школяра проявляється в здатності володіти в різних ситуаціях власними почуттями і настроями, стримувати безпосередні спонукки, якщо вони призводять до неадекватних реакцій, не допускати імпульсивних дій, утримуватися від неадекватних вчинків, які усвідомлюються як шкідливі. Діти зазначеного віку знають моральні норми, можуть здійснювати моральний вибір, здатні керувати власними діями і вчинками згідно з прийнятими в соціальному середовищі загальнолюдськими нормами. Деякі молодші школярі здатні до підтримки, збереження та захисту як власної гідності, так і гідності оточуючих людей, можуть відстояти власну позицію, діяти самостійно і відповідально, знаходити компроміс у вирішенні спірних питань, поводитися достойно – не принижувати себе й інших. Але у значній кількості молодших школярів моральна саморегуляція знаходиться ще на стадії становлення, що виражається в їх неготовності здійснювати моральний вибір, керувати власною поведінкою при відсутності контролю ззовні, регулювати власну поведінку в напрямку підтримки, збереження та захисту як власної гідності, так і гідності оточуючих. Вони не здатні відстояти власну думку, діяти самостійно та відповідально. Саме з такими молодшими школярами необхідно проводити корекційно-розвивальну роботу з метою розвитку саморегуляції їх поведінки.

Отже, дослідивши психологічні чинники, що обумовлюють та сприяють розвитку почуття власної гідності в молодшому шкільному віці, ми виявили, що найвищі показники притаманні розвитку позитивного образу «Я» та безумовному самоприйняттю (рис. 2.3).

Рис. 2.3. Кількісні показники (%) рівнів розвитку психологічних чинників становлення почуття власної гідності у молодших школярів

Примітка. * результати адекватності самооцінки продемонстровані наступним чином: високий рівень на гістограмі відповідає неадекватно завищеній самооцінці, середній – адекватній, низький – неадекватно заниженій.

Як видно з рис. 2.3, виявлено великий відсоток учнів, яким притаманний низький рівень розвитку моральної саморегуляції, що обумовлює необхідність проведення додаткових корекційно-розвивальних заходів з цією категорією учнів.

Для визначення кореляційного зв'язку між конструктами почуття власної гідності було застосовано критерій рангової кореляції Спірмена (табл. 2.24).

Таблиця 2.24

Кореляційна матриця конструктів почуття власної гідності
молодшого школяра (n

Конструкти	Моральна саморефл.	Моральна самооцінка	Самоцінність	Самоповага	Моральний самоконтр.
Моральна саморефлексія	–	0,355**	0,433**	0,406**	0,520**
Моральна самооцінка	0,355**	–	0,203*	0,324**	0,168
Самоцінність	0,433**	0,203*	–	0,400**	0,327**
Самоповага	0,406**	0,324**	0,400**	–	0,371**
Моральний самоконтроль	0,520**	0,168	0,327**	0,371**	–

Примітка: ** на рівні значущості при $p \leq 0,01$;

* на рівні значущості при $p \leq 0,05$.

У результаті кореляційного аналізу нами було виявлено позитивний статистично значущий взаємозв'язок ($p \leq 0,01$) між такими конструктами почуття власної гідності:

1. Рівнем моральної саморефлексії та рівнем моральної самооцінки ($r=0,355$), рівнем самоцінності ($r=0,433$), рівнем самоповаги ($r=0,406$) і рівнем морального самоконтролю ($r=0,520$). Найбільш значимий кореляційний зв'язок виявлено між рівнем моральної саморефлексії та рівнем морального самоконтролю молодших школярів. Це може означати, що уміння проводити аналіз якостей власної особистості, розуміння мотивів власної моральної поведінки сприяє здатності дітей зазначеного віку здійснювати регуляцію власних дій та вчинків.

2. Рівнем моральної самооцінки та рівнем моральної саморефлексії ($r=0,355$); рівнем самоповаги ($r=0,324$) та на рівні $p \leq 0,05$ з рівнем самоцінності ($r=0,203$). Не виявлено статистично значущого взаємозв'язку із моральним самоконтролем. Отже, моральна самооцінка більше корелює з рівнем моральної саморефлексії, що пояснюється тим, що молодші школярі оцінюють

себе як моральну особистість, завдяки здійсненню моральної саморефлексії.

3. Рівнем самоцінності та рівнем моральної саморефлексії ($r=0,433$), рівнем самоповаги ($r=0,400$), рівнем морального самоконтролю ($r=0,327$) та на рівні $p \leq 0,05$ з рівнем моральної самооцінки. Цей факт пояснює те, що ціннісне ставлення до себе у молодших школярів здійснюється на основі здатності до саморефлексії власних моральних якостей особистості, мотивів поведінки та порівняння себе з іншими.

4. Рівнем самоповаги та рівнем моральної саморефлексії ($r=0,406$); рівнем самоцінності ($r=0,400$); рівнем морального самоконтролю ($r=0,371$) та рівнем моральної самооцінки ($r=0,324$).

Найбільший кореляційний зв'язок самоповаги молодших школярів виявлено знову з моральною саморефлексією, що дозволяє краще зрозуміти власну індивідуальність, якості характеру, вміння, здібності й відповідно приймати себе та поважати.

5. Рівнем морального самоконтролю та рівнем моральної саморефлексії ($r=0,520$); рівнем самоповаги ($r=0,371$); рівнем самоцінності ($r=0,327$). Статистично значущого зв'язку з рівнем моральної самооцінки виявлено не було. Отже, це засвідчує, що і в основі здійснення самоконтролю за власною поведінкою у молодших школярів лежить саморефлексія. І те, що ті молодші школярі, які високо оцінюють свої моральні якості не завжди готові здійснювати моральний самоконтроль на високому рівні.

Таким чином було виявлено, що всі конструкти почуття власної гідності мають найбільші кореляційні зв'язки з моральною саморефлексією, що підтверджує позицію вчених (І.Д.Бех, М.Й. Боришевський, І.С.Булах), які довели, що моральна саморефлексія збалансовує внутрішню роботу когнітивної, емоційно-ціннісної та поведінкової складових моральної самосвідомості особистості.

Низькі кореляційні зв'язки конструктів з моральною самооцінкою пояснюється тим, що вона у значній кількості досліджуваних є завищеною, що може блокувати їх самоактуалізацію, а це провокує зростання комплексів, конфліктну поведінку та неадекватні форми самоствердження.

Кореляційний зв'язок між тими психологічними чинниками, що за нашим припущенням обумовлюють розвиток почуття власної гідності в молодшому шкільному віці, презентовано в табл. 2.25.

Таблиця 2.25

Кореляційна матриця психологічних чинників розвитку почуття власної гідності молодшого школяра (n)

Психол. чинники	Розуміння власн. індивід.	Позитивний образ «Я»	Адекватна самооцінка	Безумовне самоприйняття	Моральна саморегуляція
Розуміння власн. індивід.	—	0,422**	0,260**	0,425**	0,528**
Позитивний образ «Я»	0,422**	—	0,414**	0,648**	0,333**
Адекватна самооцінка	0,260**	0,414**	—	0,390**	0,155
Безумовне самоприйняття	0,425**	0,648**	0,390**	—	0,354**
Моральна саморегуляція	0,528**	0,333**	0,155	0,354**	—

Примітка. ** на рівні значущості при $p \leq 0,01$

Найбільші статистично значущі кореляційні зв'язки виявлено між розумінням власної індивідуальності та моральною саморегуляцією ($r=0,528$); позитивним образом «Я» та безумовним самоприйняттям ($r=0,648$); адекватною самооцінкою та позитивним образом «Я» (r

=0,414). Не виявлено статистично значущого взаємозв'язку між адекватною самооцінкою та моральною саморегуляцією.

Отже, можна зробити висновок, що здійснення моральної саморегуляції у зазначеному віці пов'язується з їх розумінням власної індивідуальності. В молодшому шкільному віці вперше з'являється середовище, в якому значну роль відіграє моральна саморегуляція – спілкування з ровесниками як відносно автономна сфера життя дитини. Ускладнення соціального середовища та зростання вимог до поведінки дитини потребують розвитку внутрішнього плану дій та волі як засобів управління поведінкою. Управління власною поведінкою вимагає формування розвиненого образу «Я» як образу об'єкту управління. Засобом розвитку образу «Я» є особистісна рефлексія, яка також стає головним механізмом формування смислових утворень в психіці дитини, в першу чергу морально значущих [21].

Кореляційний аналіз взаємозв'язку психологічних чинників розвитку почуття власної гідності з його конструктами представлено в табл. 2.26.

Таблиця 2.26

Кореляційна матриця взаємозв'язку психологічних чинників з конструктами почуття власної гідності молодшого школяра, (n

Психол. чинники Конструкти	Розуміння власн. індивід.	Позитивний образ «Я»	Адекватна самооцінка	Безумовне самоприйняття	Моральна саморегуляція
Моральна саморефлексія	0,678**	0,515**	0,223**	0,434**	0,656**
Моральна самооцінка	0,312**	0,238**	0,182*	0,244**	0,230*
Самоцінність	0,389**	0,477**	0,269**	0,588**	0,422**
Самоповага	0,434**	0,672**	0,400**	0,565**	0,402**
Моральний самоконтроль	0,484**	0,302**	0,187*	0,303**	0,820**

Примітка: ** на рівні значущості при $p \leq 0,01$; * на рівні значущості при $p \leq 0,05$

У результаті кореляційного аналізу за критерієм Спірмена нами було виявлено позитивні статистично значущі взаємозв'язки між наступними психологічними чинниками та конструктами почуття власної гідності:

1. Розумінням власної індивідуальності та моральною саморефлексією ($r=0,678$; $p \leq 0,01$), моральною самооцінкою ($r=0,312$; $p \leq 0,01$), самоцінністю ($r=0,389$; $p \leq 0,01$), самоповагою ($r=0,434$; $p \leq 0,01$) та моральним самоконтролем ($r=0,484$; $p \leq 0,01$). Отже, можемо зробити висновок, що в основі розвитку моральної саморефлексії молодших школярів є їх здатність до розуміння власної індивідуальності, що характеризується виявленим найбільш значущим кореляційним зв'язком між ними. Це свідчить про те, що розуміння власної індивідуальності є корелятом моральної саморефлексії.
2. Позитивним образом «Я» та моральною саморефлексією ($r=0,515$; $p \leq 0,01$), моральною самооцінкою ($r=0,238$; $p \leq 0,01$), самоцінністю ($r=0,477$; $p \leq 0,01$), самоповагою ($r=0,672$; $p \leq 0,01$) та моральним самоконтролем ($r=0,302$; $p \leq 0,01$), що засвідчує – позитивний образ «Я» найбільше обумовлює та сприяє розвитку самоповаги молодших школярів і є її корелятом.
3. Адекватною самооцінкою та моральною саморефлексією ($r=0,223$; $p \leq 0,01$), моральною самооцінкою ($r=0,182$; $p \leq 0,05$), самоцінністю ($r=0,269$; $p \leq 0,01$), самоповагою ($r=0,400$; $p \leq 0,01$), моральним самоконтролем ($r=0,187$; $p \leq 0,05$). Таким чином, адекватна самооцінка

найбільше впливає на розвиток самоповаги молодших школярів і є її корелятом.

4. Безумовним самоприйняттям та моральною саморефлексією ($r=0,434$; $p \leq 0,01$), моральною самооцінкою ($r=0,244$; $p \leq 0,01$), самоцінністю ($r=0,588$; $p \leq 0,01$), самоповагою ($r=0,565$; $p \leq 0,01$) та моральним самоконтролем ($r=0,303$; $p \leq 0,01$). Отже, безумовне самоприйняття найбільше обумовлює переживання самоцінності молодших школярів і є її корелятом.

5. Моральною саморегуляцією та моральною саморефлексією ($r=0,656$; $p \leq 0,01$), моральною самооцінкою ($r=0,230$; $p \leq 0,05$), самоцінністю ($r=0,422$; $p \leq 0,01$), самоповагою ($r=0,402$; $p \leq 0,01$), моральним самоконтролем ($r=0,820$; $p \leq 0,01$). Можна зробити висновок, що моральна саморегуляція є корелятом морального самоконтролю.

Таким чином, отримані результати свідчать про те, що теоретично визначені психологічні чинники є корелятами основних конструктів почуття власної гідності молодших школярів.

Результати факторного аналізу конструктів почуття власної гідності та психологічних чинників його розвитку в молодшому шкільному віці презентуються в табл. 2.27.

Таблиця 2.27

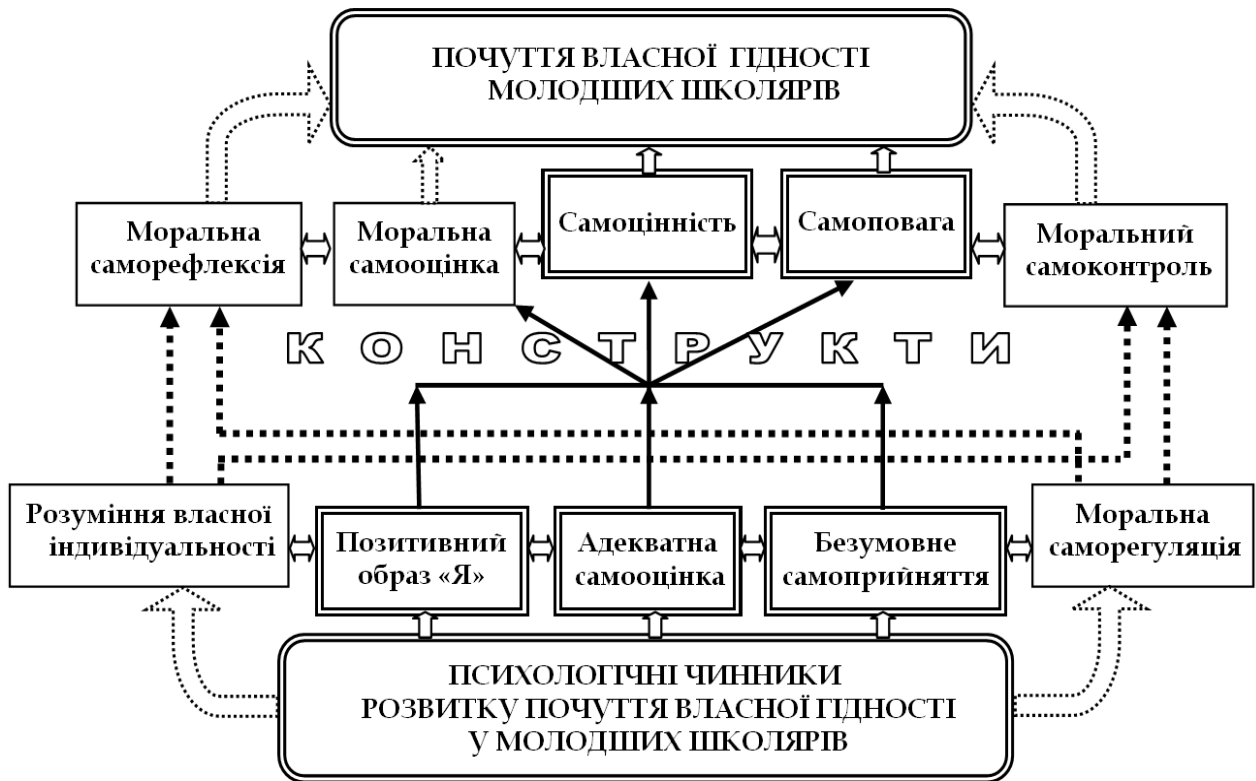
Фрагмент факторного аналізу конструктів почуття власної гідності та психологічних чинників його розвитку в молодшому шкільному віці, ($n=134$)

Показники	Фактор 1	Фактор 2
Позитивний образ «Я»	0,843	
Безумовне самоприйняття	0,812	
Самоповага	0,750	
Самоцінність	0,655	
Адекватна самооцінка	0,524	
Моральна саморегуляція		0,890
Моральний самоконтроль		0,872
Моральна саморефлексія		0,730
Розуміння власн. індивід.		0,622
Моральна самооцінка		0,423

У результаті аналізу нами було виявлено два фактори, які пояснюють 61,502 % сукупної дисперсії. До першого фактору (вклад до сукупної дисперсії 31,453 %) увійшли наступні компоненти: позитивний образ «Я» ($r=0,843$), безумовне самоприйняття ($r=0,812$), самоповага ($r=0,750$), самоцінність ($r=0,655$), адекватна самооцінка ($r=0,524$). Другий фактор (вклад до сукупної дисперсії 30,050 %) склали наступні компоненти: моральна саморегуляція ($r=0,890$), моральний самоконтроль ($r=0,872$), моральна саморефлексія ($r=0,730$), розуміння власної індивідуальності ($r=0,622$) та моральна самооцінка ($r=0,423$).

Таким чином, результати факторного аналізу підтвердили описані вище дані й дозволили зробити наступні висновки: почуття власної гідності молодшого школяра сформоване більшою мірою за рахунок самоповаги та самоцінності; домінуючими чинниками, які найбільше дають імпульс до розвитку почуття власної гідності молодших школярів, є формування позитивного образу «Я», безумовного самоприйняття та адекватної самооцінки.

Процес узагальнення результатів теоретичних та емпіричних досліджень дав змогу побудувати модель психологічних чинників розвитку почуття власної гідності в молодшому шкільному віці, яка відображена на рис. 2.4.



SHAPE * MERGEFORMAT Рис. 2.4. Модель психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів

Як видно з рис. 2.4, розвиток почуття власної гідності у молодшому шкільному віці стає можливим завдяки активізації психологічних чинників, які обумовлюють та сприяють розвитку його основних конструктів. Слід звернути увагу на поглиблення у молодших школярів розуміння власної індивідуальності та розвиток моральної саморегуляції. Оптимізація вказаних чинників, за нашим припущенням, актуалізуватиме розвиток моральної саморефлексії, моральної самооцінки та морального самоконтролю, що в свою чергу забезпечить належний рівень розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

Емпіричне вивчення особливостей розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці та специфіки впливу психологічних чинників на цей розвиток зумовило необхідність розробки розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. Це й визначило основні завдання формувального експерименту.

Висновки до другого розділу

Труднощі у з'ясуванні особливостей розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці обумовлювалися тим, що в межах вікової та педагогічної психології не існує методів та методик для його діагностики. З цією метою нами було створено психодіагностичний інструментарій дослідження: підібрані діагностичні методи та методики (значна частина яких була модифікована відповідно до завдань дослідження) та створені самостійно, які були перевірені на надійність та валідність у ході пілотажного дослідження.

Експериментальне дослідження дозволило нам виявити учнів з різним рівнем розвитку основних конструктів почуття власної гідності:

–зафіксовано нерівномірне розуміння молодшими школярами моральних якостей особистості (одні якості учні розуміють краще, інші – майже не розуміють), не в повній мірі здатні здійснювати самоаналіз на основі рефлексивних здібностей, мають уявлення про себе як про особистість моральну, суб'єкта моральної поведінки, не завжди усвідомлюють мотиви та наслідки власних дій та вчинків;

–моральна самооцінка у більшості молодших школярів розвинута неадекватно; майже половина досліджуваних продемонстрували завищену моральну самооцінку, що пояснюється несформованістю моральних критеріїв, на основі яких здійснюється оцінка власних моральних якостей;

–більшість з досліджуваних позитивно ставляться до себе, цінують власну особистість, не завжди визначають свої недоліки, перебільшують власні позитивні якості;

–переважно описують окремі, найбільш виразні власні якості, виділяють деякі вміння, вчинки, за які себе поважають;

–у значній кількості молодших школярів виявлено низький рівень розвитку морального самоконтролю, що проявляється у недостатньому контролі за власними емоціями та почуттями; вони ще не повною мірою здатні захищати свою позицію та власну гідність адекватними засобами, демонструвати гідну поведінку під час взаємодії з оточуючими людьми.

На основі обґрунтованих критеріїв (визнання власних чеснот, позитивне самоставлення, гідна поведінка) та їх показників було визначено різні рівні розвитку почуття власної гідності у молодших школярів: високий, середній та низький.

Переважній більшості молодших школярів притаманний середній рівень розвитку почуття власної гідності, що вказує на недостатнє розуміння ними власної індивідуальності й унікальності, неповне прийняття себе такими, якими вони є; недооцінку власних успіхів та переваг. Вони схильні ситуативно відстоювати власну точку зору у випадку її незбігу з думкою авторитетного іншого, недостатньо самостійні в судженнях, вчинках, прийнятті рішень. Іноді потреба подобатися всім і отримувати від них схвалення спонукає таких дітей до приниження, підлецування, пристосування; здатність відстоювати власну гідність проявляється ситуативно під час спілкування з однолітками.

Дослідження психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, здійснення кореляційного та факторного аналізів отриманих результатів дозволили визначити домінуючі чинники, а саме: становлення позитивного образу «Я», безумовне самоприйняття та адекватна самооцінка. Слід звернути увагу на поглиблення у молодших школярів розуміння власної індивідуальності та розвиток моральної саморегуляції. Оптимізація вказаних чинників, за нашим припущенням, актуалізуватиме розвиток моральної саморефлексії, моральної самооцінки та морального самоконтролю, що, в свою чергу, забезпечить належний рівень розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці.

Основні наукові результати розділу опубліковані в працях автора:

1. Білоусова Н.М. Розуміння поняття «почуття власної гідності» суб'єктами навчально-виховного процесу / Н.М. Білоусова // Школа першого ступеня: Теорія і практика: зб. наук. праць Переяслав-Хмельницького державного педагогічного

університету імені Г. Сковороди. – Випуск 19. – Тернопіль: Видавництво Астон, 2006. – С.143-147.

2. Білоусова Н.М. Діагностичне дослідження розвитку почуття власної гідності у молодших школярів / Н.М.Білоусова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Т.1. Вип. 82 / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка; [гол. ред. Носко М.О.]. – Чернігів: ЧНПУ, 2010. – С. 42-46. (Серія: Психологічні науки).

3. Білоусова Н.М. Готовність молодших школярів захищати власну гідність в ситуаціях приниження чи морального тиску // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Т.1. Вип. 94 / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка; [гол. ред. Носко М.О.]. – Чернігів: ЧНПУ, 2011. – С. 25-29. (Серія: Психологічні науки).

4. Білоусова Н.М. Розвиток почуття власної гідності у молодших школярів: навчально-методичний посібник / Н.М. Білоусова, Л.М. Рось. – К.: Видавництво НПУ імені М.П.Драгоманова, 2011. – 95 с.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ У МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІСІ

3.1. Обґрунтування та зміст розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів

Враховуючи те, що питання розвитку почуття власної гідності у зростаючої особистості ще не досить розроблене, не існує в психологічній практиці розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, ми створили таку програму, яка включає в себе методичну роботу із шкільними психологами, батьками, вчителями та молодшими школярами.

Підґрунтям для здійснення формуального експерименту став особистісно орієнтований підхід, сутність якого полягає в утвердженні людини як найвищої цінності, розумінні та прийнятті власного «Я», створення умов, в яких кожен учасник спілкування реалізує свою людяність, індивідуальність і неповторність. Спираючись на наукову позицію І.Д. Беха [28], вихідними положеннями особистісно зорієнтованого виховання почуття власної гідності у молодших школярів стали: осмислення власної індивідуальності та унікальності, актуалізація емоційно-ціннісного ставлення до інших і до себе, адекватне розуміння та визнання себе, вміння відстоювати власну позицію, підтримувати, зберігати та захищати як власну гідність, так і гідність оточуючих людей.

Мета програми полягала в розробці та впровадженні методичних заходів, спрямованих на підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Завдання програми включали в себе:

- розширення знань шкільних психологів з питання психологічних засад розвитку моральних почуттів у молодших школярів взагалі та почуття власної гідності зокрема;

- здійснення просвітницької роботи серед батьків, спрямованої на поглиблення їх соціально-психологічних знань, ознайомлення з ефективними прийомами спілкування з дитиною, що сприятимуть розвитку почуття власної гідності дитини і бажання здійснювати гідні вчинки;

- підвищення психологічної освіти вчителів, які працюють з молодшими школярами, з метою оптимізації їх взаємин з учнями та ознайомлення з новими підходами до розвитку і підтримки почуття власної гідності вихованців та їх здатності до взаємодії з іншими людьми на основі поваги до їх гідності;

- створення системи корекційно-розвивальних занять з метою активізації розуміння молодшими школярами власної індивідуальності та здатності до моральної саморегуляції, а саме захищати власне «Я» в ситуаціях утиску чи приниження, стверджувати свої права та власну цінність на основі поваги до прав і цінності іншої особистості (тих психологічних чинників, які за результатами констатувального експерименту у більшості молодших школярів проявилися на середньому та низькому рівнях). Також увага приділялась розвитку позитивного

образу «Я», безумовного самоприйняття та адекватної самооцінки (тих психологічних чинників, які проявилися на середньому та низькому рівнях але у меншій кількості респондентів).

Формувальний експеримент базувався на принципах системності та єдності розвивальних, виховних і корекційних впливів на особистість дитини, єдності актуального та потенційного в розвитку особистості, її самореалізації у діяльності й поведінці.

Методична робота зі шкільними психологами.

Завданням діяльності всього педагогічного колективу школи взагалі й шкільного психолога зокрема є створення психологічно безпечної і сприятливої атмосфери, в якій кожен учасник навчально-виховного процесу зможе здобувати і реалізовувати власні знання, можливості, здібності, відчувати власну значущість, зберігати власну гідність.

З метою психологічної профілактики надмірного приниження гідності учнів ми знайомили психологів з рекомендаціями, запропонованими В.В. Рибалкою, серед яких: необґрунтовані заперечення, заборони, гостра критика і звинувачення; негативна несправедлива оцінка, підозра в поганих вчинках, публічне звинувачення, образа і засудження, байдужість до досягнень і успіхів, недовіра, ненависть, знущання, обзивання, публічний конфлікт, лайка і фізичний вплив, несправедливість, авторитаризм, деспотизм, маніпулювання, нівелювання, позбавлення прав, грубість, вандалізм, відторгнення у колективі, неповага, придушення особистості [201].

Нами було розроблено цикл лекцій, які були прочитані шкільним психологам на теми: «Дитина – особистість!», «Тактики виховання гідної особистості», «Наслідки приниження гідності дитини». Також шкільним психологам було запропоновано розроблену нами систему корекційно-розвивальних занять для роботи з дітьми молодшого шкільного віку.

Крім того, шкільним психологам було рекомендовано проводити бесіди з дітьми на теми: «Я людина з почуттям власної гідності», «Моя гідність», «Самоповага», «Я стаю кращим» та ін., під час яких учні розповідали про власні вчинки, якими пишуться; приводили приклади дій, в результаті яких може постраждати власна гідність людини; розглядали конфліктні ситуації і виходи з них; вчилися захищати власне «Я» від приниження і т.п.

Методична роботи з батьками.

Робота з батьками здійснювалась у формі соціально-психологічного тренінгу, індивідуальних та групових консультацій (за запитом), метою яких було надати батькам практичні рекомендації щодо поліпшення їхніх взаємин з дітьми на основі поваги до їх почуття власної гідності.

З метою проведення просвітницької роботи з батьками ми розробили цикл тренінгових занять з наступною тематикою: «Які ми батьки?», «Безумовна любов», «Моя дитина – успішна!», «Я виховую дитину з почуттям власної гідності», «Я – мудра мама, я – мудрий тато!». Більшість запропонованих вправ тренінгу є авторськими. При використанні вправ, які були запозичені у інших авторів, – ми робили посилання на джерела. (Див. додаток Н). Під час тренінгу батьки мали змогу проаналізувати власне ставлення до своїх дітей; виявити причини неадекватного поводження з ними; навчитися новим підходам та прийомам спілкування з дітьми;

зрозуміти важливість виховання у дітей почуття власної гідності.

Також батькам надавалися індивідуальні та групові консультації (за запитом) з питання індивідуальних особливостей їх дітей (за результатами діагностики); розроблялися конкретні методичні рекомендації щодо розвитку адекватної самооцінки дитини, її позитивного образу «Я» та безумовного самоприйняття.

Методична робота з вчителями.

Ми провели дослідження, метою якого було з'ясувати наскільки вчителі, на яких покладена відповідальність спрямовувати виховання дітей в напрямку поваги до людської гідності, самі розуміють дану моральну категорію і якими методами та заходами розвивають дане моральне почуття у дітей. Найбільш розповсюдженими виявилися такі характеристики поняття «гідність»: «людина, яка поважає не лише себе, а й інших»; «коли людина чинить так, що ситуація вигідна не тільки їй, а й іншим»; «це осмислення своїх переваг, недоліків»; «як людина ставить себе в оточуючому світі»; «коли почуває себе комусь потрібною»; «не падає перед іншими»; «почуття самоповаги, самоконтроль» та ін. Гідність характеризували як: чесність (43%), порядність (33%), доброту (23,6%). Називалися й такі якості, які притаманні гідній людині: вихованість, повага до інших, скромність, повага до себе, правдивість, впевненість, сміливість та ін. Результати дослідження продемонстрували, що вчителі мають різні уявлення про поняття «гідність» і тому дають різні його тлумачення. На запитання: «За допомогою яких методів, форм та видів діяльності ви виховуєте почуття власної гідності у своїх учнів?» відповідали: проведення бесід, виховних класних годин, читання літературних творів з наступним їх обговоренням, написання творів дітьми на моральні теми, розв'язання моральних ситуацій та ін. Таким чином, ми визначили необхідність проведення додаткових заходів з вчителями початкових класів з метою підвищення їх психологічної компетентності з питання розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Робота з вчителями в межах програми включала в себе три напрямки: психологічне просвітництво (бесіди, дискусії, виступи на методоб'єднаннях, педрадах, підбір спеціальної літератури, статей, порад з питання розвитку в учнів емоційно-ціннісного ставлення до себе та до оточуючих, навчання прийомам саморефлексії через написання творів); психологічне консультування (надання практичних порад щодо вибору адекватних методів педагогічного впливу на поведінку невпевнених в собі учнів); включення вчителя-класовода в процес проведення корекційно-розвивальних занять з його вихованцями з метою глибшого пізнання дітей, участі у виконанні вправ, в яких необхідно було відпрацювати ситуації взаємодії дітей з дорослими, навчання новим способам взаємодії з учнями в напрямку розвитку, підтримки та збереження їх почуття власної гідності.

Під час роботи з вчителями ми заохочували їх до аналізу власного ставлення до кожної дитини, внутрішніх причин емоційного неприйняття деяких вихованців; спрямовували їх до професійної рефлексії, подолання педагогічних стереотипів; надавали рекомендації щодо особливостей ефективної педагогічної взаємодії з учнями, спрямованої на підтримку і розвиток у них почуття власної гідності. Були використані наступні види роботи:

1. Написання міні-творів на теми: «Я – мудрий вчитель», «Мої вихованці – найкращі учні школи», «Як я підтримую почуття власної гідності своїх вихованців», «Що я б

хотіла покращити в собі як у педагога».

4. Бесіда на тему: «Спогади про мою першу вчительку». Пропонувалося обговорити наступні питання: «Пригадайте вашу першу вчительку. Якою вона була? Як ставилася до дітей? До вас? В чому були її помилки? Що із того, що вона робила можна було б занести в книгу порад для вчителя? Якими ви хочете бачити своїх вихованців в майбутньому? Що для цього ви можете зробити вже сьогодні? Якими словами ви хочете, щоб вас пригадували ваші учні, коли стануть дорослими?».

5. Круглий стіл на тему: «Особистий простір дитини». Пропонувалося обговорити наступні питання: Як ви вважаєте, що таке особистий простір дитини? З якого віку він виникає? Як дорослі можуть підтримати особистий простір дитини? Для чого потрібні заборони? Які правами та обов'язки є у дитини? Як ви дбаєте про власний особистий простір? Які ваші дії можуть принизити гідність ваших вихованців? Як дитина захищає власний простір?

Отже, робота з батьками та педагогами спрямовувалася на підвищення рівня їх психолого-педагогічної обізнаності, гармонізацію і гуманізацію взаємин з дітьми, допомогу їм в переосмисленні неефективних методів впливу на дитину, звільнення від власних психологічних проблем, які заважають налагодити доброзичливі взаємини з оточуючими.

Методична робота з молодшими школярами.

У роботі з молодшими школярами ми проводили наступні позаурочні заходи: виставка малюнків на тему: «Моя гідність», «Людина з почуттям власної гідності», конкурс віршів та творів на тему: «Як я вмю виходити із складних ситуацій», «Чим я пишаюся в собі», «Мої досягнення», «Моя гідність». Спільно з дітьми було підготовлено театральну виставу за мотивами казки О.Уальда «Хлопчик - зірочка», яку представили батькам та іншим учням початкових класів. Перевтілюючись у казкових персонажів, діти проживали різні емоційні стани: приниженості, пихатості, байдужості, гонористості, емпатії, любові. При цьому відбувався процес поглибленого усвідомлення таких цінностей як, добро і зло, любов і ненависть, повага і приниження тощо. Через програвання казкових подій діти мають можливість відреагувати значимі емоції, виявити внутрішні конфлікти і ускладнення, краще зрозуміти соціальні і моральні норми життя в стосунках між людьми, моральні цінності, стилі поведінки і взаємодії з оточуючими. Глядачі й самі актори отримали можливість вибрати якими бути, як поводитися з іншими, зрозуміти власні помилки і захотіти змінитися на краще.

Емоційно вразливими були перегляди і наступне обговорення художніх фільмів, в яких гостро постають питання знущання над особистістю, її приниження та знецінення, розкриваються шляхи виходу головного героя з складних життєвих ситуацій (напр. художній фільм «Чучело» (рос.) режисера Р.Бикова, 1983 р.; «Е.Т.» (англ.) режисера С. Спілберга, 1982 р. та ін.).

Також ми організовували виставку малюнків на тему: «Я – людина з почуттям власної гідності», проводили конкурс на краще висвітлення даної теми в віршованій формі. Так Маргарита Т. (учениця 3-Б класу ЗОШ №2 м. Чернігова) написала:

«Чесність є у гідних людях,
Їх ніколи не забути.
Право в кожного з нас є!

Полюби і ти себе!».

Отже, робота з молодшими школярами була спрямована на поглиблення усвідомлення ними власного «Я», формування у дітей установки, що почуття власної гідності народжується у людини, якщо вона, пізнаючи оточуючий світ, його моральні цінності, не втрачає власне «Я», визначає, відстоює й зберігає свою особистісну позицію, висловлює власні судження й самостійно діє.

У межах формувального експерименту проводилась робота з молодшими школярами, які склали експериментальну групу в кількості 30 учнів четвертого класу (9-10 років) спеціалізованої ЗОШ I-III ступенів № 2 з поглибленим вивченням іноземних мов м. Чернігова. До контрольної групи увійшли учні четвертого класу (9-10 років) цієї ж школи в кількості 33 осіб.

З учнями експериментальної групи було проведено 20 корекційно-розвивальних занять, які відбувалися один – два рази на тиждень протягом півроку. Тривалість одного заняття – 45 хвилин. Для більш ефективної реалізації особистісно орієнтованого підходу заняття проходили по підгрупах в кількості 15 осіб. Кожне заняття мало наступну структуру: привітання, основна частина, рефлексія, домашнє завдання (за необхідністю) та прощання. Цей спосіб взаємодії з учнями, на нашу думку, дає можливість відійти від класичної структури, що обумовлює класно-урочна система, привнести елемент нетрадиційності, творчості, а, відповідно, й більшої зацікавленості учнів та результативності.

На заняттях використовувалися різноманітні методи, форми й види роботи: бесіди, обговорення, вправи, ігри (сюжетно-рольові, рухливі, ігри-драматизації), елементи казкотерапії, бібліотерапії, музикотерапії, психогімнастики, тематичне та проєктивне малювання, інсценізації, релаксації-візуалізації, створення піктограм, ведення «секретного зошита» та інші.

У ході занять учні пізнавали власну індивідуальність, унікальність та неповторність, сильні сторони власної особистості, вчилися адекватно виявляти власну гідність під час взаємодії з оточуючими людьми. Ігри та вправи, які використовувалися на заняттях, стимулювали у дітей глибинні емоційні переживання, допомагали переводити реальні ситуації з життя в ігрове поле й давали можливість програвати альтернативні позиції поведінки. Вони є як авторськими, так і запозиченими у психологів-практиків (Л.Ф. Анн, Ю.В. Бойбіна, О.П. Горбушина, П. Дж. Дженкінс, Н.В. Ключєва, Л.М. Костіна, С.В. Крюкова, Т.П. Рєпнова, О.Є.

Смірнова, К. Фопель, О.В. Хухлаєва та ін.) [9; 39; 75; 82; 116; 130; 138; 200; 230; 253; 254; 259], частина із них модифікована й адаптована нами згідно конкретної мети заняття.

Під час занять широко використовувалося програвання моральних ситуацій, які викликають різні почуття у дитини, підвищують її емоційну стійкість та розвивають здатність до саморегуляції. Тим більше, що колективне співпереживання дозволяє отримати більш яскравий досвід проживання емоційних ситуацій, пов'язаних з проявом почуття власної гідності. Використання елементів саморегуляції (дихальні вправи, релаксації-візуалізації, зняття емоційного напруження й негативних емоцій) створювало умови для формування в учасників здатності керувати власним емоційним станом, підвищення концентрації уваги, пізнання власного внутрішнього світу, почуттів. Внаслідок цього у дітей розвивалася

впевненість у собі, підвищувалася самооцінка та самоприйняття.

Деякі вправи, що пропонуються в даній програмі, проводилися в малих групах, що дозволяло учням навчитися працювати в команді, спільно вирішувати поставлені завдання, формувати якості соціальної компетентності (вміння співпрацювати, висловлювати свою позицію, прислухатися до думки інших, безконфліктно приймати спільні рішення тощо); надати можливість кожному учаснику бути активним, почутим, важливим і значущим.

Під час виконання окремих вправ, творчих робіт, читання казок використовувалися твори класичної музики для гармонізації внутрішнього світу дитини та поглиблення її емоційних переживань. Для активізації діалогу з власним «Я» та виконання деяких завдань учасникам було рекомендовано вести так званий «секретний зошит», в якому діти записували теми занять, визначення понять, які розглядаються, малювали, виконували творчі та домашні завдання. Використання такого виду роботи, на нашу думку, є ефективним способом заохочення процесу саморозкриття й самопізнання учнів.

Аналіз наукової літератури дозволив нам визначити основні якості особистості, які притаманні людині з почуттям власної гідності, а саме: справедливість (Т.В. Коротковских, В.А. Малахов, О.В. Молчанова, М.Ф. Юрій); відповідальність (Ю.Е. Зайцева, Є.І. Ісаєв, Т.В. Коротковских, В.А. Малахов, О.В. Молчанова, В.І. Слободчиков, М.Ф. Юрій); чесність (Ф.В. Кадол, О.В. Молчанова, О.В. Перевозна); впевненість у собі (Т.В. Коротковских, О.В. Молчанова); активність (А.П. Аксьонкін); гордість, самоповага (Ф.В. Кадол). На нашу думку, почуття власної гідності можна розвинути у дитини, якщо вона буде сприймати себе як унікальну, впевнену в собі, відповідальну, горду, чесну, дружелюбну, активну, сміливу, совісну, розумну, вдячну, внутрішньо красиву, щасливу особистість; буде любити і поважати себе та інших, вміти прощати. Отже, на основі визначених якостей особистості й моральних чеснот, була підібрана тематика корекційно-розвивальних занять. (Див. додаток П).

Теми занять були сформульовані у вигляді позитивних тверджень, які сприймалися дітьми як факт того, що вони вже є справедливими, розумними, сміливими і т. ін. Такий підхід формує позитивне мислення, підсилює у дітей віру в себе, впевненість у собі й бажання самовдосконалюватися. І.Д. Бех наголошує, що вихованець, позитивно емоційно реагуючи на свій компонент образу «Я» («Я – сильний», «Я – рішучий»), спрямовує власну психічну енергію й на цінність, яка перебуває лише на стадії формування [28].

При проведенні занять ми дотримувалися наступних принципів у роботі з дітьми:

1. Кожна дитина сприймається такою, якою вона є, визнається її індивідуальність, цінність, значущість, унікальність.
2. Створення психологічно комфортної атмосфери, яка є умовою для виникнення почуття безпеки в учасників програми. Це дає їм змогу досліджувати та без страху виявляти власне «Я», безпечно демонструвати власні емоції й почуття за умови, що це не буде негативно впливати на тих, хто поруч.
3. Заняття проходять в ігровій формі, що викликає жвавий інтерес і бажання бути активним учасником.

4. Будь-який успіх кожного з учасників підтримується всіма присутніми за допомогою позитивної оцінки, аплодисментів і схвалення.

5. Акцент робиться на актуальних досягненнях кожного учасника програми в порівнянні з його попередніми успіхами, а не з досягненнями інших учасників.

Кожне заняття проходило за визначеною схемою:

1. *Привітання.* Його функція – налаштування всіх учасників на позитивну атмосферу довіри й безпеки, співпраці та взаємоповаги, саморозкриття, встановлення позитивних стосунків.

2. *Повідомлення теми заняття.* На цьому етапі відбувалося ознайомлення учасників з темою заняття, з'ясування інформації, яку вони вже знають з визначеної теми. Дітям пропонувалося придумати слова та образи, які асоціюються з нею. Ведучий записував усі висловлювання на дошці чи на ватмані для того, щоб в кінці заняття спільно з дітьми проаналізувати й залишити ті, які найбільше розкривають основні поняття теми.

3. *Основна частина.* В цій частині заняття розкривалася тема, проводилися бесіди, ігри, читання психологічних казок, вправи на розвиток саморегуляції (релаксація, візуалізація), здійснювалася робота в «секретному зошиті». Основна увага на цьому етапі заняття приділялася поглибленню уявлення дітей про власну індивідуальність, формуванню адекватної самооцінки, безумовного самоприйняття, позитивного образу «Я», розвитку моральної саморегуляції.

4. *Рефлексія.* На завершальному етапі заняття учасники здійснювали самоаналіз, записували визначення понять, малювали піктографічні малюнки, здійснювали самооцінювання – наскільки в них розвинута та чи інша якість особистості.

5. *Домашнє завдання.* При необхідності учасники отримували домашнє завдання: намалювати якусь ситуацію, написати твір, підготувати вирізки з журналів, газет, сценки на відповідну тему, поспостерігати, як виявляється визначене почуття або якість у оточуючих людей тощо.

6. *Прощання.* На останньому етапі заняття учасники дякували один одному за співпрацю та прощалися з ведучим до наступної зустрічі.

Основні ідеї, які втілювалися в процесі спілкування з дітьми на заняттях:

– якщо ти хочеш, щоб поважали твою думку й тебе, навчися поважати оточуючих тебе людей. Поважати людей – це означає прислухатися до їх думок, визнавати їх вибір, навіть коли він тобі не подобається;

– кожна людина має право на особисту таємницю, ніхто не може примусити тебе «розкривати душу» тоді, коли ти не готовий до відвертості;

– ставлення до тебе не залежить від твоїх успіхів у навчанні. Ти – людина, і цього вже достатньо, щоб тебе поважали й любили;

– тільки ти сам відповідальний за своє життя й за свої вчинки. Не перекладай відповідальність за власні промахи на батьків, друзів, учителів. Ніхто не проживе за тебе твоє життя. У кожного є свої помилки й перемоги;

– ти – сміливий, тому можеш протистояти лихослів'ю, образам, грубощам, злочинним вчинкам, які зачіпають як тебе, так і оточуючих;

– ти завжди маєш право висловити свою думку, навіть коли вона не збігається з думками інших. Але, коли ти неправий, май сміливість визнати це. Тебе будуть

поважати ще більше за щирість і чесність;

–намагайся поводитися так, щоб людям, які поруч, було приємно з тобою.

Наведемо приклади вправ, що використовувалися нами для розвитку адекватної самооцінки у молодших школярів. Гра «Ти – молодець!» (Заняття №3). Учасники стають у коло, по черзі виходять у центр і називають своє ім'я та те, що вони люблять чи вміють добре робити. Наприклад: «Я люблю танцювати» або «Я вмію робити шпагат». У відповідь усі інші учасники промовляють: «Ти – молодець!» і піднімають вгору великий палець на знак підтримки. Така підтримка оточуючих допомагає дитині формувати віру в свою унікальність, відчувати значущість і повагу до себе.

Для підвищення самооцінки учнів використовувалась вправа «Реклама друга». (Заняття № 6). Під час її проведення діти навчаються помічати позитивні якості в іншій людині, будувати гармонійні стосунки з оточуючими людьми, підвищувати власну самооцінку. Ведучий пропонує учасникам розбитися по парах і прорекламувати свого партнера так, щоб його захотіли прийняти в будь-який інший клас будь-якої школи. Для цього необхідно назвати всі його достоїнства, вміння, здібності.

Схожою на попередню є вправа «Самореклама» (Заняття № 17), яка допомагає дитині усвідомити власні якості, вміння, таланти, якими вона пишається, розвивати адекватну самооцінку. Учасники стоять у колі. Один з них виходить у центр, називає своє ім'я й те, чим він пишається в собі (Наприклад: «Я граю на скрипці» або «Я гарно розбираюся в математиці»). У відповідь усі інші діти промовляють: «Ми пишаємося тобою!» і аплодують.

Вправа «Я люблю себе» (Заняття № 15) спрямована на розвиток у дітей любові до себе, впевненості в собі, підвищення їх самооцінки, прийняття себе такими, якими вони є. У кожного учасника має бути дзеркальце. Необхідно подивитися на себе уважно, з любов'ю й промовити своєму відображенню, називаючи себе по імені: «Сашко! Я люблю тебе таким, який ти є». Подивитися ще декілька секунд на себе в дзеркало й повторити цю фразу ще раз, посміхнутися своєму відображенню.

Під час проведення вправи «Я – хороший(а)!» (Заняття № 18) учасники стають в коло. Кожен по черзі виходить в його середину й називає одну із своїх позитивних якостей характеру, наприклад: «Я – хороший!». Всі інші хором повторюють: «Ти – хороший!». Це дозволяє дітям пережити позитивні емоції, підвищує їх самооцінку.

Приєм самооцінювання, що використовувався нами в кінці кожного заняття, активізував уміння дитини аналізувати власні сторони особистості, можливості, реально оцінювати себе, тобто був спрямований на розвиток адекватної самооцінки молодших школярів. Учні малювали сходинки й на них схематично ставили позначку: наскільки, на їх думку, в них розвинута та або інша якість чи наскільки вони цінують себе (наскільки вони є унікальними, самостійними, відповідальними, люблять себе, поважають себе та ін.).

Назвемо декілька вправ, за допомогою яких ми розвивали й підтримували безумовне самоприйняття молодших школярів. Вправа «Два будинки» (Заняття № 7) спрямована на розвиток рефлексії, усвідомлення необхідності самовдосконалення, сприяє усвідомленню сильних та слабких сторін власної особистості та прийняття їх в собі. Ведучий пропонує учасникам намалювати два будинки. В одному з них записати: що я хочу в собі покращити, в іншому – чим я пишаюся в собі? Після

виконання завдання учасники представляють свої роботи. Учні пропонується виконати домашнє завдання: продовжити роботу з будиночком, в якому записано – що я хочу змінити в собі. Дітям необхідно намалювати сходинки до нього й ті кроки, які можна зробити, щоб стати кращим. Наприклад, учень незадоволений тим, що він не сміливий. Щоб стати сміливим, він може записати: кожен день тренувати тіло (робити зарядку і обливати ноги чи все тіло холодною водою); кожен ранок говорити собі такі слова: «Я сміливий!»; відмічати ситуації, коли боїться виступати перед класом, внутрішньо проговорити: «Я сміливий» і починати діяти; завести щоденник чи плакат досягнень і кожен день записувати свій сміливий вчинок чи дію.

Вправа «Дерево гордості й сорому» (Заняття № 10) дозволяє розвивати саморефлексію, самоприйняття, знаходити шляхи виходу із складних ситуацій та вірити в успіх. Перед її початком проводиться бесіда й обговорюються наступні запитання: Що таке сором? За що людині може бути соромно? Для чого необхідне почуття сорому людині? Що можна зробити, щоб не почуватися соромно?

Учасникам пропонується намалювати два дерева й розмістити на них листочки з надписами: чим я пишаюся в собі та за що мені соромно? По завершенню роботи в малих групах обговорюються шляхи, як можна виправити те, за що дітям соромно.

Цікавим для дітей на заняттях було використання дослідів. Один з них спрямований на формування розуміння того, як саме думки людини впливають на її самопочуття й поведінку. Для його проведення необхідно підготувати склянку води, харчовий барвник, відбілювач, піпетку. Дітям повідомляється: «Склянка – це ми з вами, а вода – наші думки. Просимо дітей навести приклад негативних думок і поступово капаємо барвник у воду. Негативними думками можуть бути: «У мене ніколи нічого не виходить!», «Я боюся відповідати урок», «Зі мною ніхто не хоче дружити» та інші. Всі спостерігають, як вода стає кольоровою. Ведучий говорить: «Коли стільки багато поганих думок поселяються в голові людини, вона почувається нещасною й може захворіти. Для того, щоб такого не сталося необхідно «пустити» в себе хороші позитивні думки: «Я справлюся», «Я хороший», «У мене вийде» та інші». Коли ведучий спільно з дітьми проговорюють такі позитивні фрази, він капає відбілювач в пофарбовану воду, яка починає набувати прозорого вигляду. Це дивує дітей і дає можливість наочно побачити силу позитивних думок, які нас очищують, роблять красивішими, світлішими, щасливішими. (Заняття № 11).

Гра «Карусель» (Заняття № 11) допомагає розвивати розуміння власної індивідуальності, прийняття себе, бажання самовдосконалюватися. На папірцях пишуться якості, які характеризують людину (наприклад, лінивий, сміливий, чесний). Кожен учасник по черзі крутить барабан зі стрілкою і зачитує обрану якість. Потім йому необхідно пригадати, в яких ситуаціях він таким буває. Наприклад: «Я лінивий, коли нічого не хочеться робити, я просто лежу і дивлюся фільми; сміливим, коли я виступаю на конкурсі; чесним, коли зробив негарну справу і признався в цьому» і т. ін. В кінці гри учнів підводять до висновку: кожній людині притаманні як хороші, так і не дуже хороші якості, вона їх має приймати в собі, але ті, якості, які заважають їй спілкуватися, гарно навчатися чи поважати себе вона повинна змінювати й вдосконалюватися, намагатися ставати кращою.

Опишемо деякі вправи й ігри, які ми використовували для розвитку позитивного образу «Я» молодших школярів. Під час проведення вправи «Історія мого життя» (Заняття № 13) дітям пропонувалося намалювати лінію, яка символізує їх життя з моменту народження й до сьогоднішнього дня. На ній необхідно відмітити свої успіхи й досягнення за весь період свого життя, якими вони пишаються. Спочатку

дітям може бути важко згадати свої успіхи, а тим, кому притаманна низька самооцінка, взагалі вважатимуть, що їм немає чим пишатися. Таким учням обов'язково треба допомогти і спрямувати їх на пошук тих моментів, які б дозволили їм піднятися на щаблину вище в своєму розвитку: «Ти навчився ходити, розмовляти, співати, плавати, кататися на ковзанах, велосипеді, грати на музичному інструменті – хіба це не успіх? Ти виступив на сцені, ти отримав високу оцінку – це вже велике досягнення». Після цього можна поставити в центрі класу «крісло Пошани» на яке по черзі запрошують сісти кожного учасника, який розповідає про власні досягнення, а інші діти його підтримують аплодисментами.

Вправа «Моє сонце» (Заняття № 7) покликана розвивати впевненість у собі, позитивний образ «Я». Кожному учаснику пропонується намалювати сонце з промінчиками. На промінчиках потрібно написати свої достоїнства, якими учні пишаються в собі (позитивні якості), а на кінці променя – імена тих людей, кого ці якості «згрівають». Після виконання завдання можна зробити виставку «сонечок».

Використання позитивних тверджень допомагали дітям самоналаштуватися на безумовне прийняття себе, підвищувати самооцінку, формувати віру в себе. Так, ведучий зачитує твердження, а учасники разом вголос повторюють їх: «Я розумна(ий). Я здорова(ий). Я красива(ий). Я добра(ий). У мене є друзі. Я подобаюся людям. Мої батьки пишаються мною. Я люблю себе». (Заняття № 2).

Здатність до моральної саморегуляції активізувалася нами за допомогою наступних ігор та вправ: «Відповідь впевненої невпевненої людини» (Заняття № 3), «Мотив поведінки» (Заняття № 4), «Конфлікти» (Заняття № 6), «Що для мене є приниженням?» (Заняття № 6) та інші.

Описані вище ігри та вправи сприяли поглибленню розуміння й прийняття молодшими школярами власної індивідуальності; формуванню їх позитивного образу «Я»; усвідомленню не лише позитивних, але й негативних якостей власної особистості, на основі яких розвивалася адекватна самооцінка та безумовне самоприйняття; розвитку моральної саморегуляції, яка спрямовує на здійснення гідних вчинків і стримує ті дії і вчинки, які в суспільстві сприймаються і оцінюються як негідні.

Почуття власної гідності дитини розвивається, зміцнюється й підтримується в атмосфері безумовного прийняття, довіри й безпеки, в якій учні зможуть проявити свою особистість і бути впевненими в тому, що їх цінують та підтримують незалежно від таких критеріїв, як успішність у навчанні, правильна поведінка, фізичні можливості та ін.

3.2. Динаміка розвитку почуття власної гідності у молодших школярів експериментальної та контрольної груп

Після проведення формувального експерименту нами було організоване повторне дослідження, в якому брали участь молодші школярі експериментальної та контрольної груп. Зазначимо, що під час контрольного експерименту був застосований такий самий діагностично-методичний інструментарій, що й під час констатувального етапу дослідження.

Зупинимось на змінах, що відбулися в здатності до моральної саморефлексії молодших школярів. Аналіз отриманих результатів за методикою «Моє розуміння особистісних якостей людини» дозволив нам виявити динаміку розуміння моральних якостей особистості, що відбулася в учасників експерименту (табл. 3.1).

Учнів експериментальної групи з високим рівнем розуміння моральних якостей особистості стало 36,67 % (до експерименту було 13,33 %), з середнім рівнем – 53,33 % (до експерименту – 50,00 %) та зменшилася кількість учнів з низьким рівнем розуміння моральних якостей особистості (від 36,67 % до 10,00 %).

Таблиця 3.1

Динаміка розуміння моральних якостей особистості (%) досліджуваними молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджу- ваних Рівні		Молодші школярі, n=63							
		ЕГ, n=30				КГ, n=33			
		до		після		до		після	
		абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	4	13,33	11	36,67	1	3,03	3	9,10	
Середній	15	50,00	16	53,33	22	66,67	22	66,66	
Низький	11	36,67	3	10,00	10	30,30	8	24,24	

Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група, КГ – контрольна група

Це вказує на те, що значна кількість учнів стали краще орієнтуватися в моральних поняттях, навчилися достатньо лаконічно висловлювати свої думки, розширили словниковий запас, стали використовувати більше моральних понять під час аналізу проблемних ситуацій, опису характеристик літературних героїв, написання творів. Виявлено поглиблення усвідомлення таких понять як «гідність», «самоповага». Наприклад, учні описували людину, яка поважає себе як таку, «яка ніколи себе не принизить» (досліджувані В.Л., Д.Л., Д. Х.), «впевнена в собі, не робить поганих вчинків» (досліджувані С.Б., М.К.), «не дає себе образити» (досліджувана М.Л.); «з власною гідністю» (досліджуваний О.М.), «ніколи не скривдить іншого, а буде творити тільки добро» (досліджувана М. М.); а людину з власною гідністю такою, «яка поважає себе» (досліджувані Д.Л., С.Б., М.Л., Д.Х. та інші); «в міру любить і поважає себе» (досліджувана М.М.), «завжди постоїть за себе» (досліджуваний В. К.), «яка себе високо оцінює і поважає» (досліджувана Л.З.); «яка має свою думку і не боїться її висловлювати» (досліджувана П. С.) і т.п.

Досліджувані контрольної групи продемонстрували незначні зміни показників високого та низького рівнів.

Поряд з цим, нами були отримані дані за самоописами учнів (засобом написання міні-твору «Який (яка) Я»), що вказують на поглиблення саморефлексії молодших школярів експериментальної групи (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Динаміка рівнів розвитку моральної саморефлексії (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту (за результатами самоопису)

Молодші школярі, n=63

Група досліджу- ваних Рівні	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	8	26,67	15	50,00	9	27,27	9	27,27
Середній	17	56,67	12	40,00	20	60,61	21	63,67
Низький	5	16,66	3	10,00	4	12,12	3	9,10

Як свідчать дані табл. 3.2, молодших школярів з високим рівнем моральної саморефлексії (за результатами самоописів) стало більше на 23,33 % (від 26,67 % до 50,00 %) за рахунок переходу в цю групу учнів, які до формувального експерименту мали середній рівень моральної саморефлексії (56,67 % – до експерименту, 40,00 % – після). Відповідно знизилася кількість учнів з низьким рівнем моральної саморефлексії (з 16,66% до 10,00%). Діти стали використовувати більше характеристик власної особистості, описувати свої моральні якості, якими пишаються в собі та якими не задоволені частіше висловлювати бажання змінитися на краще. Багато хто з учнів, описуючи себе, починали речення з такої фрази: «я люблю себе за...», «я думаю, що я стала...», «у мене змінилася...», що вказує на поглиблення їх саморефлексії, здатність глибше зосереджуватися на змінах, що відбулися. До таких самоописів можна віднести твори досліджуваних: А.Ш.: «Я думаю, що я стала більш чемна, хоча іноді можу посперечатися. Я допомагаю батькам, бабусі і дідусю...»; Л.З.: «Я помітила, що у мене став добрішим характер, я весела і в мене добре почуття гумору. Але іноді (дуже рідко) буваю егоїсткою і це мені дуже не подобається. Я хочу змінитися»; Г.Ф.: «Іноді у мене буває завищена самооцінка, але не завжди. Я хитра, активна, дуже горда. У мене багато друзів і це мені дуже подобається»; Д.Л.: «Я вважаю, що я авторитетний хлопчик. Я розумний і впевнений у собі. Характер у мене не дуже, але я здоровий, у мене є багато друзів...»); Д.Х.: «Я люблю себе за силу, впевненість, розум, досягнення та вмільсть. Я не завжди обережний, але я уважний та ввічливий»; Я.Л.: «Я гарна, добра, буваю впевненою в собі, а буваю ні. Можу робити гарні вчинки. Люблю природу та своїх рідних, друзів...». Аналізуючи твори учнів експериментальної групи, ми спостерігали також поглиблення їх саморефлексії в напрямку здатності визнавати власні недоліки на фоні позитивного емоційного ставлення до себе. Так, характеризуючи себе під час первинної діагностики, досліджувана Д.П. писала: «Я майже нічого не знаю, погано вчуся»; під час повторної діагностики дівчина описувала себе так: «Я активна, намагаюся сама робити уроки, хоча не завжди виходить». Досліджувана М.Ш. попередньо описувала себе виключно з позитивної сторони: «Гарна, активна, розумна, весела...»; в той час як при повторній діагностиці в творі дівчинки з'явилися елементи самокритики на фоні позитивного самоставлення: «Можу бути добра й зла, нежадібна, розумна, іноді можу любити тільки себе». Схожі зміни в представленні себе продемонструвала досліджувана О. Ш.: «Добра, емоційна, красива...» (характеристика себе до експерименту); «У мене

добрий характер. Я весела. Маю почуття гумору. Активна, горда, буваю егоїсткою і це мені не подобається. Іноді у мене завищена самооцінка, буваю хитрою» (фрагмент опису після експерименту). Глибокий рівень саморефлексії продемонструвала досліджувана Л.З.: «Я розумна, старанна, граю на барабанах...» (опис під час первинної діагностики); «У мене краще став характер. Коли когось образила, у мене стає погано на душі та на совісті...» (після формувального експерименту).

Отже, наведені приклади підтверджують позитивний вплив на учасників формувального експерименту корекційно-розвивальних занять. У дітей відбулося поглиблення моральної саморефлексії, з'явилася конструктивна критика власних недоліків на фоні позитивного ставлення до себе, що є важливими в процесі становлення їх почуття власної гідності.

В учнів контрольної групи спостерігалися незначні зміни показників. Їх самоописи, в переважній більшості, носили поверхневий характер, з обмеженою кількістю характеристик власної особистості, що дозволяло нам віднести більшу кількість досліджуваних до групи дітей з середнім рівнем розвитку моральної саморефлексії (як і під час констатувального експерименту).

Нами була простежена динаміка кількісних та якісних показників усвідомленості різних компонентів мотиву за допомогою методики «Виявлення усвідомленості різних компонентів мотиву», що презентовано в табл. 3.3.

Таблиця 3.3

Динаміка усвідомленості різних компонентів мотиву (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджу- ваних Рівні	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	14	46,67	18	60,00	8	24,24	9	27,27
Середній	13	43,33	10	33,33	19	57,58	20	60,61
Низький	3	10,00	2	6,67	6	18,18	4	12,12

За даними табл. 3.3, можна стверджувати, що у молодших школярів експериментальної групи відбулися зміни в усвідомленні мотивів власної поведінки, зокрема, збільшилася кількість досліджуваних з високим рівнем (від 46,67 % до 60,00 %) за рахунок учнів, які продемонстрували до проведення формувального експерименту середній рівень (від 43,33 % до 33,33 %). Зменшилася кількість учнів з низьким рівнем (з 10,00 % до 6,67 %). Цей факт пояснюється тим, що діти навчилися аналізувати ситуації з моральним змістом, краще розуміти мотиви власної поведінки, наслідки власних дій, стали частіше обґрунтовувати власні рішення діяти так, а не інакше.

У досліджуваних контрольної групи відбулися незначні зміни: зменшився показник низького рівня (від 18,18 % до 12,12 %), майже не змінився показник середнього рівня (57,58 % – до експерименту, 60,61 % – після експерименту), дещо

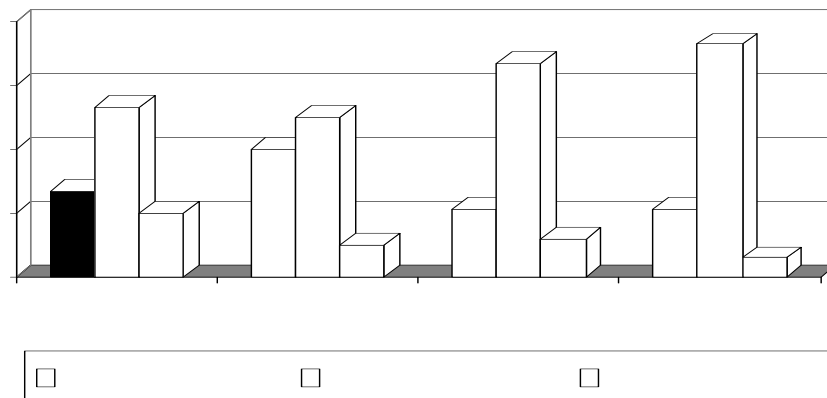
збільшився показник високого рівня (від 24,24 % до 27,27 %).

Отже, повторне дослідження спрямоване на виявлення особливостей розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів дозволило нам виявити позитивні зміни в учнів експериментальної групи, що презентовано в табл. 3.4 та на рис. 3.1.

Таблиця 3.4

Динаміка рівнів розвитку моральної саморефлексії (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	8	26,67	12	40,00	7	21,21	7	21,21
Середній	16	53,33	15	50,00	22	66,67	24	72,73
Низький	6	20,00	3	10,00	4	12,12	2	6,06



Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група

Рис. 3.1. Гістограма динаміки показників (%) рівнів розвитку моральної саморефлексії у молодших школярів до і після формувального експерименту

Як видно з рис. 3.1, завдяки участі в корекційно-розвивальних заняттях, молодших школярів з високим рівнем розвитку моральної саморефлексії збільшилося на 13,33 % (від 26,67 % до 40,00 %), при цьому зменшилася кількість учнів з середнім та низьким рівнем, які змогли покращити свої показники (від 53,33 % до 50,00 % – середній рівень та від 20,00 % до 10,00 % – низький рівень). Діти стали глибше розуміти моральні поняття й використовувати їх як у власних характеристиках, так і характеризуючи інших людей; краще осмислювати свої спонуки, наслідки власних дій та вчинків для себе самих та для інших; з'явилася чіткість уявлень про себе, як про моральну особистість; зросла кількість морально-етичних, емоційних характеристик власної особистості; вони стали краще усвідомлювати не тільки власні позитивні характеристики, а й свої негативні сторони, висловлюючи бажання змінити їх на краще. В той час як в контрольній групі відбулися несуттєві зміни за показниками моральної саморефлексії: зменшилася кількість учнів з низьким рівнем за рахунок їх переходу до групи з середнім рівнем моральної саморефлексії.

Позитивна динаміка спостерігається і в показниках моральної самооцінки в учнів експериментальної групи, що підтверджено результатами отриманими після повторного проведення методики «Сходінки моральної самооцінки» (табл. 3.5).

Таблиця 3.5

Динаміка рівнів розвитку моральної самооцінки (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту (за результатами самооцінювання)

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рівні								
Високий	21	70,00	12	40,00	24	72,73	21	63,63
Середній	8	26,67	15	50,00	7	21,21	9	27,27
Низький	1	3,33	3	10,00	2	6,06	3	9,10

Проаналізувавши отримані дані, ми констатували зменшення кількості учнів з високою моральною самооцінкою (від 70,00 % до 40,00 %) за рахунок їх переходу в групу з середнім рівнем моральної самооцінки (від 26,67 % до 50,00 %) та збільшення кількості учнів з низькою самооцінкою (від 3,33 % до 10,00 %). Це обґрунтовується підвищенням самокритичності, появою більш реалістичного ставлення до себе, здатності аналізувати власну поведінку з позиції моральності; зростанням вимогливості до себе.

В контрольній групі також відбулися деякі зміни: несуттєво зменшилася кількість учнів з високою самооцінкою (від 72,73 % до 63,63 %), збільшилася кількість дітей з середньою самооцінкою (від 21,21% до 27,27 %) та низькою самооцінкою (від 6,06 % до 9,10 %).

Дослідження ступеня адекватності моральної самооцінки виявило зміни в учнів, які до проведення формувального експерименту демонстрували неадекватну (завищену та занижену) моральну самооцінку (табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Динаміка ступеня адекватності моральної самооцінки (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Ступінь адекватності	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Адекватна	19	63,33	26	86,67	16	48,49	17	51,52
Неадекв. завищена	9	30,00	3	10,00	13	39,39	11	33,33
Неадекв. занижена	2	6,67	1	3,33	4	12,12	5	15,15

В експериментальній групі було виявлено збільшення кількості досліджуваних з адекватною моральною самооцінкою (від 63,33 % до 86,67 %). Кількість учнів з неадекватною завищеною самооцінкою зменшилося вдвічі (від 30,00 % до 10,00 %), а з неадекватною заниженою – зменшилося від 6,67 % до 3,33 %.

Загальні показники розвитку моральної самооцінки представлено в табл. 3.7

Таблиця 3.7

Динаміка рівнів розвитку моральної самооцінки (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%

Рівні								
Високий	12	40,00	19	63,33	12	36,36	15	45,45
Середній	17	56,67	11	36,67	19	57,58	15	45,45
Низький	1	3,33	0	0	2	6,06	3	9,10

Таким чином, кількість учнів з високим рівнем моральної самооцінки в експериментальній групі збільшилося на 23,33 % (від 40 % до 63,33 %); з середнім рівнем зменшилося від 56,67 % до 36,67 %, а з низьким – не виявлено жодного (до експерименту було 3,33 %). В контрольній групі відбулися несуттєві зміни в показниках моральної самооцінки.

Цей факт підтверджує ефективність розвивальної програми, що була спрямована на розвиток реалістичного сприйняття себе молодшими школярами, їх адекватної самооцінки. С ступінь об'єктивності думки особистості молодшого школяра про себе, як про людину моральну зросла після проведення експерименту. Відбулося глибше усвідомлення нормативно-моральних критеріїв відносно яких відбувається власне самооцінювання. Також позитивні зміни пов'язуються нами з поглибленням самокритичної моральної саморефлексії учасників формульовального експерименту як необхідної умови морально-духовного вдосконалення зростаючої особистості.

Зміни, що відбулися в показниках самоцінності досліджуваних, виявлених за допомогою анкети «Моя самоцінність», представлено в табл. 3.8.

Таблиця 3.8

Динаміка розвитку самоцінності (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формульовального експерименту (за результатами анкети)

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рівні								
Високий	17	56,67	24	80,00	15	45,45	16	48,49
Середній	10	33,33	5	16,67	17	51,52	12	36,36
Низький	3	10,00	1	3,33	1	3,03	5	15,15

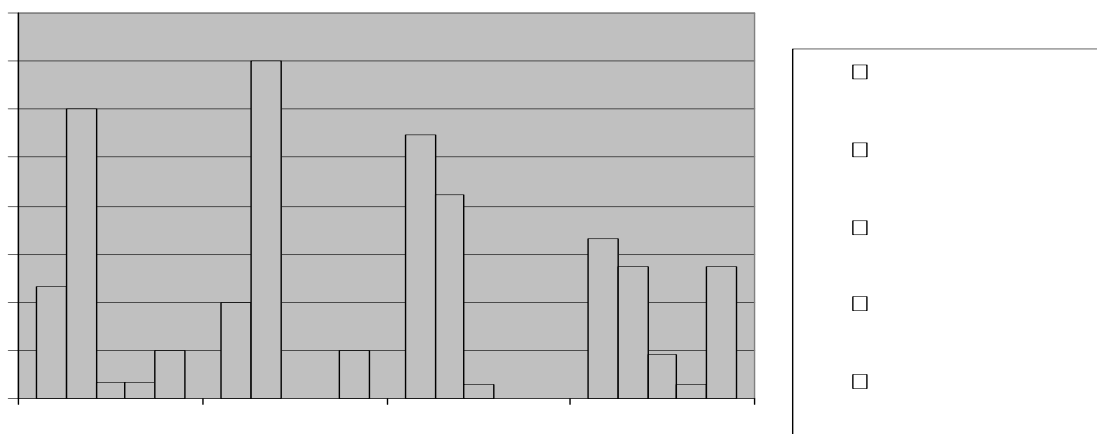
Учні експериментальної групи з високим рівнем самоцінності (за результатами анкети) стало 80,00 % за рахунок дітей, що під час попереднього дослідження демонстрували середні показники на відміну від попередніх даних (56,67 %). Відповідно зменшилися показники середнього та низького рівня (від 33,33 % до 16,67 % та від 10,00 % до 3,33 %).

Отже, учні стали проявляти більший інтерес до власного «Я», краще усвідомлювати цінність власної особистості, приймати себе такими, якими вони є, толерантно ставитися до власних недоліків.

У контрольній групі відбулося погіршення результатів в показниках низького рівня (збільшилося від 3,03 % до 15,15 %) та середнього рівня (від 51,52 % до 36,36 %) і відбулися несуттєве покращення результатів в показниках високого рівня. Це можна пояснити тим, що повторне дослідження відбувалося в кінці навчального року під час проведення контрольних зрізів знань учнів, що могло вплинути на отримані результати. Деякі учні переживали негативні емоції в результаті отримання низьких оцінок, отже можна передбачити, що ставлення до себе у дітей молодшого шкільного віку може бути пов'язано із переживанням успіху чи неуспіху в значущій діяльності.

З метою виявлення змін, які відбулися після проведення формульовального експерименту в самоставленні учнів було повторно використано методику самоопису – написання твору «Який(а) Я». Отримані результати показали кількісні та якісні зміни, що відбулися в учасників

експерименту (див. рис. 3.2).



Умовні позначення: I – експериментальна група; II – контрольна група

Рис. 3.2. Гістограма динаміки показників (%) самоствалення у молодших школярів на основі самоописів до і після формувального експерименту

На рис. 3.2 видно, що дітей з позитивним ставленням до себе з елементами критичності в експериментальній групі стало більше на 10 %, учнів з критичним й негативним ставленням до себе після експерименту виявлено не було, з позитивним самостваленням – дещо зменшилося (від 23,34 % до 20,00%) за рахунок їх переходу до групи з позитивним ставленням до себе з елементами критичності. Учні з нейтральним самостваленням залишилися так само, як і до експерименту (10,00 %). Отже, у молодших школярів після їх участі в заняттях поглибилося розуміння власної індивідуальності, своїх позитивних і негативних сторін особистості та з'явилося толерантне ставлення до власних недоліків.

Показники в самостваленні учнів контрольної групи дещо погіршилися: зменшилася кількість дітей з позитивним самоприйняттям (від 54,55 % до 33,33 %) та з позитивним прийняттям себе з елементами критичності (від 42,42 % до 27,27 %), збільшилася кількість учнів з критичним ставленням до себе (від 3,03 % до 9,10 %), з'явилися діти з негативним (3,03 %) та нейтральним самостваленням (27,27 %). Це можна пояснити тим, що дане утворення не є стійким в даному віці й не було підкріплено участю у корекційно-розвивальних заняттях учнів контрольної групи.

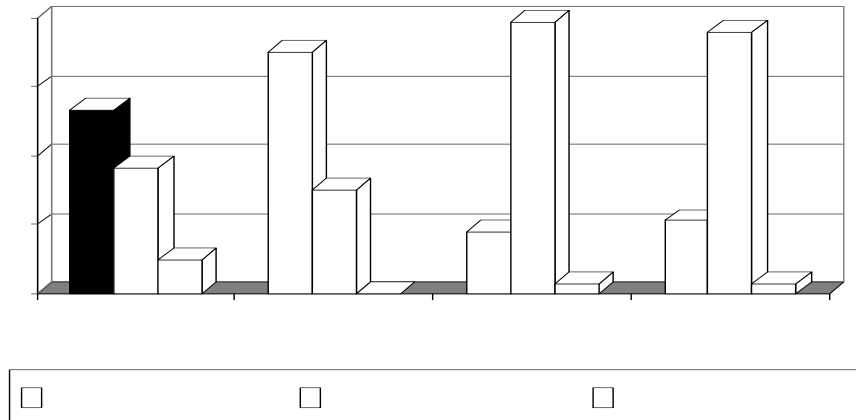
Систематизувавши отримані дані за методиками, спрямованими на виявлення особливостей самоцінності молодших школярів, можна зробити висновок, що в учнів експериментальної та контрольної груп відбулися зміни, презентовані в табл. 3.9 та на рис. 3.3.

Таблиця 3.9

Динаміка рівнів самоцінності (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рівні								
Високий	16	53,33	21	70,00	6	18,18	7	21,21
Середній	11	36,67	9	30,00	26	78,79	25	75,76
Низький	3	10,00	0	0	1	3,03	1	3,03

В експериментальній групі збільшилася кількість учнів з високим рівнем самоцінності (від 53,33 % до 70,00 %) за рахунок школярів, які під час первинної діагностики продемонстрували середній рівень (від 36,67 % до 30,00 %) та зникла група дітей з низьким рівнем самоцінності за рахунок їх переходу до групи з середнім рівнем (до експерименту їх було 10,00 %).



Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група

Рис. 3.3. Гістограма динаміки показників (%) рівня самоцінності молодших школярів до і після формувального експерименту

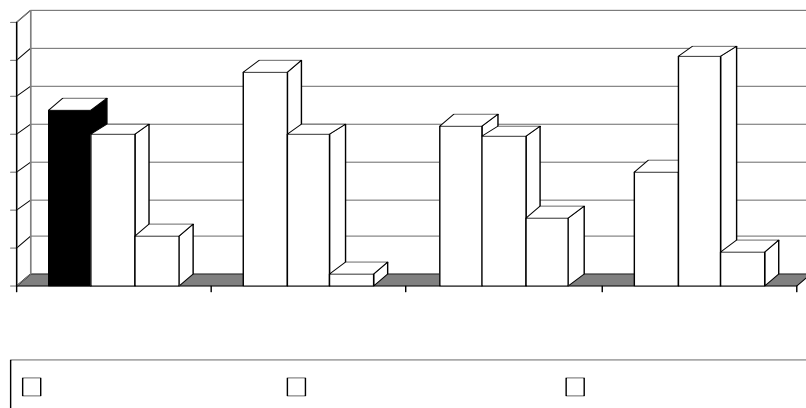
У той час як в контрольній групі відбулися не суттєві зміни. Отже, учні з якими проводилися спеціальні розвивальні заняття, змогли поглибити уявлення про власну самоцінність; вони почали усвідомлювати, що кожній людині притаманні як позитивні якості, так і негативні, які необхідно покращувати за рахунок самовиховання та самовдосконалення.

Для виявлення змін, що відбулися в показниках самоповаги молодших школярів, ми провели бесіду на тему: «Як я поважаю себе» та методику «Коло самоповаги». Кількісні зміни у визначенні рівнів самоповаги відображені в табл. 3.10 та на рис. 3.4.

Таблиця 3.10

Динаміка рівнів самоповаги (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рівні								
Високий	14	46,67	17	56,67	14	42,43	10	30,30
Середній	12	40,00	12	40,00	13	39,39	20	60,61
Низький	4	13,33	1	3,33	6	18,18	3	9,09



Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група

Рис. 3.4. Гістограма динаміки показників (%) рівня самоповаги молодших школярів до і після формувального експерименту

Як ми можемо побачити з рис. 3.4, учнів експериментальної групи з високим рівнем самоповаги збільшилося (від 46,67 % до 56,67 %). Показники середнього рівня не змінилися (40,00 %). Якісний аналіз результатів засвідчив, що в дану групу перемістилися діти, які до експерименту демонстрували низький рівень самоповаги (від 13,33 % до 3,33 %), а частина дітей, які мали середній рівень, перейшли до групи з високим рівнем самоповаги.

Отже, збільшилася кількість учнів, які почали чітко й впевнено характеризувати власні якості, вміння, здібності, вчинки якими пишуться. Усвідомлення ними власних достоїнств, позитивних характеристик, ступінь задоволеності собою набули якісних змін, що черговий раз підтверджує ефективність проведення корекційно-розвивальних занять.

У контрольній групі збільшилася кількість учнів з середнім рівнем самоповаги (від 39,39 % до 60,61 %) за рахунок учнів, які під час попередньої діагностики продемонстрували високий та низький рівень.

З метою дослідження змін, що відбулися в здатності молодших школярів здійснювати моральний самоконтроль, проводилося повторне спостереження за їх поведінкою на уроках та в позаурочний час. Отримані результати представлено в табл. 3.11.

Таблиця 3.11

Кількісні показники (%) динаміки рівнів розвитку морального самоконтролю у молодших школярів (згідно результатів спостереження)

Група досліджуваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Високий	3	10,00	10	33,33	5	15,15	4	12,12
Середній	20	66,67	17	56,67	15	45,45	18	54,55
Низький	7	23,33	3	10,00	13	39,40	11	33,33

У молодших школярів експериментальної групи відбувалися наступні зміни: збільшився показник високого рівня морального самоконтролю на 23,33% (від 10,00% до 33,33%), відповідно зменшився показник середнього рівня (від 66,67% до 56,67%) та низького (від 23,33% до 10,00%).

За спостереженнями вчителя, який працює з цими дітьми, вони стали уважнішими один до одного, зменшилася кількість випадків глузування з дітей, які гірше навчаються, часто помиляються; збільшилася кількість випадків взаємодопомоги, готовності підтримати однокласників. У класі зменшилася кількість конфліктів. Учні частіше стали обговорювати ситуації, що склалася, коректно робити зауваження тим, хто намагався доказати свою правоту за рахунок використання фізичної сили й т.п. В учнів контрольної групи суттєвих змін в показниках морального самоконтролю не відбулося.

Аналіз динаміки змін у готовності молодших школярів захищати себе в ситуаціях утиску чи приниження, представлений в табл. 3.12.

Зафіксовано зменшення кількості дітей експериментальної групи з низьким рівнем готовності захищати себе в ситуаціях утиску чи приниження (від 90,00% до 63,33%) та поява групи учнів, які продемонстрували високий рівень готовності до самозахисту (6,67 %). Так, у відповідь вчительці, яка незадоволена відповіддю учениці, при цьому ображає її поганими словами, досліджувана М.К. сказала б: «Не робіть цього, мені неприємно»; досліджувана А.З.: «довела б їй, що це неправильно», а досліджувана Л.З. спитала б у вчительки: «Чому це я така?». Прочитовані відповіді демонструють готовність деяких дітей виступити проти знецінення їх особистості дорослими конструктивними засобами. В ситуаціях приниження батьками досліджувана М.М. відповіла б їм: «Виховуйте мене без поганих слів»; учениця Г.А.: «Не треба цього робити – тобі боляче, й мені»; учениця Д.В.: «Вислухала б батьків і пояснила їм, що я розумна людина».

Таблиця 3.12

Динаміка змін в готовності молодших школярів захищати себе в ситуаціях утиску чи приниження за результатами методики «Життєві ситуації, в яких актуалізуються прояви почуття власної гідності», (п

Критерії	Рівні Групи	До експерименту						Після експерименту					
		високий рівень		середній рівень		низький рівень		високий рівень		середній рівень		низький рівень	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%	
Розуміння ситуації приниження	ЕГ	1	3,33	10	33,33	19	63,34	4	13,33	15	50,00	11	36,67
	КГ	0	0	6	18,18	27	81,82	0	0	7	21,21	26	78,79
Готовність захищати себе	ЕГ	0	0	3	10,00	27	90,00	2	6,67	9	30,00	19	63,33
	КГ	0	0	2	6,06	31	93,94	0	0	4	12,12	29	87,88

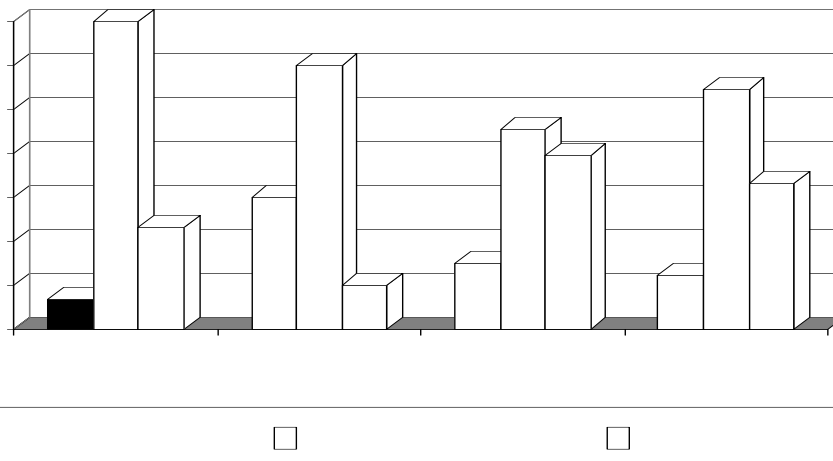
Отже, проведені корекційно-розвивальні заняття мали позитивний вплив на здатність деяких учнів захищати себе в ситуаціях утиску чи приниження адекватними засобами.

Результати дослідження молодших школярів контрольної групи свідчать про незначні зміни у показниках готовності захищати себе в ситуаціях утиску чи приниження.

Отримані дані за вище названими методиками дозволили нам проаналізувати позитивні зміни, що відбулися в показниках морального самоконтролю у молодших школярів, які презентовано в табл. 3.13 та на рис. 3.5.

Динаміка рівнів розвитку морального самоконтролю (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Група досліджу- ваних	Молодші школярі, n=63							
	ЕГ, n=30				КГ, n=33			
	до		після		до		після	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Рівні								
Високий	2	6,67	9	30,00	5	15,15	4	12,12
Середній	21	70,00	18	60,00	15	45,45	18	54,55
Низький	7	23,33	3	10,00	13	39,40	11	33,33



Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група

Рис. 3.5. Гістограма динаміки показників (%) рівнів розвитку морального самоконтролю у молодших школярів до і після формувального експерименту

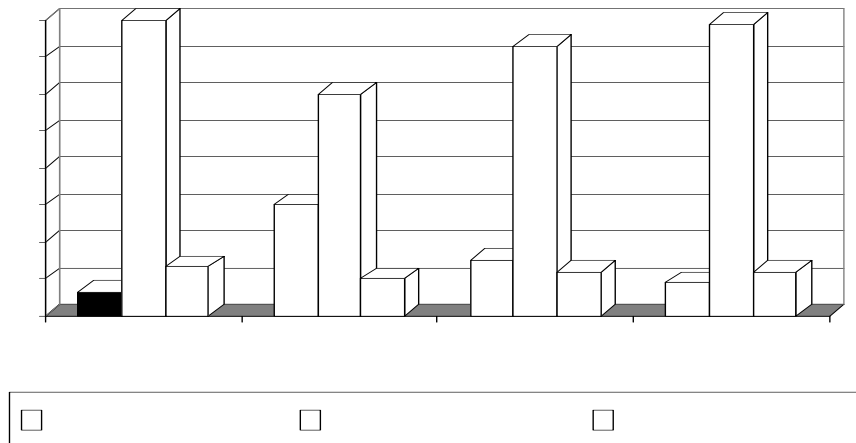
З даних рис. 3.5 видно, що в досліджуваних експериментальної групи відбулися суттєві позитивні зміни в показниках морального самоконтролю. Так, учнів з високим рівнем стало на 23,33 % більше. Відповідно відбулися зміни в показниках середнього рівня (зменшення кількості досліджуваних від 70,00 % до 60,00 %) та показників низького рівня (таких учнів стало менше на 13,33 %). Учні стали більш сміливими в висловлюванні власних думок; при зіткненні з іншими думками навчилися спокійніше реагувати на них й аргументованіше відстоювати власну позицію; вже частіше почали демонструвати готовність захистити власну гідність, використовуючи при цьому обґрунтування власної позиції. В контрольній групі учнів суттєвих змін в показниках здатності до морального самоконтролю виявлено не було.

Таким чином, після проведення корекційно-розвивальних занять у молодших школярів експериментальної групи виявлено суттєві позитивні зміни (якісні та кількісні) в показниках почуття власної гідності, що відображено в табл. 3.14 та на рис. 3.6.

Динаміка рівнів розвитку почуття власної гідності (%) досліджуваних молодшого шкільного віку до і після формувального експерименту

Молодші школярі, n=63			
ЕГ, n=30		КГ, n=33	
до	після	до	після

Група досліджуваних Рівні	абс.	%	абс.	%	абс.	%	абс.	%
	Високий	2	6,67	9	30,00	5	15,15	3
Середній	24	80,00	18	60,00	24	72,73	26	78,79
Низький	4	13,33	3	10,00	4	12,12	4	12,12



Умовні позначення: ЕГ – експериментальна група; КГ – контрольна група
Рис. 3.6. Гістограма динаміки показників (%) рівнів розвитку почуття власної гідності у молодших школярів до і після формувального експерименту

Як видно з рис. 3.6, зафіксовано збільшення кількості досліджуваних експериментальної групи з високим рівнем розвитку почуття власної гідності на 23,33 % (від 6,67 % до 30,00 %). Вони стали краще розуміти зміст моральних якостей особистості й рефлексувати їх у себе; виокремлювати якості, які характерні для людини з почуттям власної гідності; усвідомлювати свої сильні й слабкі сторони; у них з'явилося бажання самовдосконалюватися, щоб більше поважати себе та отримувати схвалення та повагу з боку оточуючих. Діти навчилися зважати на думки інших та без остраху заявляти про власну позицію, не висміювати недоліки інших, радіти їх успіхам; стали краще розуміти ситуації, в яких підтримується чи нівелюється їх гідність, навчилися захищати себе, використовуючи обґрунтування власної позиції, відстоювання своїх прав і т.п. Відбулося зменшення кількості учнів з середнім рівнем від 80,00 % до 60,00 %. Такі діти, хоча й стали краще розуміти власну особистість та адекватніше оцінювати власні моральні якості, дії, вчинки, навчилися більше поважати себе та ціннісно ставитися до себе, але при цьому не завжди здатні контролювати себе та конструктивно захищати власне «Я», поводитися гідно в складних життєвих ситуаціях. Кількість учнів з низьким рівнем розвитку почуття власної гідності зменшилося від 13,33 % до 10,00%, у поведінці таких дітей ще не проявляється здатність утверджувати власну гідність адекватними засобами.

Значущої різниці у кількісних і якісних показниках досліджуваних контрольної групи не було виявлено.

За допомогою Т-критерію Вілкоксона нами було виявлено статистично значущі зміни в показниках конструктивів почуття власної гідності учнів експериментальної групи, а саме: моральної саморефлексії ($p \leq 0,01$), моральної самооцінки ($p \leq 0,01$), самоцінності ($p \leq 0,01$), самоповаги ($p \leq 0,05$), морального самоконтролю ($p \leq 0,01$) та почуття власної гідності взагалі ($p \leq 0,01$). (Табл. 3.15).

Отже, почуття власної гідності молодшого школяра обумовлює його поведінку. Він навчається діяти впевнено, не боїться братися за нові справи; радіє успіхам інших; не висміює недоліки інших, не принижує їх; має власну думку й не боїться її висловлювати; вміє налагоджувати дружні стосунки з однокласниками; не намагається «догодити» вчителю чи іншим дорослим, щоб мати якісь переваги; спокійно ставиться до зауважень, намагається виправитися; в ситуаціях приниження чи утиску може постояти за себе в конструктивній формі.

Таблиця 3.15

Результати формувального експерименту

Конструкти	Напрямок зсувів	Кількість	Середні ранги	Суми рангів	Емпіричне значення z-критерія	Рівень значущості
Моральна саморефлексія	позитивний	7	4,00	28,00	2,646	0,008 ($p \leq 0,01$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	23				
Моральна самооцінка	позитивний	8	4,50	36,00	2,828	0,005 ($p \leq 0,01$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	22				
Самоцінність	позитивний	8	4,50	36,00	2,828	0,005 ($p \leq 0,01$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	22				
Самоповага	позитивний	6	3,50	21,00	2,449	0,014 ($p \leq 0,05$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	24				
Моральний самоконтроль	позитивний	11	6,00	66,00	3,317	0,001 ($p \leq 0,01$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	19				
Почуття власної гідності	позитивний	8	4,50	36,00	2,828	0,005 ($p \leq 0,01$)
	негативний	0	0,00	0,00		
	однакові ранги	22				

Протилежний варіант розвитку дитини, у якої почуття власної гідності ще не розвинуто на достатньому рівні (чи розвивається неадекватно) призводить до переживання нею почуття неповноцінності (меншовартості). Форми поведінки при цьому відрізняються у одних дітей – конфліктністю й агресивністю, у інших – пасивністю, самозвинуваченням, самознеціненням, залежністю на фоні підвищеної тривожності, страху, замкнутості.

Таким чином, виходячи з аналізу результатів повторного дослідження, можна зробити висновок про ефективність впровадження розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. Вивчення змін, що відбулися в основних конструктах почуття власної гідності молодшого школяра показало, що основні цілі, які було поставлено на початку формувального експерименту, досягнуто. Впливаючи на основні психологічні чинники, що обумовлюють розвиток почуття власної гідності в молодшому шкільному віці, ми констатували позитивні зміни в розвитку основних конструктів почуття власної гідності.

Результати контрольного зрізу дозволяють зробити висновки, що розуміння власної індивідуальності, позитивний образ «Я», адекватна самооцінка, безумовне самоприйняття та моральна саморегуляція є тими психологічними чинниками під впливом яких розвивається, поглиблюється й стверджується почуття власної гідності у дітей молодшого шкільного віку.

3.3. Методичні рекомендації практичним психологам з оптимізації розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці

З метою оптимізації розвитку почуття власної гідності у молодших школярів ми розробили методичні рекомендації для практичних психологів, які можуть проводити просвітницьку роботу з батьками, підвищувати психологічну компетентність вчителів, а також здійснювати профілактичну, діагностичну та корекційно-розвивальну роботу з учнями молодшого шкільного віку.

З батьками можна використовувати наступні форми роботи: індивідуальні та групові консультації, бесіди, виступи на батьківських зборах, проведення соціально-психологічних тренінгів і т. ін. Необхідно акцентувати на умовах при яких розвивається та змінюється почуття власної гідності у дітей: безумовна любов батьків, чіткі й справедливі правила, які послідовно впроваджуються в життя дитини, збільшення часу для безпосереднього спілкування з нею, цінування її думок [287].

Виховання в умовах безумовної любові передбачає прийняття дитини такою, яка вона є, любов не за те, що вона робить, чого досягла, чи як поводить, а тому що вона є. Коли дитина відчуває себе улюбленою й прийнятою значущими дорослими (батьками, вчителями) такою, якою вона є, не відчуває себе самотньою, вона хоче любити у відповідь, приносити радість іншим. У неї розвивається відчуття власної цінності, формується позитивне сприйняття самої себе, почуття власної гідності.

Своє ставлення до дитини батьки транслиують як в прямій, так і в опосередкованій формі. Образ і самооцінка, які навіюються дитині, можуть бути як позитивними (відповідальна, добра, розумна, здібна), так і негативні (нерозумна, нездібна, груба).

Р. Лейнг ввів поняття «містифікація» – навіювання дітям того, в чому вони відчувають потребу, ким є, у що вірять. Одна з форм містифікації – приписування дитині «слабкості» (наприклад, хворобливості, нездатності самій шукати вихід у важких ситуаціях) та «поганості» (низькості, аморальності). Інша форма містифікації – інвалідація (примусове знецінення точки зору дитини, її планів, намірів, інтересів). Батьківські «вироки» й оцінки починають визначати самосвідомість дитини зсередини. Вона ж або погоджується з цією думкою (свідомо або несвідомо), або починає проти неї боротьбу [235].

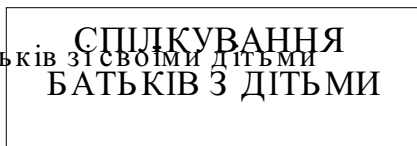
Дитині необхідно показати, чим вона відрізняється від інших, акцентувати на її індивідуальності, допомагати розвивати свої таланти й здібності, підтримувати й цінувати її особистісну позицію, з повагою ставитися до її самостійного морального вибору, сприймати дитину як особистість, яка знаходиться в процесі становлення й вдосконалення. Батьки самі мають бути взірцем для наслідування й носіями тих моральних цінностей, які хочуть прищепити своїй дитині.

Велику увагу слід приділяти формуванню у дітей почуття відповідальності та самостійності в прийнятті рішень, що здійснюється за допомогою наступних установок: «ніхто за тебе не проживе твоє життя»; «ти маєш навчитися сам(а) виправляти свої помилки»; «ти сам(а) відповідальний(а) за своє самопочуття». Для цього необхідно навчити дітей керувати своїми думками – думка про себе: «Я бездарний» провокує дискомфортне самопочуття, нелюбов до себе, низьку самоповагу; думки типу: «Я спробую ще раз», «У мене вийде» сприяють бажанню самовдосконалюватися й надихають на активність, життєстверджувальну поведінку.

Поводитися із дитиною необхідно як з повноправним членом сім'ї, прислухатися до неї, проявляти відверту зацікавленість її судженнями та думками; вміти давати поради таким чином, щоб вона відчувала повагу до себе, а не приниження; допомагати їй розуміти свої почуття і емоції; залишати дитині право на самостійне рішення, не вважати її ще замалою для цього [72].

Під час проведення консультацій чи соціально-психологічних тренінгів можна рекомендувати батькам використовувати розроблену нами схему спілкування з дітьми (рис. 3.7). Ми пропонуємо батькам формувати в собі позитивні установки щодо власних дітей, повідомляти їх своїм дітям у правильній формі та відповідно до них поводитися з ними.

Рис. 3.7. Схема спілкування батьків зі своїми дітьми



Також психолог може навчити батьків прийомам, при застосуванні яких їх діти будуть відчувати власну значущість і цінність, що є основою становлення емоційно-ціннісного ставлення до себе та до інших:

1. Писати записки зі словами похвали, підтримки, любові й підкладати їх дітям в кишеню, в шкільну сумку чи під подушку.
2. У кінці дня з дитиною обговорювати, як пройшов день. Корисними можуть стати запитання, які допомагають розвивати саморефлексію у дітей. Наприклад: «Чи вдалося тобі сьогодні підтримати когось доброю порадою, допомогти розв'язати суперечку, підтримати того, хто був невпевнений в собі, захистити когось?», «За які дії тебе ще більше поважаєш?», «Чи плануєш виправити свою помилку, як саме?», «Які наслідки того, якщо ти так вчиниш?».
3. Зробити «дошку пошани» на яку розміщати всі досягнення дитини (грамоти, медалі, малюнки, фото з важливих подій та інше).

З педагогами практичні психологи можуть використовувати наступні форми та види роботи: консультації (індивідуальні та групові), бесіди, дискусії, виступи на методичних семінарах, педрадах, творчих групах, проведення соціально-психологічного тренінгу, підбір психологічної літератури й т. ін.

На основі наших спостережень за спілкуванням вчителів з учнями були визначені наступні умови, при яких почуття власної гідності зростаючої особистості буде зберігатися, розвиватися й зміцнюватися:

1. Створення атмосфери поваги до кожної особистості з метою переживання нею власної цінності й значущості.
2. Створення ситуацій успіху та підтримки для розвитку у дітей адекватної самооцінки, почуття компетентності, впевненості в собі.
3. Актуалізація й розвиток рефлексивних навичок учнів для усвідомлення й прийняття ними себе з власними достоїнствами й недоліками.
4. Спрямовування оцінної діяльності на підтримку в учнів віри в себе й свої можливості.
5. Створення умов для самоствердження учнів.

Реалізація першої умови передбачає ставлення до дитини як до унікальної особистості, повага та прийняття її будь-яких індивідуально-творчих проявів. Для того, щоб дитина гармонійно росла і розвивалась їй необхідно знати і відчувати, що значущі для неї люди посилають їй наступну емоційно-позитивну інформацію: «Я тебе бачу, чую, люблю, розумію і ціную».

Вчителів можна ознайомити з негативними формами взаємодії з дитиною, серед яких накази, розпорядження, команди, погрози, моралізування, осудження, критика, насмішки, осоромлення та ін. Принижують самооцінність дитини наступні вирази: «Невже тобі важко запам'ятати», «Скільки тобі можна повторювати», «Ти став таким поганим», «Чого ти до мене причепився», «Ти така ж, як і твої батьки». Ми рекомендуємо використовувати такі висловлювання, які підтримують власну гідність дитини: «Ти стаєш розумнішою», «З тобою так легко спілкуватися», «Я тобі довіряю, поважаю, ціную», «Порадь мені, будь ласка...», «Я б ніколи не зуміла зробити це так гарно, як ти».

Втілюючи другу умову, вчителям необхідно пам'ятати на створенні ситуацій успіху, що забезпечуватимуть переживання кожним учнем радості досягнення,

усвідомлення власних можливостей, віру в себе, що призводить до формування почуття задоволеності, самоповаги, адекватної самооцінки. Розвиток у дитини більш високої самооцінки відбувається під дією двох механізмів: коли дитина не боїться бути відторгнутою (навіть коли проявить чи буде обговорювати власні вразливі місця) та коли дитина впевнена, що до неї доброзичливо ставляться незалежно від її успіхів чи невдач, що їй не будуть порівнювати з іншими, викликаючи хворобливе почуття неадекватності [23]. Для розвитку у дітей почуття компетентності необхідно в класі й вдома створювати атмосферу психологічного комфорту й підтримки. Дорослим важливо донести свої позитивні очікування щодо дитини, створити всі умови для реалізації її талантів, дарувань, задатків, що укріплює її віру в себе, підвищує самооцінку.

Головним змістом третьої умови (актуалізація й розвиток рефлексивних навичок учнів) є стимулювання їх до аналізу власних переживань; створення «ситуацій рефлексії» (знайти причини власної поведінки; оцінити власні дії, зробити висновки, передбачити наслідки своїх дій тощо).

Реалізуючи четверту умову, вчитель повинен пам'ятати, що оцінка дій дитини має бути не принизливою й остаточною, а спонукати її до бажання докласти ще більше зусиль, здібностей і часу для досягнення власного кращого результату. Прикладом може бути досвід шкіл в Британській Колумбії де замість оцінки «незадовільно» введено оцінку «прогресуючий» [144]. Такий підхід дає зрозуміти учневі – тобі необхідно ще деякий час для засвоєння матеріалу, це не принижує дитину, а спонукає її до активних дій.

Самоствердження (п'ята умова) – момент відокремлення свого «Я» від оточуючих, що виражається через усвідомлення автономності й незалежності. Дитина не лише утверджується в своїх думках, вчинках й діях, але й відкрито демонструє їх оточуючим. Вона вчиться бути відповідальною за свої діяння, навіть негативного конфліктного характеру [189]. Тому важливо навчити вихованців відстоювати свою точку зору, знаходити компроміс у вирішенні конфліктних ситуацій, оцінювати свої дії і дії інших людей, ввічливо ставитися до оточуючих, захищати свою гідність, працювати над своїми недоліками і розвивати власні здібності.

Перейдемо до опису технік, прийомів, вправ, ігор, які практичний психолог може рекомендувати використовувати педагогам з метою розвитку та зміцнення почуття власної гідності у їх вихованців.

1. Техніки візуалізації. Ми пропонуємо використовувати їх для створення в уяві дитини картини власного успіху. Наприклад, учні уявляють себе з гордою поставою, як вони з гідністю долають перешкоди та почуваються впевненими в собі. Також можна уявити, як би вони хотіли проявити себе в ситуаціях, які в минулому виявилися для них невдалими.

2. Техніки позитивного підкріплення. Вони є ефективними лише в тому випадку, коли дорослі звертають увагу і відмічають позитивні вчинки чи дії учня. Варто помітити будь-які зрушення в поведінці, діяльності, і правильно це оцінити, сказавши: «Я помітив(ла), що сьогодні ти швидше справився з завданням, я пишаюся тобою» і потреба в похвалі буде підштовхувати дитину до підкорення нових вершин і стимулювати її до особистісного зростання й самовдосконалення.

3. Техніки установок (афірмацій). Необхідно слідувати таким правилам при їх використанні:

– сформульована установка є важливою лише для конкретної людини, яка їх формулює для себе;

- установки мають бути лише позитивного спрямування. (Наприклад, «Я хороbra» замість «Я хочу всіх перемагати в суперечках»);
- при формулюванні установки необхідно уникати частки «не». (Наприклад, замість фрази: «Я не буду соромитися», формулюємо: «Я впевнений в собі, легко спілкуюся»);
- фрази мають бути зрозумілими і лаконічними, сформульованими в теперішньому часі («Мене всі люблять!», «Я вмю багато чого робити!»).

Один із прийомів використання цієї техніки з дітьми – це, коли кожен придумує для себе установку, яким би йому (їй) хотілося стати, записує її на листочку і прикріплює в класі на видному місці чи на власному «стенді Досягнень». Учня пропонується кожен день перед початком уроків в класі проголошувати вголос власну установку. Так дитина починає відчувати енергію слова, яка заряджає її на активні дії та впевненість у власних силах. Такі афірмації слід повторювати не менше 21-го дня, це надасть можливість новим установкам увійти глибоко в підсвідомість і стати особистим надбанням.

4. Ведення «щоденника Досягнень». Дієвим способом в фіксуванні власних успіхів є ведення щоденника чи «секретного зошита», в якому учень замальовує чи записує власні досягнення. В кінці кожного шкільного дня можна записувати те, чим учень пишається. Наприклад, «я отримав 12 балів з англійської мови» чи «допоміг товаришу нести його сумку» і т. ін.

5. Техніка «Скриня добрих справ». В спеціально оформлену коробку учні кладуть записки на яких написані ті добрі справи, які зробили їхні однокласники. Наприклад, «Вася допоміг Маші на фізкультурі здати норматив з лазання по канату», «Олена поділилася зі мною книжкою, яку я забув вдома». Потім в кінці дня вчитель чи призначений учень зачитують ці записки перед класом. Таким чином, ми навчаємо учнів помічати щось хороше в інших та підвищуємо самооцінку тим учням, про яких написана записка.

6. Техніка «Інсценізація ситуацій». Учня пропонується розіграти ситуації: як буде діяти людина з почуттям власної гідності? Приклади ситуацій:

- Діти сміються над однокласником, який погано читає. Говорять йому образливі слова. Як йому діяти? Як будете діяти ви, якщо побачите таку ситуацію?
- Учня виключили із команди, тому що він погано бігає. Інші члени команди говорять йому: «Так тобі й треба! Ти завжди програєш, без тебе буде набагато краще!» Що має робити цей учень? Щоб робили б ви, якби це побачили?
- Учениця отримала погану оцінку, відповідаючи біля дошки. Інші діти сміються з неї й називають дурепою. Що вона має робити? Щоб робили ви, якби це було у вашому класі?

7. Гра «Я люблю в тобі». Необхідно приготувати червоні сердечка вирізані з картону чи кольорового паперу, взяти рулон старих шпалер. Кожна дитина лягає на розстелений папір, контури її фігури обводяться олівцем. Так всі отримують свою паперову фігуру. Раз на тиждень (чи коли у дитини день народження) однокласники приклеюють на її фігуру сердечко на якому написано за що вони її поважають, що в ній подобається. Це розвиває у дітей впевненість в собі, усвідомлення власної значущості й цінності для інших.

За позицією І.Д.Беха, пережити почуття вищого рівня можливо за двох умов: по-перше, здатності розуміти загальноприйняті соціальні норми; по-друге, ці норми як абстрактні етичні поняття не тільки мають бути мислєформами, а й викликати певні емоційні реакції, які їх збагачуватимуть. Адже будь-яка ідея є дієвою лише тоді, коли вона викликає прагнення, тобто дієвий компонент [29]. Науковець запропонував поетапність роботи над формуванням окремої моральної цінності чи якості на прикладі «добррозичливості» [26]. На основі цього зразка ми пропонуємо поетапність роботи над формуванням поняття «почуття власної гідності», а саме:

1. Зосередити увагу дітей на понятті «почуття власної гідності». Що це за почуття, які асоціації виникають, коли ми чуємо ці слова. Учні заплющують очі та уявляють якого кольору, якої форми, на дотик може бути дане почуття.
2. Запропонувати учням намалювати «почуття власної гідності» в реальній чи абстрактній формі.
3. Підкреслити значущість «почуття власної гідності» для себе. Учень задається запитанням: «Для чого мені потрібно бути людиною з почуттям власної гідності?». «Що робить мене Людиною з великої букви?».
4. Підвести дитину до того, щоб вона захотіла, щоб дане почуття стало її сутністю.
5. Запропонувати дитині уявити, що їй вже притаманне дане почуття і придумати конкретну ситуацію, в якій вона поводить себе гідно.
6. Придумати спільно з дітьми афірмації, які допоможуть формувати почуття власної гідності. Наприклад: «Я пишаюся, що я людина», «Я Людина з великої букви», «Я поважаю себе», «Я поважаю кожну людину, з якою спілкуюся» і т.п.
7. Вчити дітей звертати увагу на власні вчинки й вчинки оточуючих людей, аналізувати їх, робити висновки. Збирати історії про людей, які вчинили гідно.

Також при формуванні поняття «почуття власної гідності» у молодших школярів можна використовувати наступну схему:

1. Що означає. Почуття власної гідності – це такий внутрішній стан, коли ти почувашся гарно; відчуваєш, що сам собі подобаєшся; віриш, що можеш справитися з складним завданням; поважаєш себе, не соромишся себе й своїх вчинків; коли ти залишаєшся наодинці, тобі немає в чому звинувачувати себе; ти не боїшся висловити свою думку; можеш постояти за себе, коли тебе ображають чи принижують; не отримуєш задоволення від похвали, коли знаєш, що вона незаслужена, і, навпаки, з гордістю приймаєш схвалення при вдалих діях чи вчинках; маєш бажання сьогодні бути ще кращим, ніж учора.
2. Для чого необхідне. Людина з почуттям власної гідності поважає себе і викликає повагу в інших. Вона не боїться висловити свою думку, вона не дозволяє принижувати себе і не принижує інших.
3. Як виявляється. Людина з почуттям власної гідності не буде принижуватися заради особистісної вигоди; вона не перехвалює себе і не задається; радіє своїм успіхам разом з іншими і не думає, що останнім до неї далеко; не витрачає даремно сили, прагнучи сподобатися або справити враження; вона просто є сама собою і прагне проявити свої кращі сторони.

4. Як вчинити в ситуації?

- Твого друга всі засуджують, але ти не розділяєш загальної думки.
- Діти сміються над тобою, бо їм здалося, що твій одяг смішний.

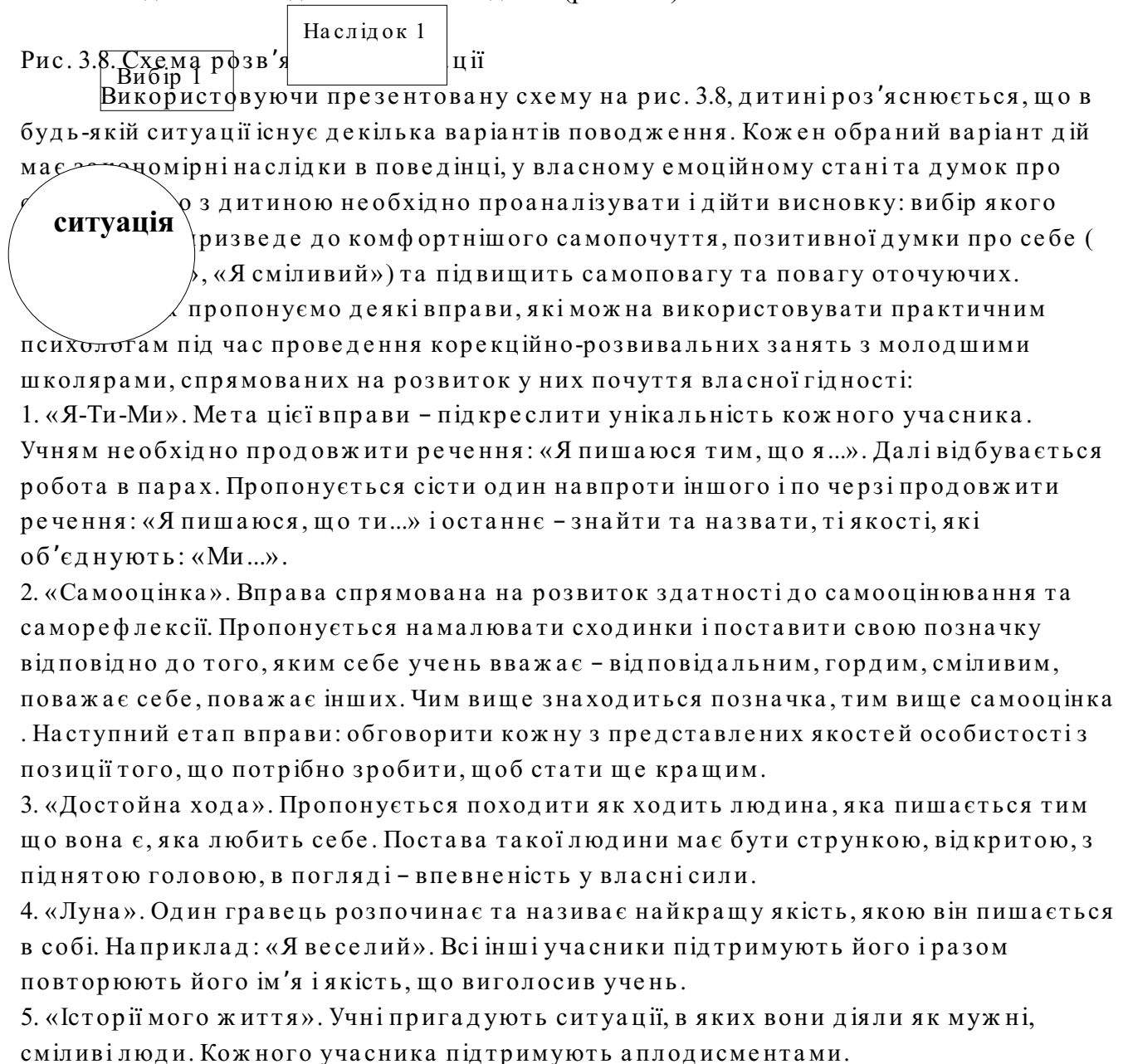
–Тебе не хочуть приймати в гру.

–Однокласник сказав учителю, що ти у нього списав контрольну, хоча ти цього не робив.

5. Кроки до успіху. Тебе можна буде назвати людиною з почуттям власної гідності, якщо: ти поважаєш себе; оберігаєш свою гідність і не дозволяєш іншим переходити межі дозволеного; не хвалишся і не приписуєш всі заслуги тільки собі; досягнувши успіху, віддаєш належне тим, хто тобі допомагав; поводишся так, що твої вчинки говорять самі за себе; розумієш, що тобі треба ще багато чомусь навчитися; поважаєш думку іншого і сміливо висловлюєш свою, навіть якщо вона не збігається з думкою вчителя чи інших однокласників і яку ти можеш доказати.

У роботі з учнями молодшого шкільного віку практичний психолог може використовувати розроблену нами «техніку логічних наслідків», за допомогою якої можна навчити дитину поводитися так, щоб не втратити самоповагу, не нашкодити власній гідності та гідності іншої людини (рис. 3.8).

Рис. 3.8. Схе́ма розв'язування ситуації



6. «Карусель». На папірцях діти пишуть якості чи риси характеру, притаманні людині. Наприклад: лінивий, сміливий, чесний, розумний і т.п. По черзі крутять барабан; на яку якість вказала стрілка, зачитують її та розповідають, коли вони такими бувають.

7. «Квадрат гордості». Учням пропонується розкреслити квадрат на чотири частини, в кожній з яких схематично замалювати вчинок чи ситуацію, коли вони пишались собою.

Практичний психолог може організовувати роботу з молодшими школярами так, щоб спонукати їх до більш глибокого розуміння власної індивідуальності та унікальності, розвитку адекватної самооцінки, безумовного прийняття себе (пошук достоїнств у собі, усвідомлення власної цінності та унікальності, інтеграція в цілісне «Я»), формування позитивного образу «Я», становлення моральної саморегуляції (вміння знаходити варіанти виходу із складних життєвих ситуацій та робити правильний вибір, володіти механізмами самовдосконалення та саморегуляції).

Варто зазначити, що застосування запропонованих методичних рекомендацій буде більш ефективним при співпраці практичних психологів, вчителів та батьків, оскільки саме такий всебічний вплив допоможе дітям пізнати, зрозуміти та прийняти власну особистість, сприятиме розвитку, утвердженню та збереженню їх почуття власної гідності. Всім учасникам навчально-виховного процесу необхідно уникати наступних ситуацій знецінення особистості дитини: необгрунтовані критика й обвинувачення, несправедлива негативна оцінка, безпідставні підозри в поганих намірах і вчинках, публічні звинувачення, осуд, недовіра, обзивання, знущання, фізичне насильство тощо.

Проблема ствердження, збереження та захисту почуття власної гідності особистості набуває не тільки особистісного, а й загальнодержавного значення і реалізовується в сприятливих умовах піднесення та самопіднесення цінності особистості. Лише об'єднання всіх учасників навчально-виховного процесу (вчителів, батьків, дітей) навколо ідей взаємоповаги, підтримки, піднесення кожної особистості може призвести до становлення почуття власної гідності зростаючої особистості.

Висновки до третього розділу

За результатами емпіричного дослідження було створено розвивальну програму підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, яка включала роботу з шкільними психологами, батьками, вчителями та з учнями молодшого шкільного віку.

В межах формульовального експерименту проводилась робота з молодшими школярами у формі корекційно-розвивальних занять, спрямованих на активізацію розуміння дітьми власної індивідуальності, їх здатності до моральної саморегуляції, розвитку позитивного образу «Я», безумовного самоприйняття та адекватної самооцінки.

Повторне діагностичне дослідження дітей експериментальної групи та порівняння їх результатів із результатами учнів контрольної групи підтвердило результативність та ефективність запропонованої програми.

Отримані результати дозволили виявити якісні зміни в показниках моральної саморефлексії у молодших школярів експериментальної групи. У них з'явилися

більш чіткі уявлення про себе як про моральну особистість, вони стали краще осмислювати наслідки власних дій, визнавати власні недоліки на фоні позитивного емоційного ставлення до себе. В показниках моральної самооцінки було виявлено суттєве збільшення кількості досліджуваних з адекватною моральною самооцінкою. Цей факт говорить про розвиток у молодших школярів цієї групи вміння аналізувати як позитивні, так і негативні прояви власної особистості на основі засвоєних критеріїв оцінювання власної моральності. Також виявлено якісні зміни в показниках самоцінності у молодших школярів експериментальної групи. Вони стали проявляти більший інтерес до власного «Я», почали ставитися до себе як до унікальної неповторної особистості, при цьому розуміючи як свої переваги, так і недоліки. Показники самоповаги також набули позитивних змін. Діти навчилися чітко й впевнено характеризувати власні якості особистості, вміння, здібності, вчинки, якими пишаються. У досліджуваних експериментальної групи відбулися суттєві зміни в показниках морального самоконтролю. Вони стали більш сміливими у висловлюванні власних думок, а при зіткненні з думками інших людей навчилися вислуховувати та аргументованіше відстоювати власну позицію; частіше почали демонструвати здатність захистити власну гідність, використовуючи при цьому обґрунтування власної позиції, відстоювання своїх прав тощо.

Таким чином, було виявлено збільшення кількості учнів експериментальної групи з високим рівнем розвитку почуття власної гідності майже на чверть, відповідно, – зменшення кількості учнів з середнім та низьким рівнями. Зафіксовано збільшення кількості досліджуваних, які стали краще розуміти зміст моральних якостей особистості й визначати їх у собі, усвідомлювати не лише сильні, а й слабкі сторони власної особистості, у них з'явилося бажання самовдосконалюватися, щоб більше поважати себе та отримати схвалення та повагу з боку оточуючих. Такі діти навчилися вислуховувати думки інших та без остраху заявляти власну позицію, не висміювати недоліки інших, радіти їх успіхам; стали краще розуміти ситуації, в яких принижується їх гідність і навчилися захищати себе, обґрунтовуючи власну позицію, вислуховувати позиції інших, відстоювати свої права і т.п.

Значущої різниці у кількісних і якісних показниках досліджуваних контрольної групи не було виявлено.

Емпіричне дослідження підтвердило, що визначені теоретичним шляхом психологічні чинники, на розвиток яких нами було поставлено акцент під час проведення розвивальних занять з учнями експериментальної групи, є корелятами основних конструктів почуття власної гідності молодшого школяра. Це підтверджує, що вони дійсно є психологічними чинниками розвитку зазначеного морального почуття.

На основі аналізу отриманих результатів формуального експерименту та, виходячи зі специфіки розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці, сформульовано методичні рекомендації практичним психологам щодо роботи з батьками, педагогами, молодшими школярами в напрямку розвитку, збереження та підтримки почуття власної гідності дитини.

Основні наукові результати розділу опубліковані в працях автора:

1. Білоусова Н.М. Роль учителя у формуванні гуманістичних рис особистості молодшого школяра / Н.М.Білоусова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Випуск 1. Серія: психолого-педагогічні науки. – Чернігів: ЧДПУ, 1998.–№1. – С.5-7.
2. Білоусова Н.М. Сім'я і школа на шляху формування морально спрямованої особистості дитини / Н.М.Білоусова // Педагогічна наука – сучасній школі: Збірник науково-практичних матеріалів всеукраїнської конференції. – Кременець, 1999. – С. 234-238.
3. Білоусова Н.М. Виховання почуття власної гідності як основи морального розвитку особистості молодшого школяра / Н.М. Білоусова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 38. –Чернігів: ЧДПУ, 2006. – №38. – С.126-128.
4. Білоусова Н.М. Розвиток почуття власної гідності у молодших школярів (Концепція авторської програми «Я в світі») / Н.М.Білоусова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 49. Серія: психологічні науки: Збірник наукових праць. – Чернігів: ЧДПУ, 2007. – Вип. 49. – С. 19-23.
5. Білоусова Н.М. Виховання почуття власної гідності як основа моральної соціалізації дитини в сім'ї / Н.М.Білоусова // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т.IX, част. 4. – К., 2007. – С.45-49.
6. Білоусова Н.М. Психологічні основи духовно-морального зростання особистості молодшого школяра / Н.М. Білоусова // Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія/ За ред. С.Д. Максименка, М.В. Папучі. – Київ-Ніжин, 2008. – Том 10. Вип. 6.– С.113-116.
7. Білоусова Н.М. Розвиток почуття власної гідності у підростаючої особистості засобами психологічного тренінгу / Н.М.Білоусова // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: збірник наукових праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. – №26 (50). – Част. II. – С.193-197.
8. Білоусова Н.М. Особливості розвитку емоційно-ціннісного ставлення до себе у молодших школярів / Н.М. Білоусова // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 68. Серія: Психологічні науки. Збірник. – Чернігів: ЧДПУ, 2009. – № 68. – С.27-31.
9. Білоусова Н.М. Розвиток почуття власної гідності у молодших школярів: навчально-методичний посібник/ Н.М. Білоусова, Л.М. Рось. – К.: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2011. – 95 с.
10. Білоусова Н.М. Консультування батьків та вчителів з питання оптимізації розвитку почуття власної гідності у дітей молодшого шкільного віку / Н.М. Білоусова // Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. – Вип. 10: збірник наукових праць. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – С.13-20.

ВИСНОВКИ

У дисертації здійснено теоретичне узагальнення та експериментальне вивчення психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці, визначено сутність поняття «почуття власної гідності молодшого школяра» та його конструкти, обґрунтовано критерії, рівні й показники прояву зазначеного морального почуття, розроблено модель психологічних чинників розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, здійснено експериментальну апробацію розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у дітей молодшого шкільного віку.

1. Почуття власної гідності особистості – це моральне почуття, яке кристалізує емоційно-ціннісний компонент у структурі моральної самосвідомості особистості й переживається у формі емоційно-ціннісного ставлення людини до себе як до унікальної особистості, достойної поваги інших та проявляється у самоконтролі своєї поведінки, спрямованої на здійснення відповідних вчинків для утвердження й підтримки себе як особистості.

2. Молодший шкільний вік є сенситивним для розвитку моральних почуттів. Протягом даного вікового періоду формуються, поглиблюються, зміцнюються: цілісне уявлення дитини про себе, інтерес до нових аспектів образу «Я», усвідомлення своїх переживань, рефлексія власних моральних якостей та вчинків з позиції соціальних норм як гідних чи негідних, моральна самооцінка на основі моральних критеріїв оцінювання, почуття власної цінності, здатність до усвідомленого прийняття соціальних вимог, мотивування своєї поведінки моральним змістом, підпорядкування власних безпосередніх бажань соціальним вимогам. Наприкінці молодшого шкільного віку відбувається зростання самоповаги, впевненості в собі, самоприйняття, морального самоконтролю. Вказані вікові особливості сприяють розвитку почуття власної гідності у молодших школярів. Водночас діти зазначеного віку не завжди чітко усвідомлюють моральні принципи, за якими слід діяти, оволодіння знаннями про моральні якості ще не забезпечує відповідного морального вчинку, довільність моральних дій ще формується й потребує систематичного підкріплення з боку дорослих, що обмежує можливість розвитку їх почуття власної гідності.

3. *Почуття власної гідності молодших школярів* – це моральне почуття, яке переживається дітьми як емоційно-ціннісне ставлення до себе та до оточуючих. Як феномен моральної самосвідомості особистості молодшого шкільного віку включає наступні *конструкти: моральну саморефлексію, моральну самооцінку, самоцінність, самоповагу, моральний самоконтроль.*

4. Психологічними чинниками, які обумовлюють та сприяють розвитку почуття власної гідності у молодшому шкільному віці є: *розуміння власної індивідуальності, позитивний образ «Я», адекватна самооцінка, безумовне самоприйняття, моральна саморегуляція.*

5. Критеріями розвитку почуття власної гідності у молодших школярів виступають: *визнання власних чеснот, позитивне самоставлення та гідна поведінка.*

Процес розвитку почуття власної гідності в молодшому шкільному віці характеризується наступними рівнями: *високий, притаманний молодшим школярам,*

які усвідомлюють та аналізують власні моральні якості, дії, вчинки, цінують себе як людину незалежно від своїх недоліків, виявляють бажання змінитися на краще, поважають себе за позитивні якості, вчинки, досягнення, впевнені в собі, з повагою ставляться до інших, здатні висловлювати власну позицію, захищати власне «Я» в адекватній формі як під час спілкування з ровесниками, так і з дорослими; *середній*, властивий молодшим школярам, які здебільшого усвідомлюють та аналізують власні позитивні моральні якості, які перебільшують з метою отримання схвалення від дорослих, сумніваються в цінності власної особистості для інших, в більшості випадків поважають себе за деякі позитивні якості, іноді невпевнені в собі, в деяких ситуаціях демонструють зневажливе ставлення до однолітків, здатні висловлювати власні думки, захищати власне «Я» частіше в адекватній формі під час спілкування з ровесниками, рідше – з дорослими; *низький*, характерний для одних молодших школярів, які переважно сконцентровані на слабких сторонах власної особистості, не приймають себе такими, якими вони є і не виявляють бажання змінитися на краще, не визнають цінність власної особистості, невпевнені в собі, не знають, за що можуть поважати себе, схильні до підкорення, приниження заради задоволення потреби подобатися всім і отримувати від них схвалення, не здатні захистити власне «Я» як під час спілкування з ровесниками, так і з дорослими; та інших – які ідеалізують власне «Я», занадто самовпевнені, зверхньо ставляться до інших дітей, висміюють їх недоліки, часто відстоюють свою позицію та захищають власне «Я» в агресивній формі як під час спілкування з ровесниками, так і дорослими.

6. У молодшому шкільному віці розвиток почуття власної гідності характеризується недостатньою здатністю до моральної саморефлексії (частіше аналізують тільки позитивні сторони власної особистості, не завжди передбачають наслідки власної поведінки); моральна самооцінка у них здебільшого неадекватно завищена; вони не завжди приймають себе такими, якими вони є, переважає ціннісне ставлення до себе; поважають себе за власні якості, вчинки, досягнення; здатні контролювати свої емоційні реакції, але у складних життєвих ситуаціях демонструють нестриманість, впертість, агресивність, неповажливе ставлення до оточуючих, часто бояться висловити й відстояти власну позицію, можуть виступити на захист себе в ситуаціях знецінення їх особистості частіше під час взаємодії з однолітками, рідше – з батьками та вчителями.

7. Активізація становлення почуття власної гідності в молодшому шкільному віці досягається в процесі впровадження розвивальної програми підвищення потенціалу психологічних чинників з розвитку почуття власної гідності у молодших школярів, розробленої на основі особистісно орієнтованого підходу. Основний акцент при створенні корекційно-розвивальних занять має бути поставлено на поглибленні розуміння молодшими школярами власної індивідуальності та здатності до моральної саморегуляції, розвитку позитивного образу «Я», безумовного самоприйняття та адекватної самооцінки. Ефективність розроблених корекційно-розвивальних занять проявляється в більш чіткому усвідомленні молодшими школярами власної особистості, якій притаманне почуття власної гідності, кращому осмисленні наслідків власних дій, визнанні своїх недоліків на фоні позитивного емоційного ставлення до себе, підвищенні адекватності моральної самооцінки, в здатності висловлювати та відстоювати власні думки та стверджувати свої права,

власну цінність на основі поваги до прав і цінності іншої особистості.

Розроблені методичні рекомендації практичним психологам щодо оптимізації розвитку почуття власної гідності у молодших школярів.

Здійснене дослідження не вичерпує всіх аспектів даної проблеми.

Перспективними, на нашу думку, є дослідження соціально-психологічних умов розвитку даного морального почуття у дітей молодшого шкільного віку, генези почуття власної гідності в підлітковому та юнацькому віці, вивчення відхилень в розвитку почуття власної гідності у молодших школярів та шляхи їх корекції, дослідження гендерних особливостей його розвитку.

Список використаних джерел

1. Абатнина И.А. Педагогические основы воспитания представлений о чести и достоинстве у юношей в системе довузовской военной подготовки: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ Ирина Анатольевна Абатнина. – Ростов Н/Д, 2006. – 243 с.
2. Абрамова Г.С. Общая психология / Г.С.Абрамова. – М.: Академпроект, 2002. – 496 с.
3. Адрианов М.А. Философия для детей (в сказках и рассказах). Пособие по воспитанию в семье и школе/ М.А. Адрианов. – Минск: Современное слово, 2003. – 280 с.
4. Азимова Р.Д. Нравственное сознание личности: некоторые аспекты индивидуального морального сознания / Р.Д.Азимова. – Баку: Элм, 1977. – 115 с.
5. Аксенкин А.П. Воспитание чести и достоинства у подростков: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ А.П. Аксенкин. – К., 1982. – 19 с.
6. Алексеева Ю.А. Становлення моральної самосвідомості підлітків у процесі психологічного консультування: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Юлія Аркадіївна Алексеева. – К., 2006. – 230 с.
7. Алиева М.А. Я сам строю свою жизнь / Под ред. Е.Г. Трошихиной / М.А. Алиева, Т. В. Гришанович, Л.В. Лобанова [и др.]. – СПб.: Речь, 2001. – 216 с.

8. Ананьев В.А. Практикум по психологии здоровья. Методическое пособие по первичной специфической и неспецифической профилактике / В.А. Ананьев. – СПб.: Речь, 2007. – 320 с.
9. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб.: Питер, 2007. – 271 с.
10. Аристотель Евдемова этика Книга Г (III) / Аристотель // Вопросы философии. – 2002. – №1. – С. 153-164.
11. Архипова Е.Ф. Коррекционная работа с детьми младшего школьного возраста / Е.Ф. Архипова. – М.: Просвещение, 1989. – 243 с.
12. Архиреева Т.В. Критическое самоотношение младших школьников и факторы его развития: монография / Т.В. Архиреева. – Великий Новгород: НовГУ имени Ярослава Мудрого, 2008. – 158 с.
13. Архиреева Т.В. Самоотношение как подструктура личности / Т.В. Архиреева // Психология на рубеже веков: наука, практика, преподавание: тезисы докл. междунар. научн.-практ. конф. / Под ред. Е.Е.Сапоговой. – Тула: Тульский госуд. унив., 2000. – С. 280-282.
14. Асмолов А.Г. Непройдённый путь: от культуры полезности – к культуре достоинства / А.Г. Асмолов // Вопросы психологии. – 1990. – № 5. – С.5-12.
15. Бабаян Ю.О. Розвиток рефлексивного оцінювання як чинника мотивації досягнення молодших школярів / Ю.В. Бабаян // Психологія у ХХІ столітті: перспективи розвитку: матеріали VI Костюківських читань. – Т.1. – К.: Міленіум, 2003. – С.45-49.
16. Бакуліна С.Ю. Особливості розвитку моральних почуттів у дітей молодшого шкільного віку / С.Ю. Бакуліна // Наук. вісник Ізмаїльського державного педагогічного інституту. – 1998. – Вип. 4. – С. 3-7.
17. Бандзеладзе Г.Д. О понятии человеческого достоинства / Г.Д. Бандзеладзе. – Тбилиси: Мецничреба, 1979. – 107 с.
18. Барков В. Людська гідність та соціальний престиж / В. Барков // Філософська думка. – 1999. – №1-2. – С.252-274.
19. Бассин Ф.В. О «силе Я» и «психологической защите» // Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара: «БАХРА-М», 2000. – 656 с.
20. Басюк Н.А. Виховання почуття відповідальності в молодших школярів. Сходінки до відповідальності: Навчально-методич. посібник / Н.А. Басюк / Ред. М.В. Левківський. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 192 с.
21. Безверхий О.С. Розвиток моральної саморегуляції у молодшому шкільному віці: дис ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Олег Станіславович Безверхий. – Вінниця, 2001. – 261 с.
22. Белинская Е.В. Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников / Е.В. Белинская. – СПб.: Речь, 2006. – 125 с.
23. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р.Бернс. – М.: Прогресс, 1986. – 422 с.
24. Бех І.Д. Від волі до особистості / І.Д. Бех. – К.: Україна - Віта, 1995. – 202 с.
25. Бех І. Д. Психологічні джерела виховної майстерності: навч. посіб. / І.Д. Бех. – К.: Академвидав, 2009. – 248 с.
26. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 1: Особистісно орієнтовний підхід: теоретико-технологічні засади: Навч.-метод. посібник / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. –

280с.

27. Бех І.Д. Виховання особистості: У 2 кн. Кн. 2: Особистісно орієнтовний підхід: науково-практичні засади: Навч.-метод. посібник / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. – 344с.
28. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання: Науково-метод. посібник / І.Д. Бех. – К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.
29. Бех І.Д. Виховання особистості: Підручник / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2008. – 848 с.
30. Бех І.Д. Почуття гідності у духовному розвитку особистості / І.Д. Бех // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб. наук. пр. – Вип. 12. – Ін-т проблем виховання. – К., 2008. – С.5-18.
31. Білозерська С. Психологічні умови формування когнітивної складової моральних переконань у молодшому шкільному віці / С. Білозерська // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2003. – №3. – С.112-117.
32. Білозерська С.І. Психологічні умови розвитку моральної свідомості молодшого школяра: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Світлана Іванівна Білозерська. – Дрогобич, 2004. – 243 с.
33. Блага К. Я – твой ученик, ты – мой учитель: кн. для учителя [пер. с чеш.] / К. Блага, М. Шебек. – М.: Просвещение, 1991. – 143 с.
34. Блюмкин В.А. О чести и достоинстве советского человека / В.А. Блюмкин. – М.: Знание, 1974. – 64 с.
35. Бобнева М. И. Социальные нормы и регуляция поведения / М.И. Бобнева. – М.: Наука, 1978. – 311 с.
36. Бодалев А.А. Общая психодиагностика / А.А. Бодалев, В.А. Столин, В.С. Аванесов. – СПб.: Изд-во «Речь», 2000. – 440 с.
37. Божович Л.И. Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности / Под. ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 212 с.
38. Божович Л.И. Психологический анализ условий формирования и строения гармонической личности / Л.И. Божович // Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – С. 257-289.
39. Бойбіна Ю.В. Програма. Розвиток самопізнання та впевненості в собі у дітей 10-12 років / Ю.В. Бойбіна. – Харків, ФОП Лотох М.Г., 2007. – 82 с.
40. Болотникова О. П. Развитие рефлексивных действий как условие становления личностных новообразований младшего школьного возраста: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Ольга Петровна Болотникова. – Москва, 2003. – 157 с.
41. Бондаревская Е.В. Формирование нравственного сознания у старших школьников: [учебное пособие по спецкурсу] / Е.В. Бондаревская. – Ростов Н/Д: Гос. пед. институт, 1976. – 192 с.
42. Боришевский М.И. Психологические особенности самосознания подростка / М.И. Боришевский. – К.: Вища школа, 1980. – 168 с.
43. Боришевський М.Й. Дорога до себе. Від основ суб'єктності до вершин духовності / М.Й. Боришевський. – К.: Академвидав, 2010. – 416 с.
44. Боришевський М.Й. Розвиток морального саморегулювання поведінки учнів / Психологія: Респ. научн.-метод. сб. / М-во просвещения УССР, НИИ психологии. – К.: Рад. шк., 1985. – Вып. 24. – 119 с.

- 45.Боришевський М.Й. Ціннісні орієнтації в особистісному становленні сучасної молоді/ М.Й. Боришевський // Проблеми заг. та пед. психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України/ За ред. С.Д. Максименка. – К., 2003. – С. 34-42.
- 46.Бороздина Л.В. Теоретико-експериментальное исследование самооценки: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.01/ Л.В. Бороздина. – М., 1999. – 413 с.
- 47.Братусь Б.С. К проблеме нравственного сознания в культуре уходящего века/ Б.С. Братусь // Вопросы психологии. – 1992. – №1-2. – С. 84-97.
- 48.Братусь Б.С. Нравственное сознание личности (Психологическое исследование) / Б.С. Братусь. – М.: Знание, 1985. – 64 с.
- 49.Братченко С.Л. Личностный рост и его критерии / С.Л. Братченко, М.Р. Миронова // Психологические проблемы самореализации личности / Под ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. – СПб.: Изд-во СПб унив-та, 1997. – С. 3-14.
- 50.Бреслав Г.М. Воспитание нравственных чувств ребенка в семье/ Г.М. Бреслав // Вопросы психологии. – 1986. – № 1. – С. 41-47.
- 51.Бродовські В.Й. Тлумачний російсько-український словник психологічних термінів: [Словник] / В.Й. Бродовські, В.О. Грушевський, І.П. Патрик – К.: ВД «Професіонал», 2007. – 512 с.
- 52.Брушлинский А.В. Зона ближайшего развития и проблема субъекта деятельности / А.В. Брушлинский // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 3. – С. 17-27.
- 53.Булах І. С. Психологія особистісного зростання підлітка: [монографія] / І.С. Булах. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. – 340 с.
- 54.Булах І.С. Розвиток моральної самосвідомості особистості підлітка: [навчально-методичний посібник] / І.С. Булах, Ю.А. Алексеєва. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. – 72 с.
- 55.Булах І.С. Методичні засади реалізації майбутніми вчителями основних положень особистісно орієнтованого виховання підлітків / І.С. Булах // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологія: зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. – №3(27). – С. 140-148.
- 56.Булюбаш И.Д. Руководство по гештальт-терапии / И.Д. Булюбаш. – М.: Изд-во института психотерапии, 2004. – 768 с.
- 57.Бурбо Л. Пять травм, которые мешают быть самим собой / Лиз Бурбо; [пер. В. Трилиса]. – К.: «София». – М.: «Гелиос», 2001. – 176 с.
- 58.Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л.Ф. Бурлачук, С.М. Морозов. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 528 с.
- 59.Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов (для начальной школы) / Д. Валкер. – СПб.: «Светлячок», 2001. – 128 с.
- 60.Ван Пелт Н. Мы только начинаем. Пер. с англ. / Н.Ван Пелт. – Заокский: Источник жизни, 1997. – 288 с.
- 61.Вардомацкий А. П. Моральная регуляция поведения личности/ А.П. Вардомацкий. – Минск: Наука и техника, 1987. – 126 с.
- 62.Васянович Г.П. Педагогічна етика: Навчально-методичний посібник / Г.П. Васянович. – Львів: «Норма», 2005. – 344 с.
- 63.Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога / И.В. Вачков. – М.: Осъ-89, 2002. – 224 с.

64. Вікова та педагогічна психологія: навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук [та ін.]; 2-ге вид. – К.: Каравела, 2007. – 344 с.
65. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. – М.: Просвещение, 1979. – 228 с.
66. Волкова А.Г. Формирование представлений о личном достоинстве у старшекласников в процессе изучения гуманитарных предметов в средней школе: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.01/ Анна Геннадьевна Волкова. – Екатеринбург, 2003. – 26 с.
67. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский / Под ред. В.В. Давыдова. – М., 1991. – С. 215–224.
68. Ганжин В.Т. Социалистическая нравственность как система: проблемы, процессы, отношения / В.Т. Ганжин. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1987. – 186 с.
69. Гарбузов В.И. Инстинкты и судьба человека / В.И. Гарбузов. – М.: АСТ; СПб: Астрель, 2006. – 477 с.
70. Гармаев А. Психопатический круг в семье / А. Гармаев. – М.: Макариев-Решемской обители, 1999. – 268 с.
71. Гегель Г.В.Ф. Феноменология духа / Г.В.Ф. Гегель. – М.: Академический Проект, 2008. – 767 с.
72. Гелло Т.А. Ценности ваши и вашего ребенка / Т.А. Гелло // Начальная школа плюс до и после. – 2005. – №3. – С. 1-4.
73. Гоббс Т. Левиафан, или Материя, форма и власть государства церковного и гражданского / Т. Гоббс // Т. Гоббс Сочинения в 2-х т. – Т. 2. – М.: Мысль, 1991. – 731 с.
74. Головей Л.А. Практикум по возрастной психологии / Л. А. Головей, Е.Ф. Рибалко. – СПб.: Речь, 2002. – 694 с.
75. Горбушина О.П. Психологический тренинг. Секреты проведения / О.П. Горбушина. – СПб.: Питер, 2008. – 176 с.
76. Гордієнко В. Психологія особистості в біографіях, подіях, портретах: навч. посібн. [для студ. вищ. навч. закл.] / В. Гордієнко, Л. Копець. – К.: «Києво-Магілянська академія», 2007. – 304 с.
77. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: Навчальний посібник / О.Є. Гуменюк. – Тернопіль: Економічна думка, 2004. – 310 с.
78. Гусейнов А.А. Этика / А.А. Гусейнов, Р.Г. Апресян – М.: Гардирики, 1998. – 358 с.
79. Даль В. Толковый словарь живого русского языка: в 4-х т. – Т. 1. – М.: Русский язык, 1981. – С. 479-480.
80. Детская психология: методические указания / Автор-составитель Р.П. Ефимкина. – Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ. – 1995. – 223 с.
81. Джеймс В. Психология / В. Джеймс. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
82. Дженкинс П.Дж. Воспитание духовности у детей. Руководство для занятых родителей; [Пер. с англ.] / П.Дж. Дженкинс. – М.: ООО София, 2004. – 224 с.
83. Доброхотов А.Л. Категория бытия в классической западноевропейской философии / А.Л. Доброхотов. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1986. – 248 с.
84. Дробницкий О.Г. Проблемы нравственности / О.Г. Дробницкий. – М.: Наука, 1977. – 333 с.

- 85.Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Навч. посіб./ Т.В.Дуткевич.- К.: Центр учбової літератури, 2012.- 424 с.
- 86.Дятленко Н.М. Психологічні умови розвитку самоповаги у дошкільників: дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Наталія Михайлівна Дятленко. – К., 2002. – 205 с.
- 87.Дьяченко М.И. Психологический словарь-справочник / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск.: Харвест, 2004. – 576 с.
- 88.Елдышова О.А. Самоуважение как компонент Я-концепции/ О.А. Елдышова // Наука и образование: материалы 6 Международной научной конференции 2-3 марта 2006 г.: в 4-х ч. – Ч. 4.– Белово, 2006. – С. 286-290.
- 89.Емузова Н. Г. Воспитание чувства чести и собственного достоинства у подростков: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ Нина Гузеровна Емузова. – Майкоп, 1995. – 155 с.
- 90.Емузова Н. Г. Сборник тестов и методик исследования отношения личности к себе (самоотношения) / Н. Г.Емузова. – Нальчик: Каб.-Балк. ун.-т, 2003. – 66 с.
- 91.Ермошин А.Ф. Работа с разочарованием и обидой методом психокатализа / А.Ф. Ермошин // Психотерапия. – 2005. – № 5. – С.27-33.
- 92.Етика та естетика. Навчальний посібник / Под ред. В.Л. Петрушенко та ін. – Львів: Вид-во Національного університету «Львівська політехніка», 2008.–180 с.
- 93.Етика: навчальний посібник / За ред. В.О.Лозового. – К.: Юрінком Інтер, 2007.– 224 с.
- 94.Етика: посіб. для підготов. до іспитів / Під ред. П.С. Прибутько, Л. М. Дубчак. – 2-е вид., стереотип. – К.: Вид. ПАЛИВОДА А. В., 2008. – 180 с.
- 95.Ефимкина Р.П. Детская психология: методические указания / Р.П. Ефимкина. – Новосибирск: Научно-учебный центр психологии НГУ, 1995.– 470 с.
- 96.Житарюк В.І. Психологічні передумови розвитку моральності молодших школярів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07/ Василь Іванович Житарюк. – Івано-Франківськ, 2008. – 180 с.
- 97.Зайцева Ю.Е. Чувство собственного достоинства как психологический феномен / Юлия Евгеньевна Зайцева: дис... канд. психол. наук:19.00.01. – М.: РГБ, 2003.–180 с.
- 98.Замщак М. Психологічні аспекти дослідження моральної самооцінки у молодших школярів/ М. Замщак // Освіта регіону. Політологія. Психологія комунікації. – 2011. – №2. – С. 205-209.
- 99.Замщак М.І. Психологічні умови становлення моральної самооцінки у молодших школярів/ М.І.Замщак // Зб. наук. праць КПНУ імені І.Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка, АПН України, Проблеми сучасної психології. – 2010.– Випуск 10. – С. 248 -259.
- 100.Захарова А.В. Генезис самооценки: автореф. дис... доктора психол. наук: 19.00.01/ Аида Васильевна Захарова. – М., 1989. – 44 с.
- 101.Зеньковский В.В. Психология детства: учебн. пособ. [для высш.учебн.завед.] / В.В. Зеньковский. – Екатеринбург: Деловая книга, 1995 – 347 с.
- 102.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2002. – 310 с.
- 103.Золотухина-Аболина Е.В. Современная этика: истоки и проблемы/ Е.В. Золотухина-Аболина. – Ростов Н/Д: «МарТ», 1998. – 448 с.
- 104.Зосимовский А.В. Формирование общественной направленности личности в школьном возрасте / А.В.Зосимовский. – М.: Изд-во МГУ, 1982. – 198 с.

- 105.Иванова В.В. Общие вопросы самосознания личности / В.В. Иванова [Электронный ресурс] // <http://psylib.org.ua/books/ivanv01/index.htm>.
- 106.Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб: Питер, 2001. – 752 с.
- 107.История этических учений: учебник / Под ред. А.А. Гусейнова. – М.: Гардарики, 2003. – 911 с.
- 108.Иванчук М.Г. Интегративний характер формування моральних якостей особистості молодшого школяра / М.Г. Иванчук // Педагогіка і психологія. – 2000. – №1. – С.66-72.
- 109.Иванчук М.Г. Психолого-педагогічні умови формування в молодших школярів моральних почуттів (у процесі навчання): дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07/ Марія Георгіївна Иванчук. – К.,1993. – 137 с.
- 110.Кадол Ф.В. Воспитание чести и достоинства старшеклассников: пособие для педагогов / Ф.В. Кадол.– Мн.: Университетское, 1998.–208 с.
- 111.Кадишева Л.Б. Почуття власної гідності й ціннісні орієнтації: співвідношення показників/ Л.Б.Кадишева // Горизонты образования. –№1(34). – 2012. – С.115-120.
- 112.Кант И. Метафизика нравов в двух частях. 1797. Ч.2 / И. Кант // И. Кант, Г.В. Гегель, Ф.В. Шеллинг Немецкая классическая философия в 2 т. – Т.1. – М.: Эксмо-Пресс, Харьков: Фолио, 2000. –784 с.
- 113.Капра Дж. Психология личности / Дж. Капра, Д. Сервон. – СПб.: Питер, 2003. – 640 с.
- 114.Карпенчук С.Г. Теорія та методика виховання: [навч. посібник для студ. пед. вузів] / С.Г. Карпенчук. – К.: Вища школа, 1997. – 304 с.
- 115.Квинн В.Н. Прикладная психология: учебное пособие для вузов [пер. с англ. Н. Мальгиной и др.]/ В. Н. Квинн. – СПб: Питер, 2000. – 560 с.
- 116.Клюева Н.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность / Н.В. Клюева , Ю.В. Касаткина. – Ярославль: Академия развития, 1996. – 240 с.
- 117.Козлова С. Нравственное воспитание детей в современном мире / С.Козлова// Дошкольное воспитание. – 2001. – №9. – С.98-101.
- 118.Колісник О.П. Психологія духовного саморозвитку особистості: [монографія] / О. П. Колісник. – Луцьк: РВВ «Веже» Волинського держ. унів-ту імені Лесі Українки, 2004. – 388с.
- 119.Колкова С.М. Безусловное самопринятие как фактор развития гуманистических качеств личности будущих психологов: дисс. канд. психол. наук/ Светлана Михайловна Колкова. – Красноярськ, 2006. – 159 с.
- 120.Колышко А.М. Психология самоотношения: учеб. пособие /А.М. Колышко.– Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
- 121.Кольберг Л. Развитие моральных суждений / Л.Кольберг // Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. – М.: Интерпракс, 1995.– С. 40-42.
- 122.Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
- 123.Кон И.С. Категория «Я» в психологии / И.С. Кон // Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара «БАХРА-М», 2000. – С.15-34.
- 124.Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. –М.: Просвещение, 1989. – 254 с.
- 125.Кондрашов В. А. Этика. Эстетика / В.А.Кондрашов, Е. А. Чичина. – Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 1999. – 512 с.

126. Коновальчук И.С. Развитие отношения к себе как субъекту учебной деятельности в младшем школьном возрасте: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. / И. С. Коновальчук. – Киев, 1992. – 25 с.
127. Копылова Т. Ю. Особенности проявления критичности младших школьников при решении учебных и нравственных задач: дис.... канд. психол. наук: 19.00.07/ Татьяна Юрьевна Копылова. – Санкт-Петербург, 2001. – 198 с.
128. Корепанова М.В. Особенности становления Образа «Я» ребенка в дошкольном возрасте / М.В. Корепанова // Известия Саратовского университета. – 2009. – Т. 9. – Вып. 4. – С. 74-79.
129. Коротковских Т.В. Формирование основы чувства собственного достоинства у старшего дошкольника в самопроцессах: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Татьяна Владимировна Коротковских. – Казань, 2004. – 253 с.
130. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми / Л.М. Костина. – СПб.: Речь, 2001. – 160 с.
131. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г.С. Костюк / Під ред. Л.М. Проколієнко. – К.: Рад. школа, 1989. – 608 с.
132. Кравцова Н. Ф. Условия развития ценностного самоотношения у младших подростков / Н.Ф. Кравцова // Вестник Пятигорского государственного лингвистического университета. – 2009. – № 4. – Ч. 2. – С. 321-323.
133. Кравченко П.А. Гідність людини як ціннісний принцип її соціального буття / П.А. Кравченко // Філософські обрії. – 2003. – №9. – С.168-177.
134. Кравченко С.А. Социология: парадигмы через призму социологического воображения: учебник для ВУЗов / С.А. Кравченко. – М.: «Экзамен», 2004. – 624 с.
135. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб: Питер, 2001. – 992 с.
136. Критерії моральної вихованості молодших школярів: книга для вчителя / Ред. І.Д. Бех, С.Д. Максименко. – К.: Радянська школа, 1989. – 96 с.
137. Крутецкий В.А. Психологии обучения и воспитания школьников / В.А. Крутецкий. – М.: Просвещение, 1976. – 150 с.
138. Крюкова С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста / С.В. Крюкова, Н.П. Слободяник. – М.: Генезис, 2002. – 208 с.
139. Кузнецов В. В. Достоинство как нравственная ценность: автореф. дис. ...канд. филос. наук: 09.00.05 / Владимир Викторович Кузнецов. – СПб., 1998. – 22 с.
140. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): учебное пособие / И.Ю. Кулагина. – М.: Изд-во УРАО, 1997. – 176 с.
141. Кулагина И.Ю. Личность школьника от задержки психологического развития до одаренности: учебное пособие / И.Ю. Кулагина. – М.: ТЦ «Сфера», 1999. – 192 с.
142. Кули Ч.Х. Человеческая природа и социальный порядок; [Пер. с англ.] / Ч.Х. Кули. – М.: Идея-Пресс, Дом интеллектуальной книги, 2000. – 320 с.
143. Куница В.Н. Сила Я и самоуважение / В.Н. Куница // Психология / Под ред. А.А. Крылова. – М.: Проспект, 1998. – С. 283-286.
144. Кэрролл Ли Дети Индиго; [пер. с англ.] / Ли Кэрролл, Джен Тоубер. – К.: «София»; М.: ИД «София», 2004. – 288 с.
145. Лебедеенко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Выпуск 1. Какой Я? / Е.Н. Лебедеенко. – М.: Прометей; Книголюб, 2003. – 64 с.

146. Лейнг Р. Д. Я и Другие; [Пер. с англ. Е. Загородной] / Р. Лейнг. – М.: Независимая фирма «Класс», 2002. – 192 с.
147. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения / М.И. Лисина. – М.: Педагогика, 1986. – 144 с.
148. Лопатина А. Начала мудрости / А. Лопатина, М. Скребцова. – М.: Амрита-Русь, 2005. – 288 с.
149. Лютова Е.К. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е.К. Лютова, Г. Б. Моница. – М.: Генезис, 2000. – 192 с.
150. Макдауэлл Д. Его Образ – мой образ / Д. Макдауэлл. – М.: Новая жизнь, 1996. – 191 с.
151. Максимова Н.А. Формирование позитивного самоотношения у подростков с ограниченными физическими возможностями в условиях общеобразовательной школы: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 / Надежда Алексеевна Максимова. – Волгоград, 2005. – 197 с.
152. Малахов В.А. Этика: Курс лекций: Навчальний посібник. / В.А. Малахов. – 3-те вид. – К.: Либідь, 2001. – 384 с.
153. Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития / В.Г. Маралов. – М.: Академия, 2002. – 251 с.
154. Маслоу А. Самоактуализация / А. Маслоу // Психология личности: Тести. – М., 1982. – С. 108-117.
155. Маслоу А.Г. Мотивация и личность; [пер. с англ.] / А.Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
156. Материалисты Древней Греции. Собрание текстов Гераклита, Демокрита и Эпикура / Общ. ред. и вступ. ст. М.А. Дынника. – М.: Государственное издательство политической литературы, 1955. – 238 с.
157. Материалы международной конференции по истории психологии «IV московские встречи», 26-29 июня 2006 г. / Отв. ред. А.Л. Журавлев, В.А. Кольцова, Ю.Н. Олейник. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. – С. 308-314.
158. Махова М.Ю. Возрастные особенности рефлексивных механизмов нравственного сознания школьников: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Марина Юрьевна Махова. – Ленинград, 1991. – 19 с.
159. Мерабишвили Т.А. Особенности развития субъектности в младшем школьном возрасте / Т.А. Мерабишвили // Образование и общество. – 2009. – №2. – С. 53-57.
160. Мідхатов І. Психолого-педагогічні основи виховання / І. Мідхатов // Відкритий урок: розробки, технології, досвід. – 2009. – №1. – С. 17-20.
161. Млодик И.Ю. Книга для неидеальных родителей или жизнь на свободную тему / И.Ю. Млодик. – М.: Генезис, 2007. – 226 с.
162. Молчанова Е.В. Формирование волевого компонента чувства собственного достоинства у учащихся младшего школьного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук.: 13.00.02 / Елена Владимировна Молчанова. – Майкоп, 2008. – 26 с.
163. Момов В. Человек, мораль, воспитание (теоретико-методологические проблемы) / В. Момов. – М., 1975. – 163 с.
164. Мордасова О. С. Развитие чувства собственного достоинства у подростков в отношениях «учитель-ученик»: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / Ольга

Сергеевна Мордасова. – Тамбов, 2007. – 155 с.

165. Морозова И.С. Психологические механизмы нравственного становления личности младшего школьника / И.С. Морозова, Н.А. Козловская // Образование и общество. – 2007. – №2. – С. 54-59.

166. Москалькова Т.Н. Честь и достоинство: как их защитить: Пособие для слушателей народных университетов / Т.Н. Москалькова. – М.: Знание, 1992. – 128 с.

167. Мухина В.С. Детская психология / В.С. Мухина. – М.: ООО Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2000. – 352 с.

168. Мухина В.С. Феноменология развития и бытия личности. – М.: Московск. психолого-соц. инст.; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1999. – 640 с.

169. Мясищев В.Н. Основные проблемы и современное состояние психологии отношений человека / В.Н. Мясищев // Психологическая наука в СССР в 2-х т. Т. 2. – М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960. – С. 110-125.

170. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова. – М.: Сфера, 1996. – 240 с.

171. Ожегов С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов / Под ред. чл.-корр. АН СССР Н.Ю. Шведовой. – 18-е изд., – М.: Рус. яз., 1987. – 797 с.

172. Оллпорт Г. Становление личности / Г. Оллпорт. – М.: Смысл, 2002. – 462 с.

173. Онисюк О.А. Психологічні особливості особистісного розвитку молодшого школяра: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / О.А. Онисюк. – К., 2001. – 20 с.

174. Островська К.О. Взаємозв'язок образу «Я», самооцінки і ціннісних орієнтацій молодших школярів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Катерина Олексіївна Островська. – К., 2003. – 196 с.

175. Островська К.О. Роль педагога у виборі ціннісних орієнтацій дітей молодшого шкільного віку / К.О. Островська // Тези міжн. конф. «Людина у світі духовної культури». Ч. 2. – Київ, 2002. – С. 31 – 33.

176. Павелків Р.В. Розвиток моральної свідомості та самосвідомості в молодшому шкільному віці: дис. ... доктора психол. наук: 19.00.07 / Роман Володимирович Павелків. – Рівне, 2005. – 455 с.

177. Пазенок В. Національна гідність як цінність культури / В. Пазенок // Віче. – 2002. – №8. – С. 69-71.

178. Пантилеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С. Р. Пантилеев. – М.: МГУ, 1991. – 108 с.

179. Пахомова Ю.А. Формирование нравственной самооценки младших школьников в процессе воспитания этической культуры: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 19.00.13 / Юлия Анатольевна Пахомова. – Москва, 2001. – 20 с.

180. Пезешкиан Х. Основы позитивной психотерапии / Х. Пезешкиан. – Архангельск, 1993. – 116 с.

181. Пеньковська Н.М. Психологічні умови розвитку рефлексії у молодших школярів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Наталія Михайлівна Пеньковська. – К., 2003. – 160 с.

182. Перевозная Е.В. Достоинство и честь / Е.В. Перевозная. – Минск: Народна Асвета, 1983. – 64 с.

183. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже. – М.: Международная педагогическая академия, 1994. – 690 с.

184. Пико делла Мирандола Речь о достоинстве человека [пер. Л. Брагиной] / Пико делла Мирандола // История эстетики. Памятники мировой эстетической мысли в 5-ти т. – Т. 1. Эстетика Ренессанса. – М.: Искусство, 1981. – С. 506-514.
185. Платон Диалоги / Платон. – М.: Мысль, 1986. – 607 с.
186. Пов'якель Н.І. Психологічні вимоги та методичні засади конструювання психокорекційних програм як технологічної компоненти професійної діяльності практичного психолога / Н.І. Пов'якель // Психологія: зб. наук. пр. – Вип. 1(8). – К.: НПУ, 2000. – С. 204-212.
187. Подолько О.Е. Достоинство: личностное измерение и риск ответственности: автореф. дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / Олег Ефимович Подолько. – Тверь, 2011. – 26 с.
188. Помиткін Є.О. Духовний розвиток учнів у системі шкільної освіти: науково-методичний посібник / Є.О. Помиткін. – К.: ІЗМН, – 1996. – 164 с.
189. Попкова Т.Д. Метафизический проект развития личности / Т.Д. Попкова // Философия – Детям. Человек среди людей: материалы второй междунар. научно-практич. конф. / Под ред. С.И. Левиковой. – М.: МДОО «Фид», 2006. – С. 128-130.
190. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Под ред. М.Р. Битяновой. – СПб.: Питер, 2002. – 304 с.
191. Прихожан А.М. О возрастном подходе в нравственном воспитании детей / А.М. Прихожан // Вопросы психологии. – 1981. – № 2. – С. 143-149.
192. Прихожан А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе / А.М. Прихожан. – М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 192 с.
193. Прихожан А.М. Психология сиротства / А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. – СПб.: Питер, 2005. – 400 с.
194. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О.М. Степанов. – К.: «Академвидав», 2006. – 424 с.
195. Психологічний словник / За ред. В.І. Войтка. – К.: Вища школа, 1982. – 216 с.
196. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
197. Раншбург И. Секреты личности: [Пер. с венг.] / И. Раншбург, П. Поппер. – М.: Педагогика, 1983. – 160 с.
198. Реан А.А. Психология и педагогика / А.А. Реан, Н.В. Бордовская, С.И. Розум. – СПб.: Питер, 2002. – 432 с.
199. Резниченко М.А. Особенности самооценки старших школьников при овладении способами учебной деятельности / М.А. Резниченко // Вопросы психологии. – 1986. – № 3. – С. 35-44.
200. Рєпнова Т.П. Тренінг емоційної зрілості. Профілактика конфліктної поведінки молодших підлітків / Т.П. Рєпнова. – Одеса, 2003. – 64 с.
201. Рибалка В.В. Психологія честі та гідності особистості: культурологічні та аксіологічні аспекти: наук.-метод. посіб; НАПН України, Ін-т пед. освіти і освіти дорослих; Ін-т обдарованої дитини, МОН України, Укр. наук.-метод. центр практич. психології і соц. роботи / В.В. Рибалка. – Київ-Вінниця: ТОВ Фірма «Планер», 2010. – 382 с.
202. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании / Е.И. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 1996. – 529 с.

203. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
204. Ролз Дж. Теория справедливости / Дж. Ролз. – Новосибирск: Изд-во Новосиб. ун-та, 1995. – 536 с.
205. Російсько-український словник-довідник / Упорядник О.І. Скопненко, Т.В. Цимбалюк / За ред. В.М. Брїщина. – К.: Довїра, 2008. – 942 с.
206. Российская педагогическая энциклопедия: В 2 т. – Т.1: А – М / Гл. ред. В.В. Давыдов. – М.: Научн. изд-во «Большая Российская энциклопедия», 1993. – 608 с.
207. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2000. – 720 с.
208. Румянцева Т.В. Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре: учебное пособие / Т.В. Румянцева. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
209. Русско-украинский словарь в 3-х томах. – Т.1. / Ред. С.И. Головащук. – К.: Изд-во «Наукова думка», 1969. – 700 с. – С. 317.
210. Руссо Ж.Ж. Об общественном договоре. Трактаты; [Пер. с фр. А.Д. Хаютина] / Ж. Ж. Руссо. – М.: «КАНОН-пресс», 1998. – 416 с.
211. Савельев В.П. Этика: Короткий навчальний словник: терміни, поняття, персоналії / В. П. Савельев. – Львів: «Магнолія 2006», 2007. – 279 с.
212. Савельев В.П. Этика: навч. посібник 2-ге видання, виправлене / В.П. Савельев. – Львів: «Магнолія Плюс», 2006. – 244 с.
213. Савчин М.В. Психологічний аналіз проблеми моральної свідомості та самосвідомості особистості / М.В. Савчин // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2005. – № 4. – С. 115-131.
214. Сапожникова Л.С. Некоторые особенности нравственной регуляции поведения младших школьников / Л.С. Сапожникова // Вопросы психологии. – 1990. – №4. – С. 55-60.
215. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н.И. Сарджвеладзе. – Тбилиси: «Мецниереба», 1989. – 206 с.
216. Сафин В.Ф. Психология самоопределения личности: учебное пособие / В.Ф. Сафин. – Свердловск: СГПИ, 1986. – С. 72-74.
217. Сенека Л. А. Нравственные письма к Луцилию / Луций Аней Сенека. – Издательство: АСТ; Фолио, 2001. – 476 с.
218. Сергеенкова О.П. Вікова психологія / О.П. Сергеенкова. – К.: Академвидав, 2012. – 376 с.
219. Серебренникова С.А. Поняття гідності в домарксистських етичних вченнях / С.А. Серебренникова // Етика, Естетика і теорія культури. – 1992. – вип. 35. – С.37-42.
220. Серебренникова С.А. Формування гідності як властивості внутрішнього світу особистості / С.А. Серебренникова // Етика, Естетика і теорія культури. – 1992. – вип. 36. – С.120-125.
221. Серебренникова-Миготина С.А. Достоинство как объект социально-этического исследования: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.05 / Светлана Альмаровна Серебренникова-Миготина. – К., 1993. – 153 с.
222. Сидоренко Ю.Л. Нравственные чувства, их роль в структуре морального сознания / Ю.Л. Сидоренко // Вестник Московского госуд. унив-та. Серия «Философия». – 1971. – №5. – С. 48-56.

- 223.Сильвестру А.И. Психология самопознания у дошкольников / А.И. Сильвестру. – Кишинев: Штиинца, 1983. – 110 с.
- 224.Слободчиков В.И. Личность как реальность для других/ В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев // Психология личности. – Т. 2. Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом «БАХРА-Х», 1999. – С. 489-508.
- 225.Словарь по этике / Под ред. А.А. Гусейнова, И.С. Кона. – 6-е изд. – М.: Изд-во политической литературы, 1989. – С. 84-85.
- 226.Словарь по этике / Под ред. И.С. Кона. – 4-е изд. – М.: Политиздат, 1981.–430 с.
- 227.Словник української мови. Академічний тлумачний словник / За ред. І.К.Білодід, А.А.Бурячок та ін. – Київ: Наукова думка, 1970-1980.– Том 11. – С. 316.
- 228.Слот В. Нидерландская модель социальной помощи детям и подросткам, ориентированным на социальную компетенцию/ В.Слот, Х. Спанярд // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы.–2000.–№ 1. –С.60-74.
- 229.Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками; [Пер. с англ. Ю.В. Брянцевой] / Р. Смид. – М.: Генезис, 1999. – 272 с.
- 230.Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков / Е.Е. Смирнова. – СПб.: Речь, 2007. – 216 с.
- 231.Соловейчик С.Л. Знания и достоинство / С.Л. Соловейчик // Семья и школа. – 1992. – №7-9. – С. 10-12.
- 232.Соловьев В.С. Собрание сочинений в 10-ти томах. – Т.3. / В.С. Соловьев. – СПб.: Просвещение, 1911-1914 – С. 381-382.
- 233.Співак Л. М. Діагностика і корекція «Я-концепції» молодших школярів з низьким рівнем навчальних досягнень: [навч. посіб. для вищ. навч. закл.]/ Л.М.Співак. – К.: Каравела, 2011. – 223 с.
- 234.Степанов С.Г. Повышение фасилитационной компетентности учителей как условие воспитания достоинства старшеклассников: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.01/ Сергей Григорович Степанов. – Хабаровск, 2002. – 23 с.
- 235.Столин В.В. Самосознание личности / В. В. Столин. – М.: МГУ.– 1983. – 284 с.
- 236.Субботский Е.В. Формирование морального действия у ребенка/ Е.В.Субботский // Вопросы психологии. – 1979. – № 3.– С. 47-55.
- 237.Сухомлинский В.А. Как воспитать настоящего человека/ В.А. Сухомлинский. – К.: Радянська школа, 1972. – 236 с.
- 238.Сучасний тлумачний словник української мови/ Уклад. Олексієнко Л.П., Шумейко О.Л. – К.: Кобза, 2002. – С. 116.
- 239.Талызина Н.Ф. Педагогическая психология: учебн. пособие для студентов / Н.Ф. Талызина. – М.: Академия, 1998. – 288 с.
- 240.Титаренко А.И. Структура нравственного сознания. Опыт этико-философского исследования / А.И. Титаренко. – М.: Мысль, 1974.– 278 с.
- 241.Третьяк Н.И. Воспитание у школьников чувства собственного достоинства в процессе общения старшеклассников и учителей: канд. дис. ... пед. наук: 13.00.01/ Н.И. Третьяк. – К., 1992. – 160 с.
- 242.Трухін І.О. Основи шкільного виховання: навчальний посібник / І.О.Трухін, О.Т. Шпак. – К.: Центр навчальної літератури, 2004. – 368 с.
- 243.Удовицька С.В. Виховання гідності молодших підлітків у позаурочній діяльності загальноосвітньої школи: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.07 / Світлана

Валентинівна Удовицька. – Київ, 2010.– 20 с.

244.Ушинський К.Д. Людина як предмет виховання: Спроба педагогічної антропології / К.Д. Ушинський // Вибрані пед. твори. – К.: Наукова думка, 1983. –Т.1.–326 с.

245.Федоренко Е.Г. Основы марксистско-ленинской этики: учебное пособие для студентов вузов / Е.Г. Федоренко. – К.: Вища школа, 1972.–337 с.

246.Фельдштейн Д.И. Психология воспитания подростка / Д.И. Фельдштейн. – М.: Знание, 1978. – 48 с.

247.Фетискин Н.П. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп / Н.П. Фетискин, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2002. – 490 с. С. 20-21.

248.Философский словарь / Под. ред. И.Т.Фролова. – М.: Политиздат, 1986.– С. 109.

249.Философский энциклопедический словарь / Ред.-сост. Е.Ф. Губский и др. – М.: ИНФРА-М, 1997. – С.144.

250.Фихте И.Г. О достоинстве человека / И.Г. Фихте // Фихте И.Г. Сочинения. Работы 1792-1801 гг. / Изд-е подгот. П.П. Гайденко. – М.: Ладомир, 1995. – 655 с.

251.Філософія: Навчальний посібник / І.Ф. Надольний, В.П. Андрущенко, І.В. Бойченко, В.П. Розумний [та інш.] / За ред. І. Ф. Надольного. – К.: Вікар, 1997. – 584 с.

252.Філософський енциклопедичний словник. Довідкове видання / Голова редакційної колегії В.І.Шинкарук; наукові редактори Л.В. Озодовська, Н.Г. Поліщук. – К.: Абрис, Інститут філософії імені Г.С. Сковороди НАУН, 2002.– 744с.

253.Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие [Пер. с нем. Д. Димитриев]; В 4-х томах. Т. – 4./ К. Фопель. – М.: Генезис, 1999. –160 с.

254.Фопель К. Чтобы дети были счастливы: Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста / К. Фопель. – М.: Генезис, 2005. – 255 с.

255.Хвостов В.М. Этика человеческого достоинства / В.М. Хвостов. – М.: Совершенство, 1998. –176 с.

256.Хлодовский Р.И. Гуманизм конца XIV – первой половины XV в.: [Итальянская литература] / Р.И.Хлодовский // История всемирной литературы: В 8 томах / АН СССР; Ин-т мировой лит. им. А.М. Горького. – М.: Наука, 1983–1994. – С. 89-92.

257.Холодкова О.Г. Предпосылки и генезис стремления к самосовершенствованию как компонента психологической культуры младших школьников: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Ольга Геннадьевна Холодкова. – Барнаул, 2000. – 164 с.

258.Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.– 208 с.

259.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2004. – 175 с.

260.Цукерман Г.А. Как учительская оценка влияет на детскую самооценку? / Г.А. Цукерман, Д.В. Гинзбург // Вестник Ассоциации «Развивающее обучение». – 1999. – №6. – С. 5-22.

261.Человек. Мыслители прошлого и настоящего о его жизни, смерти и бессмертии. XIX век. / сост. П. С. Гуревич. – М.: Республика, 1995. – 528 с.

262.Чепиков В.Т. Воспитание нравственных качеств младших школьников: учеб.-метод. пособие / В.Т. Чепиков. – Гродно: ГрГУ, 2001. – 189 с.

263.Чернышева Н.С. Методика изучения дифференцированной самооценки у детей младшего школьного возраста / Н.С. Чернышева // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология

. –1997.– № 3. – С. 22-32.

264.Чеснокова И.И. Проблемы самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. – М.: Наука, 1977. – 144 с.

265.Чиренко Н.В. Почуття власної гідності: критерії та показники / Н.В. Чиренко // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: зб. наук. праць. Вип. 12. Ін.-т проблем виховання. – К., 2008.– С. 115-119.

266.Чуб О.И. Воспитание достоинства личности ученика в образовательном процессе школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ Ольга Ивановна Чуб.– М., 2008.–22 с.

267.Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник / В.Б.Шапар. – Х.: Прапор, 2005. – 640 с.

268.Шаракшанэ С.А. Достоинство человека: опыт философско-антропологического осмысления: автореф. дис. ... канд. филос. наук: 09.00.13/ Сергей Абович Шаракшанэ. – Ростов н/Д, 2007.– 22 с.

269.Шаталов В.Ф. Точка опоры: Организационные основы экспериментальных исследований / В.Ф. Шаталов. – Мн.: Изд-во Университетское, 1990. – 224 с.

270.Швалб Ю. М. Возрастная психология: учеб. пособие [для студентов вузов и практических психологов] / Ю.М. Швалб, И.Ф. Муханова. –Донецк: Норд-Пресс, 2005. – 303 с.

271.Швецова М.Н. Соотношение самооценки учителя и стиля его взаимодействия с классом учащихся: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07/ Майя Николаевна Швецова. – М., 2000. – 13 с.

272.Шибутани Т. Я-концепция и чувство собственного достоинства/ Т.Шибутани// Самосознание и защитные механизмы личности. – Самара: «Бахра-М», 2000. – С. 220-232.

273.Шишкин А.Ф. О личном достоинстве и чести советского человека/ А.Ф. Шишкин // Вопросы философии. – 1962.– № 4.– С. 111-120.

274.Шишмакова Е.В. Воспитание достоинства личности младших школьников как условие их личностного саморазвития: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01/ Елена Владимировна Шишмакова. – Хабаровск, 1997. – 168 с.

275.Щеголева А.В. Педагогические условия развития у ребенка ценностного самоотношения (На материале обучения младших школьников английскому языку): дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01 /Анна Васильевна Щеголева.– Комсомольск-на-Амуре, 2000. – 194 с.

276.Щетинина А.М. Диагностика социального развития ребенка / А.М. Щетинина. – Великий Новгород: НовГУ имени Ярослава Мудрого, 2000.– 88 с.

277.Эриксон Э. Детство и общество; [Пер. с. англ] / Э. Эриксон. – СПб.: Ленато; АСТ; Университет.книга, 1996. – 592 с.

278.Юрій М.Ф. Етика: підручник / М.Ф. Юрій. – К.: Дакор, 2006.– 320 с.

279.Юрьева Л. Н. Кризисные состояния / Л. Н. Юрьева. – Днепропетровск: Арт-Пресс, 1998. – 162 с.

280.Якоби М. Стыд и истоки самоуважения / М.Якоби. – М.: ИАП, 2001. – 256 с.

281.Якобсон П. М. Эмоциональная жизнь школьника: психологический очерк / П.М. Якобсон. – М.: Просвещение, 1966. – 280 с.

- 282.Якобсон П.М. Психология чувств / П.М.Якобсон. – М.: АПН РСФСР, 1958.– 326 с .
- 283.Ярошевский М.Г. История психологии. От античности до середины XX века : учебное пособие/ М.Г. Ярошевский. – М.: «Академия», 1997.– 416 с.
- 284.Ясякевич Г.Я. Формирование гуманных отношений младших школьников во внеучебной деятельности: дис... канд. пед. наук: 13.00.01 / Гражина Янівна Ясякевич. – К., 1997. – 169с.
- 285.Яцюк Н.О. Особливості моральної рефлексії в молодшому шкільному віці: дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Наталія Олександрівна Яцюк. – К., 2008.– 207 с.
- 286.Bandura A. Self-Efficacy Mechanism in Human Agency/A.Bandura// American psychologist.– 1982– Vol. 3.– No. 2.– p. 122-147.
- 287.Coopersmit S. The antecedents of self-esteem/ S.Coopersmit.–N.Y.: Freeman, 1967.– 240 p.
- 288.Hattie J. Self –Concept / J.Hattie. – Hillsdale, New Jersey Howe and London, 1992.– 436 p.
- 289.Rogers K.R. Psychotherapy and personality change/ K.R. Rogers, R.F. Dymond. – Chicago, 1954.–344 p.
- 290.Rosenberg M. Conceiving the self/ M.Rosenberg –N.Y.:Basic Books, 1979. –350 p.
- 291.Vagner Maurice The Sensation of Being Somebody/ Maurice E. Vagner. – МІ.: Zondervan Publishing House,1975. – 325 p.

Додаток А

Методика «Виявлення усвідомленості різних компонентів мотиву».

(авт. О.В.Єрмолін та Є.П. Ільїн)

Досліджуваним пропонуються запитання-сюжети, які розкривають деякі життєві ситуації й на які їм необхідно дати відповіді. Матеріал методики являє собою бланк, на якому надруковані два варіанти завдань: Варіант А – незакінчені речення, варіант Б – запитання-сюжети.

Інструкція та лист опитування (варіант А).

Візьміть листок, підпишіть його. До кожного написаного речення вам необхідно придумати і записати продовження: чому б ви так чи інакше діяли, навіть якщо в вашому житті схожої ситуації не було.

1. Хоча я співаю не дуже добре, я погоджуся співати на шкільному концерті, тому що ...
2. Хоча я не дружу з Петром, я погодився провідати його дома, коли він захворів, тому що ...
3. Хоча я не дуже гарний спортсмен, я приймав участь в змаганнях, тому що ..
4. Хоча на вулиці було холодно, я не одягнув шапку, не дивлячись на умовляння батьків, тому що ..
5. Не дивлячись на те, що вода в озері була холодна, я погуляв тому що...
6. Не дивлячись на те, що я хотів спати, я продовжував вирішувати задачку, тому що ...
7. Я захотів пити і пішов на кухню, щоб ...

Інструкція та запитання-сюжети (варіант Б).

Зараз вам будуть запропоновані життєві ситуації. Уявіть себе їх дійовою особою і дайте відповідь на поставлені запитання до кожної ситуації:

1. Ти сидиш на уроці і пишеш. Твій сусід позаду вирішив пошуткувати і почав лоскотати твою шию та за вухом. Нарешті тобі це набридло, ти взяв(ла) книжку і стукнула(в) його по голові. В цей момент обертається вчителька і говорить суворо: «Ти чому його вдарив?». Що ти відповіси?
2. На вулиці слизько. Ти підійшов до бабусі й допоміг їй дійти до магазину. Чому ти так вчинив?
3. Дівчинка показала тобі язика, а ти у відповідь назвав(ла) її дурепою. Вчителька почула це і зробила тобі зауваження. Що ти скажеш вчительці у власне виправдання?
4. Ти сидиш на стадіоні, де відбуваються змагання з бігу. Коли побіг твій однокласник, ти почав(ла) кричати: «Давай! Давай!». Для чого ти кричиш?
5. Ти сидиш на концерті. Тобі не подобається, як заспівав пісню виконавець і ти почав(ла) свистіти чи виказувати незадоволення. На тебе почали озиратися ті, хто сидить поруч. Що ти відповіси в своє виправдання?
6. Ти не приготував домашнє завдання і, коли прийшов до класу, попросив сусідку по парті дати списати. Вона відповіла: «Самому потрібно було робити. Ти образився(лася) та насварилася на неї. Твої товариші почали присоромлювати тебе. Що ти скажеш їм у відповідь?»

Відповіді досліджуваних оцінюються за чотирма групами (категоріями):

- відповіді, які не зачіпають структуру мотиву (посилання на зовнішні обставини: наприклад, «він мені заважав», «відволікав», «він перший почав обзиватися» й т.п.; досліджуваний називає тільки власні дії, не пояснюючи власних мотивів: наприклад, «я би промовчав», «дав здачі» й т.п.);
- відповіді, які належать до блоку задоволення потреб (біологічні і соціальні потреби: наприклад, «хотів їсти, пити», «хотів погратися», «поділитися радістю»);
- відповіді, що належать до «внутрішнього фільтру» – моральний контроль (декларований: наприклад, «так треба ставитися до стареньких людей», «мене так вчили»; не декларований: наприклад, «тому що я по-іншому не можу вчинити», «поставив себе на його місце», «тому що йому потрібна була моя допомога»); оцінка зовнішньої ситуації, умов, зусиль, які необхідно докласти для розв'язання тієї чи іншої ситуації (наприклад, «на мене всі дивилися», «я так краще виглядаю», «звук так робити», «не було можливості»); оцінка своїх можливостей, знань, умінь, якостей (наприклад, «я можу це зробити», «я гарно бігаю»); оцінка психічних чи емоційних станів (наприклад, «мені це набридло», «було сумно», «я злякався»); прогнозування наслідків власних дій (наприклад, «міг отримати погану оцінку», «щоб не вигнали із зали»);
- відповіді, які відносяться до «цільового блоку» (наприклад, «отримати гарну оцінку», «допомогти зробити уроки», «zasлужити похвалу», «стати чемпіоном»).

Додаток Б

Методика «Сходинки моральної самооцінки»

(авт. В.Г. Щур, адапт. М.І. Заміщак)

Мета: виявити особливості моральної самооцінки якостей особистості молодшими школярами.

Інструкція: «Оцініть кожну якість особистості за 10-бальною шкалою, як ви вважаєте вона розвинута саме у вас. При цьому, 1 бал відображає оцінку якості, яка у вас, на вашу думку, майже не розвинута, а 10 балів – якщо дана якість у вас, на вашу думку, розвинута дуже добре. Проміжні бали (2-9) виражають ступінь розвинутості даної якості у вас. Будьте чесними».

Обробка результатів: підраховується середній бал за всіма якостями, оцінених учнем.

- 8-10 балів – висока самооцінка;
- 5-7 балів – середня самооцінка;
- 1-4 бали – низька самооцінка.

Бланк методики

Прізвище, ім'я _____ Клас _____ Школа _____

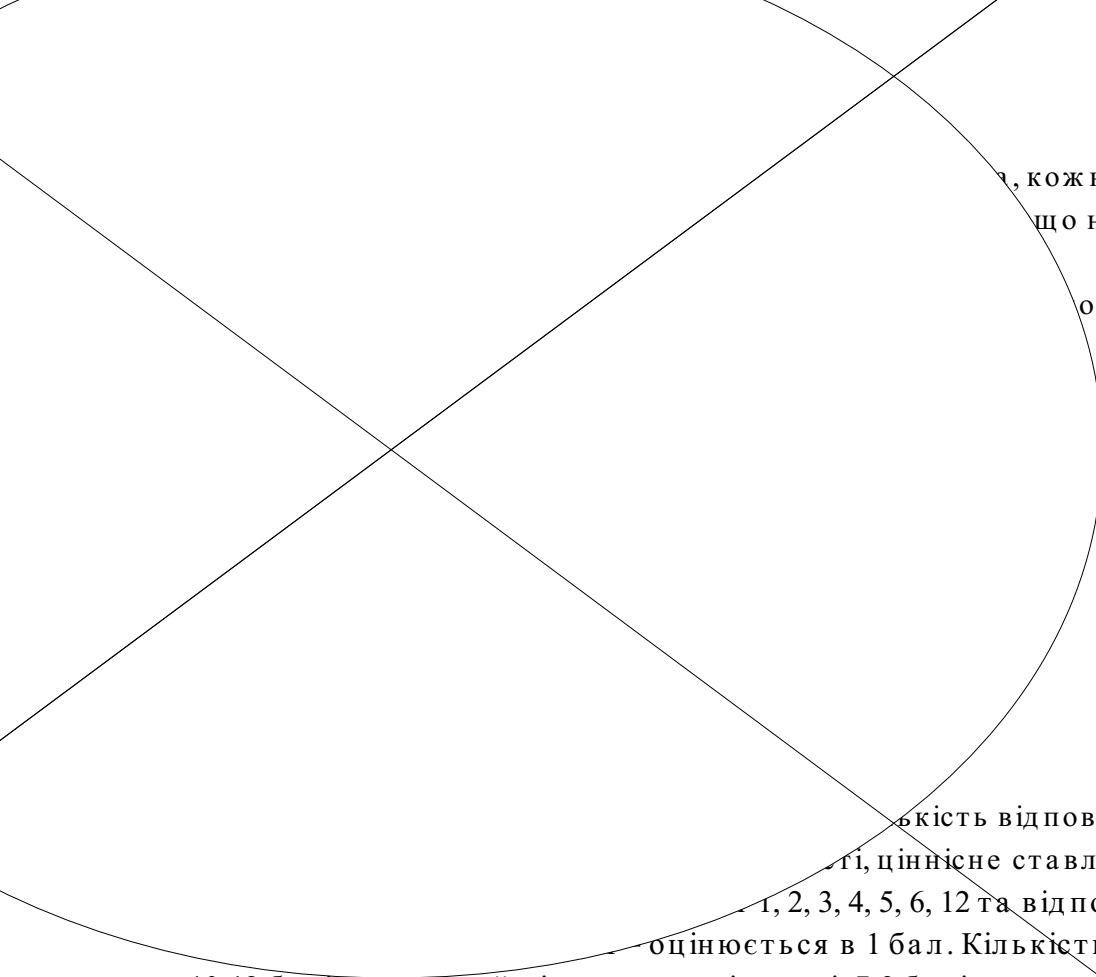
відповідальність самостійність справедливість доброта самоповага товариськість сміливість співчуття

Додаток В

Анкета «Моя самоцінність».

(автор М. Розенберг «Шкала самоповаги», модиф. Н.М. Білоусовою)

Мета: визначити рівень самоцінності у молодших школярів.



а, кожне висловлювання й дайте
що не погоджуєтесь. Будьте
одобаясь.

Кількість відповідей досліджуваного, що
ці, ціннісне ставлення до себе. Кожна
1, 2, 3, 4, 5, 6, 12 та відповідь «ні» на
оцінюється в 1 бал. Кількість балів підсумовуються:
10-12 балів – високий рівень самоцінності; 7-9 балів – середній рівень; нижче 6 балів
– низький рівень;

Високий рівень самоцінності відображає любов до себе, відчуття власної цінності й цінності власного «Я» для інших; прийняття дитиною себе такою, яка вона є, дружнє ставлення до себе, згоду з собою. Середній рівень характеризує учня з суперечливим ставленням до себе, неповним прийняттям себе як особистості, незадоволеністю собою в деяких сферах. Низький рівень передбачає сумніви щодо цінності власного «Я», неприйняття себе таким, який він є, характеризує учня, який незадоволений собою, не вважає себе цікавою особистістю.

Додаток Д

Методика «Коло самоповаги».

(автор Л. М. Рось)

Мета: виявити особливості самоповаги у молодших школярів.

Інструкція: «Перед вами намальовано коло, розділене на три частини. В кожній з цих частин записано те, за що людина може поважати себе: за свій характер, за свої уміння та здібності, за свої вчинки. Запишіть в кожній частині, за що саме ви поважаєте себе».

Обробка результатів: високий рівень самоповаги визначається, коли кожна частина кола заповнена відповідними характеристиками. Середньому рівню самоповаги відповідає наповненість двох частин кола. Низький рівень самоповаги фіксується, коли заповнена одна частина кола, або коли характеристики відсутні в усіх частинах.

Додаток Ж

Бланк спостереження за поведінкою молодшого школяра

(модифікація бланку оцінювання психологічного здоров'я дитини педагогом О.В. Хухлаєвої)

Прізвище, ім'я учня _____

Дата заповнення _____

Прояви в поведінці	Частота прояву			
	Завжди	Часто	Іноді	Ніколи
Приймає себе з усіма достоїнствами й недоліками				
Спокійно ставиться до зауважень, намагається виправитися				
Може посміятися над власними недоліками				
Діє впевнено, не боїться братися за нові справи				
Впевнений у власній привабливості, в тому, що цікавий для інших				
Має власну думку й не боїться її висловлювати				
Вважає себе здібним, умілим, талановитим				
Не намагається «догодити» вчителю чи іншим дорослим, щоб мати якісь переваги				
Не висміює недоліки інших, не принижує їх				
Вміє налагоджувати дружні стосунки з оточуючими				
В разі неуспіху не демонструє агресивну поведінку, не ображається на інших, не плаче				
Радіє за успіхи інших однокласників, дружелюбний				
В ситуаціях приниження чи тиску може дати відсіч кривднику				

Додаток З

Авторська проективна методика

«Життєві ситуації, в яких актуалізуються прояви почуття власної гідності»

Мета: виявити готовність молодшого школяра до захисту й відстоювання власного «Я» в ситуаціях приниження чи морального тиску.

Експериментальний матеріал. Стимулюючі життєві ситуації демонструються у вигляді малюнків, на яких зображені люди, серед яких є «кривдник» (вчитель,

однолітки, тато чи мама) та «постраждалий» (хлопчик чи дівчинка). Останній представляється такого ж віку, як і піддослідний для того, щоб він зміг поставити себе на місце «постраждалого», відрефлексувати ті емоції, які може пережити в конкретній ситуації та запропонувати певні дії. Загальними для всіх представлених життєвих ситуацій є знаходження персонажа в ситуації приниження, яке відбувається в вербальній формі (крики, ображення, лайка) чи фізичній (замахування, кидання сніжками, використання ременя). Методика проводиться індивідуально з кожною дитиною. Результати діагностики фіксуються експертом на спеціально розробленому бланку.

Завдання, які пропонуються респондентам:

1. Поясни, які емоції чи почуття переживає в цій ситуації хлопчик (дівчинка)?
2. Скажи, як, на твою думку, він (вона) буде діяти в цій ситуації?
3. Уяви себе на місці цього учня чи учениці. Як би ти вчинив?

Інструкція: «Ми з тобою розглянемо малюнки, на яких зображено хлопчика чи дівчинку твого віку із яким(ою) щось відбувається. Спробуй поставити себе на його(її) місце і передбачити, що він(вона) буде переживати та як діяти. А потім я попрошу тебе сказати, як би ти діяв(ла) в такій ситуації. Всі твої висловлювання є важливими і не існує «правильних» чи «неправильних» відповідей. Я буду їх записувати, тому що вони є дуже цінними для нас».

Обробка результатів:

В разі правильної інтерпретації емоційного стану «постраждалого» відповідь оцінюється в 2 бали (максимальна кількість балів –12), неповне розуміння емоційного стану «постраждалого» оцінюється в 1 бал, неправильне розуміння – в 0 балів.

Опис поведінкових реакцій учня (чи передбачення власної поведінки), спрямованих на самозахист в конструктивній формі (небажання терпіти таку ситуацію («вийду з класу», «пиду до директора», «зупиню руку, того хто замахується») чи вербальному захисті власного «Я» («Мені це не подобається», «Не кричи на мене», «Я не такий» і т.п.) оцінюється в 2 бали за кожну ситуацію (максимальна кількість балів –12) та захист себе в неконструктивній формі (агресивна форма самозахисту в вигляді фізичного покарання кривдника чи вербального негативізму – крик, образа, обзивання; залучення допомоги інших (батьків, вчителя); втеча – як спосіб вийти із ситуації (можливо через переживання почуття страху) оцінюється в 1 бал. Всі інші форми реагування, в яких відсутній самозахист (ігнорування як форма нереагування на ситуацію приниження; відсутність будь-яких активних дій по відношенню до «кривдника»; визнання власної провини чи недосконалості й відповідної установки виправитися, як форма звинувачення себе в недосконалості, невідповідності вимогам інших, знецінення власної особистості; переживання негативних емоцій, внутрішній дискомфорт, образа без активних зовнішніх дій) оцінюються в 0 балів.

Таким чином, окремо оцінюється усвідомлення ситуації приниження (максимальна кількість – 12 балів) та здатність протистояти й захищати власну гідність в ситуаціях приниження (максимальна кількість також 12 балів).

Високий рівень готовності молодшого школяра до захисту й відстоювання власного «Я» в ситуаціях приниження чи морального тиску виявляється коли

досліджуваний розуміє (в усіх пред'явлених ситуаціях), що «постраждалий» переживає приниження, демонструє тип реакції в формі вербального протистояння «кривднику» чи фізичного захисту



В
конс
трукт
ивній

форм
із
усіма
суб'є
ктам
и

взаємодії: педагогами, батьками, однолітками без допомоги експерта; середній рівень – досліджуваний інтерпретує не всі ситуації як принизливі; демонструє готовність захищати себе в ситуаціях, в яких відсутній тиск авторитетних дорослих, а саме: в протистоянні лише одноліткам та демонструє реакції самозахисту в неконструктивних формах; виконує завдання з незначною допомогою експерта; низький рівень – учень не інтерпретує представлені ситуації як принизливі; висловлює неконструктивні способи реагування на запропоновані ситуації чи взагалі не демонструє ніяких форм самозахисту.

Стимулюючий матеріал

Рис. 1

Рис. 2

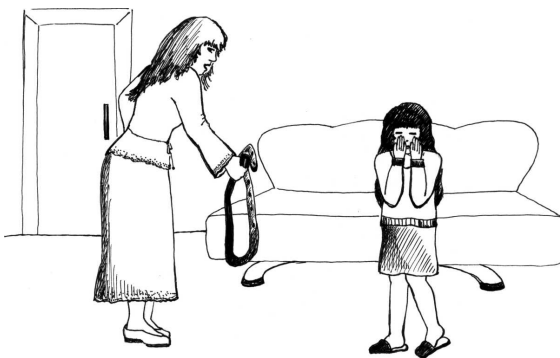


Рис. 3

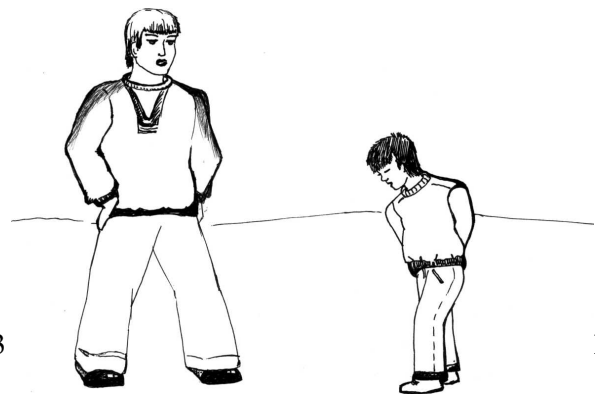


Рис. 4

Рис. 5

Рис. 6

Бланк відповідей

№ рис.	Ситуації	Висловлювання			Бали
		Що відчуває учень(ця)	Що він (вона) буде робити	Щоб ти зробив(ла) у такій ситуації	
1	Вчителька кричить на дівчину, стукає по парті, замахується на неї				
2	Вчителька незадоволена відповіддю учениці і говорить їй, що вона тупа, лінива, погана				
3	Хлопець зробив підніжку учню і коли той упав, кидає в нього сніжками				
4	Однокласники говорять про учня неприємні слова, обзивають його				
5	Мама хоче покарати доньку ременем				
6	Батько називає сина невдахою, тупим, нікчемою				

Додаток К
Методика на дослідження рівня самооцінки Т.Дембо-С.Рубінштейн
 (модиф. Г.М.Прихожан).

Експериментальний матеріал.

Бланк методики з вісьмома вертикальними лініями, які являють собою біполярні шкали. Довжина кожної лінії – 100 мм. Верх і низ лінії відмічені рисочками, середина – лінією. Кожна лінія має назву зверху та знизу:

Бланк методики

Прізвище, ім'я _____ Клас _____ Школа _____

Здоровий	Розумний	Охайний	Є друзі	Умілий	Добрий	Гарний учень	Веселий
Хворий	Нерозумний	Неохайний	Немає друзів	Невмілий	Злий	Поганий учень	Нудний

Інструкція:

Перед вами лінії на яких написано, що кожна з них означає. Оцініть себе по кожній із запропонованих тут якостей, сторін особистості й рисочкою (-) відмітьте цю самооцінку: нижня частина лінії вказує на найнижчу оцінку себе, а верхня – на найвищу.

Порядок проведення.

Методика може проводитись як фронтально (з цілим класом чи групою школярів), так й індивідуально (з кожним учнем). При фронтальній роботі після роздачі бланків школярам пропонується повідомити інструкцію і відповісти на всі питання, які задають школярі. Після цього дітям пропонується виконати завдання по першій шкалі («здоровий – хворий»), яка є тренувальною і не оцінюється під час обробки результатів. Потім слід перевірити, як кожен учень виконав завдання на першій шкалі, звернувши увагу на правильність використання значків та точне розуміння інструкції. Після цього учні працюють самостійно.

Обробка результатів.

Обробці підлягають результати 1-7 шкал. Шкала «здоров'я» розглядається як тренувальна й у загальну оцінку не входить. За необхідності дані по ній аналізуються окремо. Для зручності підрахунку оцінки переводяться в бали. Як уже відмічалось, розміри кожної шкали 100 мм, у відповідності з цим нараховуються бали (наприклад, 54 мм = 54 балам). Визначається середня міра самооцінки за всіма шкалами, яка й аналізується.

Оцінка та інтерпретація результатів:

Для оцінки середні дані досліджуваного та його результати по кожній шкалі порівнюються із стандартними значеннями, що наведені нижче:

Низький рівень самооцінки – менше 61 бала

Середній рівень – 61-72 бали

Високий рівень – 73-85 балів

Дуже високий – 86-100 балів

Низькою самооцінкою у дівчаток вважається 0-60 балів і 0-52 бали у хлопчиків, середній рівень самооцінки – відповідно 61-80 балів (дівчата), 53-67 балів (хлопчики), високий рівень – 81-92 бали (дівчата) й 68-89 балів (хлопчики) та занадто високий – 92-100 балів (дівчата) й 90-100 балів (хлопчики).

Додаток Л
**Дослідження диференційованої самооцінки за допомогою
 «Шкали оцінки власної компетентності С.Хартер»**

(адаптована Н.С.Чернишовою).

Мета: виявити оцінку дітьми власної умілості («компетентності») в найбільш значущих сферах шкільного життя: навчальній діяльності, спілкуванні з однолітками, занятті спортом і рухливими іграми, а також загальний рівень самоприйняття.

Порядок проведення.

Методика проводиться як в груповій, так і в індивідуальній формі. Експериментатор зачитує дитині пару тверджень і просить вибрати, яке з них більше підходить для неї. Після цього уточнюється, чи є вибраний варіант правильним у будь-якій ситуації (відповідь «завжди вірно») чи зустрічається не завжди (відповідь «можливо»). У відповідності до цього в бланку відповідей відмічається одна з цифр. Розуміння дитиною інструкції перевіряється на першій парі тверджень. Дослідження займає 12-35 хв., в залежності від індивідуальних особливостей дітей.

Обробка результатів.

Методика включає чотири субшкали, за допомогою яких виявляються наступні компетентності.

1. *Пізнавальна компетентність* – навчальна активність та засвоєння знань: легкість отримання хорошої оцінки («Діти, яким хорошу оцінку отримати легко» – «Діти, яким хорошу оцінку отримати важко»), винахідливість у відшукуванні відповіді, швидкість розуміння прочитаного (п.1,5,9,13,17,21,25).
2. *Компетентність у спілкуванні з однолітками* – успішність взаємодії з однолітками: кількість друзів, популярність серед однолітків («Діти, з якими всі хочуть гратися» – «Діти, з якими граються лише близькі друзі»), вміння подібатись оточуючим (п.2,6,10,14,18,22,26).
3. *Компетентність в позанавчальній діяльності* – шкільні, але не навчальні справи: вибір ігор, вибір в команду для гри («Діти, яких одразу вибирають в команду для гри» – «Діти, яких не одразу вибирають в команду для гри»), вміння швидко бігати (п.3,7,11,15,19,23,27).
4. *Загальне самоприйняття* – особливості й ступінь самоприйняття дитини: впевненість у собі, правильність поведінки, стремління бути несхожим на інших («Діти, які хочуть бути такими, як усі» – «Діти, які хочуть бути несхожими на інших») (п. 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28).

Кожна субшкала включає сім завдань, тобто всього 28 пар тверджень. Половина з них передбачає високий рівень компетентності, друга половина – низький. Досліджуваний повинен вибрати одне з двох тверджень, яке найбільше близьке йому. Після вибору слід уточнити, чи є ця відповідь правильною в будь-якій ситуації, або лише у деяких випадках.

У випадку відповіді «завжди вірно» за максимально несприятливу відповідь нараховується 1 бал, за максимально сприятливу – 4 бали. У випадку вибору відповіді «можливо» при несприятливому варіанті нараховується 2 бали, а при сприятливому – 3 бали.

Бланк відповідей

Прізвище, ім'я _____

№ п/п	Твердження	Оцінка				Твердження
		Завжди вірно	Можливо	Можливо	Завжди вірно	
1	Діти, яким гарну оцінку отримати легко	4	3	2	1	Діти, яким гарну оцінку отримати важко
2	Діти, яким важко знайти друга, у них мало друзів	1	2	3	4	Діти, у яких багато друзів
3	Діти, які вміють і люблять грати в різні ігри	4	3	2	1	Діти, які граються не в усі ігри
4	Діти, які дуже невпевнені в собі	1	2	3	4	Діти, які завжди впевнені в собі
5	Діти, у яких в школі бувають неприємності	1	2	3	4	Діти, в яких у школі все гарно
6	Діти, з якими всі хочуть гратися	4	3	2	1	Діти, з якими граються лише близькі друзі
7	Діти, які погано граються, але отримують гарні оцінки	1	2	3	4	Діти, які не дуже гарно вчаться, але гарно граються
8	Діти, які завжди вчиняють правильно	4	3	2	1	Діти, які іноді помиляються
9	Винахідливий швидкі діти	4	3	2	1	Діти, яким треба подумати, щоб правильно відповісти
10	Діти, які подобаються не всім, а лише тим, хто їх близько знає	1	2	3	4	Діти, які подобаються всім
11	Діти, які люблять нові ігри	4	3	2	1	Діти, які люблять знайомі ігри
12	Діти, які іноді погано себе поведуть	1	2	3	4	Діти, які завжди поведуть себе добре
13	Діти, які на уроці правильно виконують завдання	4	3	2	1	Діти, які не відразу правильно виконують роботу в класі
14	Діти, які люблять гратися з усіма разом	4	3	2	1	Діти, які рідко граються з усіма й більше тримаються осторонь
15	Діти, які погано, повільно бігають	1	2	3	4	Діти, які швидко бігають
16	Діти, яким часто роблять зауваження за поведінку	1	2	3	4	Діти, яких часто хвалять за гарну поведінку
17	Діти, які швидко виконують домашнє завдання	4	3	2	1	Діти, які довго виконують домашнє завдання
18	Діти, з якими важко дружити	1	2	3	4	Діти, з якими можна відразу подружитися
19	Діти, яких відразу вибирають в команду для гри	4	3	2	1	Діти, яких не відразу вибирають в команду для гри
20	Діти, яким часто говорять, що вони гарні	4	3	2	1	Діти, яким рідко говорять, що вони гарні
21	Діти, які забувають те, що вони вивчили	1	2	3	4	Діти, які гарно пам'ятають, що вони вивчали
22	Діти, які самі пропонують в яку гру грати	4	3	2	1	Діти, яким пропонують в яку гру грати
23	Діти, яким більше подобається дивитися, як грають інші	1	2	3	4	Діти, яким хочеться гратися, а не спостерігати за грою інших
24		4	3	2	1	Діти, у яких бувають невдачі

	Діти, які все роблять чудово, у них все виходить					
25	Діти, які швидко розуміють, що вони прочитали	4	3	2	1	Діти, які не завжди розуміють те, що прочитали
26	Діти, які не люблять грати з усіма	1	2	3	4	Діти, які з задоволенням граються з усіма
27	Діти, які люблять виконувати доручення вчителя	4	3	2	1	Діти, яким не подобаються доручення вчителя
28	Діти, які хочуть бути такими, як усі	1	2	3	4	Діти, які хочуть бути несхожими на інших

Оцінка результатів

За кожною шкалою самооцінка дитини оцінюється наступним чином:

- 7-10 – низька самооцінка;
- 11-14 – середньо-низька самооцінка;
- 15-19 – середня самооцінка;
- 20-23 – середньо-висока самооцінка;
- 24-28 – висока самооцінка.

Як орієнтовна може використовуватись сумарна оцінка за всіма субшкалами. Відповідно, дані можуть розташовуватись в інтервалі від 28 до 112 балів.

Цілеспрямоване спостереження за навчальним процесом учнів

(розроблено Н.Г.Ємузовою)

Мета: визначити профіль лінії поведінки учня, який відображає самоприйняття чи самовідторгнення (Блок А); самовираження в доброчинності чи самовираження в зверхності (Блок В); саморозвиток чи самообмеження (Блок Г) та самоствердження в соціально придатному розкритті власної особистості чи самоствердження в соціально непридатному захисті особистості (Блок Д). Карта спостереження складається із бланка, на якому фіксуються результати спостереження та перелік елементарних фрагментів поведінки учнів.

Блок А**Самовідторгнення - Самоприйняття**

1. Намагається бути непоміченим, зовнішньо пасивний.
- 1а. Активний, весь час на виду.
2. Не проявляє інтересу до справ у класі, до колективних форм роботи і до розширення взаємодії.
- 2а. Проявляє інтерес до всього, що відбувається в класі, дає поради, оцінку обставинам.
3. Коло спілкування в класі обмежений, залежний від думки оточуючих про себе.
- 3а. Вільно спілкується з усіма, самокритичний.
4. Уникає розмов, «замкнутий».
- 4а. Вимагає уваги, проявляє ініціативу.
5. Під час розмов чи при відповідях на уроках хвилюється, збивається з теми.
- 5а. Впевнено почувається під час розмов, не губиться в складних ситуаціях.
6. Хворобливо переживає зауваження, неуспіх в навчанні.
- 6а. Спокійно ставиться до зауважень, неуспіх в навчанні сприймається як тимчасове явище.
7. Впевнений в своїй непривабливості, нецікавості для оточуючих, схильний до самоізоляції, відсторонення від загальних справ.
- 7а. Впевнений в своїй привабливості, цікавості для інших, спрямований на надання й прийняття допомоги, намагається бути ініціатором загальних справ.

Блок В**Самовираження в зверхності – самовираження в доброчинності**

1. Намагається бути важливою «фігурою» в класі, ухиляється від надання допомоги, жадібний.
- 1а. Схильний до надання допомоги, щедро ділиться з усіма всім, що має та що знає.
2. Схильний висміювати інших, їх недоліки.
- 2а. Проявляє піклування про інших, заступається за слабких.
3. На неуспіх, поразку реагує агресивно, виражає незгоду із результатами, злиться.
- 3а. Здатний визнати власну поразку, розділяє радість успіху іншого, схильний мирним шляхом вирішувати конфлікти.
4. Недовірливий, скритний, злопам'ятний, нещирий з оточуючими.
- 4а. Добрий, довірливий, відкритий в спілкуванні, щирий з оточуючими.
5. Образливий, конфліктний, відкрито демонструє незадоволення з будь-якого приводу.

- 5а. Швидко відходить, неконфліктний, невдачі пов'язує з власними помилками та недопрацюванням.
- 6. Схильний до приниження оточуючих, жорстокий.
- 6а. Не терпить насильство над собою та над іншими.
- 7. Ігнорує прохання оточуючих.
- 7а. Уважний до прохань оточуючих.

Блок Г

Самообмеження – саморозвиток

- 1. Перекладає відповідальність за недосягнуті бажані результати в навчанні на обставини чи завищені вимоги вчителя.
- 1а. Критично і вірно оцінює власні реальні досягнення в навчанні.
- 2. Безвідповідальний.
- 2а. Вимогливий до себе.
- 3. Сконцентрований на собі, в навчанні не бачить для себе можливостей для самореалізації.
- 3а. Вміє бачити у власних успіхах заслуги інших, здатний самореалізовуватися в навчанні.
- 4. Коло спілкування обмежене.
- 4а. Різноманітне коло інтересів та спілкування.
- 5. Освіта не є ціннісним орієнтиром.
- 5а. Проектує себе в майбутньому як освічену людину.
- 6. Навчання – важкий обов'язок.
- 6а. В навчанні самореалізується.
- 7. В навчанні залежний, пасивний.
- 7а. В навчанні ініціативний, самостійний.

Блок Д

Самоствердження в соціально непридатному захисті особистості – самоствердження в соціально придатному розкритті власної особистості

- 1. Переживає страх щодо власної безпомічності (все має бути під контролем), ігнорує допомогу, уникає відповідальності.
- 1а. Виявляє старанність, відповідальний за власні справи та вчинки.
- 2. Занадто впертий у стосунках з однокласниками та вчителями.
- 2а. Поступливий.
- 3. В конфліктних ситуаціях егоїстичний, наполягає на своєму.
- 3а. В конфліктних ситуаціях толерантний.
- 4. Меркантильний у взаєминах з оточуючими.
- 4а. Безкорисливий у взаєминах з однокласниками та вчителями.
- 5. Володарюючий у дружніх стосунках.
- 5а. Дружелюбний, доброзичливий.
- 6. Схильний до авантюризму, негативного впливу.
- 6а. Порядний, стійкий до негативного впливу.
- 7. Схильний до деспотичності, знецінення інших.
- 7а. Великодушний, не зазіхає на права іншого та на його самоцінність.

Карта спостереження

Прізвище _____ Клас _____ Дата: з ____ по _____

Блок А	Блок В	Блок Г	Блок Д
1 1а	1 1а	1 1а	1 1а
2 2а	2 2а	2 2а	2 2а
3 3а	3 3а	3 3а	3 3а
4 4а	4 4а	4 4а	4 4а
5 5а	5 5а	5 5а	5 5а
6 6а	6 6а	6 6а	6 6а
7 7а	7 7а	7 7а	7 7а

Тренінгові заняття з батьками**Тренінгове заняття №1. Тема: «Які ми батьки?».**

Мета: проаналізувати сильні й слабкі сторони себе, як батьків; формувати бажання самовдосконалюватися з метою покращення взаємостосунків з дітьми.

Хід зустрічі:

1. Привітання.

2. Знайомство. Учасники по черзі за одну хвилину (для фіксування часу можна використовувати пісочний годинник) розповідають про власну сім'ю від імені своїх дітей. Наприклад, мама, яка виховує доньку по імені Маша говорить: «Я – Маша. Я живу с татом і мамою. Мої батьки мене люблять і я їх люблю. Я щаслива, що в мене дружна, міцна сім'я і т.п.».

3. Виявлення очікувань. Учасникам роздаються папірці, що клеяться, на яких записуються ті результати, які батьки очікують від тренінгу. Потім по черзі вони озвучують власні очікування і приклеюють їх на плакаті з надписом: «Мої очікування від тренінгу».

4. Вправа «Говорю-слухаю». Інструкція: Учасники розбиваються на пари. Один з них повідомляє про свої складності в спілкуванні з дитиною, а інший мовчки його слухає. Потім міняються місцями. Другий етап вправи – учасники один одному повідомляють про свої сильні сторони в спілкуванні з дитиною.

5. Міні-твір на тему: «Яка я мама», «Який я тато». Після виконання завдання твори можна прочитати в міні-групах і обговорити їх.

6. Вправа «Кошик для сміття». Інструкція: Батьки записують якості, які заважають їм у спілкуванні з власною дитиною; складають їх у кошик для сміття і підпалюють, символічно звільняючись від негативу. Після цього записують ті якості, які вони хочуть набути взамін і які допоможуть їм будувати позитивні, дружні стосунки з дітьми.

7. Вправа: «Аналіз батьківських установок». Інструкція: Ведучий інформує учасників про те, що в кожній сім'ї є установки, які впливають на здатність людини до сприйняття ситуацій та на її поведінку. Часто установки переходять від покоління до покоління, одні з них допомагають в вирішенні життєвих ситуацій, але є й ті, які діють негативно. Наприклад, установка: «Ми бідні, але горді». Учасників просять пригадати і розповісти:

- Які установки від батьків, бабусь, дідусів вони отримали?
- Яким чином ці установки вплинули на їх життя?
- Які з цих установок вони хотіли б передати власним дітям?
- Як ці установки можуть впливати на їх життя?

8. Рефлексія. Батьки аналізують: що нового вони дізналися на тренінгу; що було для них особливо важливим; які відкриття зробили для себе; що будуть втілювати в життя.

Тренінгове заняття № 2. Тема: «Безумовна любов».

Мета: формування соціально-психологічної компетентності батьків у спілкуванні з власними дітьми, усвідомлення важливості виховання дитини на основі безумовної любові та прийняття.

Хід зустрічі:

1.Привітання.

2.Повідомлення теми тренінгу. Слова психолога: «Соціально-психологічна компетентність батьків включає знання вікових особливостей періоду молодшого шкільного віку та індивідуальних рис своїх дітей; уміння адекватно реагувати на ту чи іншу поведінку дитини; уміння вибирати адекватну форму спілкування в різних ситуаціях».

Далі психолог повідомляє тему заняття і пропонує батькам дати визначення, що таке «безумовна любов». Після цього психолог може зробити висновок: «Безумовна любов – це любити без всяких умов. Так просто й так складно. Я люблю тебе тому, що ти є. Тому що ти народився і живеш. Такий, який ти є. Це ж так просто! Я люблю тебе, хоча мені іноді не подобається те, що ти робиш, я можу злитися на тебе, сваритися із тобою, не погоджуватися, але любити. Любити всю твою сутність. Це ж так складно! Тому що тоді мені необхідно буде визнавати в тобі особистість, вірити в твою здатність керувати собою, дозволяти тобі помилятися, навчитися довіряти твоїй і своїй мудрості, припинити контролювати кожен твій крок і подих. Зате мені можна пізнати тебе, побачити твій світ, можна бути впевненою(им), що ти справишся, приймати участь в тому, як ти будеш будувати власну долю, встигати жити своїм життям, радіти за тебе, і бути при цьому гарним батьком чи мамою. Це ж так просто! Тим, кому пощастило отримати досвід безумовної любові як подарунок, живуть з відчуттям, що вони – гарні, що вони – цінні й унікальні. Вони впевнені в собі і багато чого досягають, тому що не бояться. Тому що світ навколо них теж хороший».

3.Вправа «Якщо дитину . . .» (на основі порад І.Млодик) [132].

Інструкція: Батьки по черзі беруть папірці на яких написана перша частина твердження і продовжують їх:

Якщо дитину часто критикувати – вона вчиться . . . (засуджувати).

Якщо дитині часто демонструвати ворожість – вона вчиться . . . (битися).

Якщо дитину часто висміюють – вона вчиться бути . . . (агресивною, невпевненою).

Якщо дитину часто принижують – вона вчиться відчувати себе . . . (винною).

Якщо дитину часто підбадьорюють – вона вчиться . . . (впевненості в собі, гарно до себе ставитися).

Якщо дитину часто хвалять – вона вчиться . . . (пишатися собою).

Якщо з дитиною чесні – вона вчиться (довіряти, справедливості).

Якщо дитина живе з відчуттям безпеки – вона вчиться . . . (довіряти).

Якщо дитина живе в атмосфері любові і відчуває себе потрібною – вона вчиться (знаходити в цьому світі любов, поважати себе).

4. Вправа «Любити – це . . .» Інструкція: Учасники розділяються на підгрупи і придумують якомога більше визначень, що означає любити дитину. Після цього ведучий може додати наступні висловлювання: «вважати її рівною; вважати її вільною; довіряти їй навіть тоді, коли вона помиляється; вірити в її мудрість і силу; бути чесною з нею; дозволяти бути собою (жвавою, слабкою, смішною, нерозумною, недосконалою і т. ін.)».

5.Вправа «Мудрі батьки». Інструкція: Учасники спільно розробляють правила як виховувати дитину, щоб вона цінувала себе, поважала себе, пишалася собою. Після цього психолог може надати рекомендації: «Просте запитання: «Чого ти хочеш?»

привчить вашу дитину прислухатися до себе; «А для чого тобі це потрібно?» дозволяє з'ясувати, чи це бажання істинне, чи деструктивне?; «Якщо у тебе це буде, то що?» вчить дитину передбачати наслідки своїх дій. Отже, віра в свою дитину, її можливості й таланти допоможе їй вирости тією людиною, якою їй призначено бути. І ми батьки маємо надати наступну установку своїй дитині: «Світу не потрібен ще один Шевченко, Репін чи Клічко, йому потрібен Ти! Твоя унікальність, неповторність, індивідуальність. Тому що у кожній людині своя місія на Землі».

б. Повідомлення психолога на тему: «Як показати свою любов дитині».

Контакт очима. Це можливість проявляти теплі почуття один до одного. Малюки, які позбавлені люблячого погляду мами, частіше хворіють, гірше розвиваються. Тривожні й невпевнені діти більше за все потребують, щоб з ними налагоджували контакт очима, тоді вони відчують себе важливими, потрібними. Уважніше за все нас слухає дитина, коли ми дивимося їй в очі.

Фізичний контакт. Це ще один спосіб наповнити емоційний резервуар дитини, коли ми обнімаємо, гладимо, торкаємося, притискаємо дитину, вона переконується в наших почуттях до неї, нашої любові та прив'язаності.

Увага. Коли ви уважно вислуховуєте дитину, повністю зосереджені на ній, ні на що не відволікаєтесь, вона відчуває любов до себе, те, що вона єдина така, особлива. Також ви приділяєте увагу дитині, коли проводите з нею час. Це може бути сумісна гра, подорож, довірлива бесіда, похід в кафе, кіно, театр, читання історії, казки, перегляд улюбленого фільму і т. ін. Навіть при великому завантаженні необхідно знайти час для дитини. В сім'ях, в яких виховується більше однієї дитини, психологи рекомендують кожній з них окремо приділити увагу, поспілкуватися, погратися, почитати і т. ін. Після цієї інформації батькам пропонується намалювати коло і в ньому позначити сектори: контакт очима, фізичний контакт, увага та наскільки часто вони застосовуються під час взаємодії з їхньою дитиною.

б. Вправа: «Придумай способи прояву любові до дитини». Інструкція: Батьки розділяються на підгрупи і придумують форми проявів любові до дитини за наступними напрямками: фізичний контакт, проведення часу, фрази і слова.

7. Рефлексія. Відбувається обговорення результатів тренінгу та формулюються визначення: що таке безумовна любов? «Безумовна любов – це любов, яка не залежить від: зовнішності, здібностей, недоліків, очікувань, поведінки. В глибині душі ми – батьки можемо відчувати безумну любов до своєї дитини, але їй цього недостатньо. Саме через нашу поведінку, наші слова, інтонації, дотики дитина відчуває нашу любов до себе».

Тренінгове заняття № 3. Тема: «Моя дитина – успішна!».

Мета: формувати позитивне уявлення про дітей та вчити їх бути успішними, вірити у власні можливості.

Хід зустрічі:

1. Привітання.

2. Повідомлення теми тренінгу. Обговорення питання: «Яку людину можна назвати успішною?».

3. Техніка: «Як створюється ситуація успіху?». Психолог представляє схему, як спілкуватися з дитиною, щоб вона виростила успішною особистістю:
При переживанні дитиною страху → «Так буває, що люди бояться . . . це нормально»

Завуальована інструкція → «Ти ж пам'ятаєш, що . . .» .

Авансування → «У тебе вийде . . .».

Персональна винятковість → «Лише у тебе й може вийти . . .».

Підсилення мотивації → «Мені так потрібна твоя допомога . . .».

Висока оцінка → «Ось цю роботу ти виконав чудово!».

Учасникам необхідно на кожен прийом придумати ще по декілька фраз і після цього поділитися власним досвідом з даного питання.

4. Вправа: «Як навчити дитину ставити мету». Спочатку обговорюється запитання: «Чому будь-якій людині важливо мати мету?» Після обговорення даного питання психолог рекомендує наступне: «Допомагайте дітям визначити мету – особисту, сімейну, шкільну, милосердну, суспільну, національну. Мета має бути самої дитини, а не її батьків, тому що лише власна мета додає сили, енергію, бажання її досягати. Мета має бути:

- 1) зрозумілою, щоб чітко можна було уявити перші кроки для її досягнення;
- 2) правдоподібною;
- 3) такою, що можна досягти своїми власними силами та здібностями. (Якщо дитина має «2» з математики, то за I чверть «5» вона не отримає, а от принаймні «4» за рік — може);
- 4) контрольованою, щоб її можна було вимірювати. Наприклад: «Я збираюсь написати 10 сторінок твору до 15 години суботи». І коли приходить вказаний день і час, вже ясно, чи досяг ти мети, чи ні;
- 5) бажаною. Людина багато чого може досягти, якщо має щире бажання.

Після інформації психолога учасники тренінгу розбиваються по парах і у формі рольової гри показують як вони будуть вчити свою дитину визначати й досягати мети.

5. Вправа «Моя дитина – переможець!». Інструкція. Кожен учасник по черзі витягає із коробочки листочки з фразами й зачитує їх уголос. Фрази-твердження, які формують сценарій Переможця: «Я пишаюся тобою. Я вірю в тебе. Ти зможеш. Ти чудовий. В тебе обов'язково вийде. Я щасливий, що ти у мене є. Я люблю тебе таким який ти є. Ти завжди можеш розраховувати на мою підтримку. Я радий за тебе. Я переповнений гордістю за тебе. З тобою гарно! Ти важливий для мене. Ти особливий. Мені подобається слухати тебе, обнімати, говорити з тобою. Я радий провести день з тобою. Вдячна Вищим силам, за те, що ти у мене є. Мені подобається, як ти виконав цю роботу».

6. Вправа «Установки». Слова психолога: «Установка – це позитивна заява про те, якими ми можемо стати. Установки спрямовані в підсвідомість як протидія тому негативу, який ми напрацювали в собі самі чи перейняли від інших. Майже все, що ми хотіли б в собі змінити, може бути змінено за допомогою установок. Установки можуть звучати наступним чином: «Я люблю себе», «Я відчуває тепло і любов до себе», «Я приймаю себе повністю». Наша підсвідомість дуже сприйнятлива до зорових образів, тому установки, підкріплені ілюстраціями чи картинками несуть

сильний емоційний заряд».

Учасники розподіляються на підгрупи і формулюють установки, яким можна навчити дітей, щоб вони стали впевненішими в собі, мали високу самооцінку, ще більше поважали себе.

7. Рефлексія. Відбувається обговорення результатів тренінгу.

Тренінгове заняття № 4. Тема: «Я виховую дитину з почуттям власної гідності».

Мета: виявити основні якості людини з почуттям власної гідності, вчитися підтримувати гідність власної дитини.

Хід зустрічі:

1. Привітання.

2. Повідомлення теми зустрічі.

3. Вправа «Мозковий штурм». Учасники висловлюють думки, як вони вважають, що таке почуття власної гідності. Після цього «малюють» словесний портрет дитини з пвг.

4. Бесіда: «Що допомагає розвивати та підтримувати почуття власної гідності у дитини?»:

1. Неформальний підхід (вміння поговорити «по душам»):

– ставитися до дитини як до близького друга;

– вислуховувати дитину, не перериваючи, не засуджуючи її почуття (почуття не можуть бути правильними чи неправильними – вони передають той внутрішній стан, який переживає дитина);

– використовувати фрази, що демонструють визнання індивідуальності дитини: «Ти чудовий», «Мені подобається, твоя думка» . . .

– домовлятися з дитиною, як вона хоче провести час з вами, чим зайнятися, про що поговорити;

– дозволяти дитині бути лідером в деяких ситуаціях (наприклад, навчити вас грати в її улюблену гру на комп'ютері);

– неформальний підхід дозволить дитині відчути себе: **УЛЮБЛЕНОЮ, ВАЖЛИВОЮ, ПОЧУТОЮ, ПРИЙНЯТОЮ, ЦІННОЮ.**

2. Вчити дитину сприймати помилки як уроки. Усвідомлення, що помилка це частина процесу росту й пізнання. Вчити помилки виправляти. Завжди можна залагодити власну провину – не звинувачувати чи карати себе, а діяти (попросити вибачення, полагодити те, що поламав чи купити новий предмет за свої «кишенькові кошти»).

3. Помічати навіть краплину успіху, а не акцентувати на невдачах та промахах.

Останнє може викликати небажання взагалі щось робити чи навчить дитину захищатися.

4. Уникати жалості. Те, що ми занадто оберігаємо, ми послаблюємо. Коли ми дитину жаліємо це підтримує її власну жалість до себе і формує уявлення, що ми в неї не віримо. Необхідно не жаліти, а співчувати, підтримувати й надихати на покращення результатів. Порівняйте вирази: «Маленький мій синочок, як мені шкода, що ти поранився», «Любий мій тобі боляче, чим я можу тобі допомогти?».

5. Порівнювати дитину виключно з її попередніми власними результатами.

6. Надати дитині відчуття того, що її цінують. Це означає: радитися з нею, просити, щоб вона навчила вас чомусь (наприклад, грати в якусь гру на комп'ютері).
7. Навчити говорити собі: «Я завжди залишаюся достойною людиною навіть коли мене лають, ображають, принижують, тому що я вмю постояти за себе».
8. Вчити мати свою думку, не боятися висловлювати її та визнавати свою неправоту, якщо помилився.
9. Не слід зловживати батьківською роллю. Часто запитуйте себе: «Чи не роблю я зараз те за свою дитину, що вона може зробити самостійно?».
10. Кожного разу коли ми погрожуємо, звинувачуємо, фізично караємо викликаємо у дитини почуття страху. Страх руйнує духовний початок і спонукає дитину відчувати власну «неповноцінність». Почуття страху стає причиною того, що діти відсторонюються від відповідальності, прояву ініціативи, обманюють, обвинувачують інших. Діти по-різному реагують на страх. Одні – стають войовничо налаштованими і непокірними (наступ), інші – рятуються втечею (відступ). Страх породжує суперництво, ворожість, концентрацію на власних недоліках. Страх покарання стає причиною того, що діти втрачають власне «Я» чи підлаштовуються під інших, переступаючи через себе; чи відмовляються від власного «Я» замість того, щоб протистояти тому, хто забагато від них хоче.

5. Вправа: «Інтерв'ю». По черзі кожен учасник дістає з коробки запитання й чесно і відверто відповідає на нього. Потім звертаючись до іншого учасника задає йому теж саме запитання, щоб почути його відповідь. Після відповіді на поставлене запитання другий учасник витягає нове запитання, відповідає на нього і запитує у наступного учасника. Орієнтовні запитання:

1. Що я ціную в своїй дитині?
2. Як я хвалю дитину, коли вона гарно попрацювала?
3. Як я реагую на зусилля моєї дитини зробити щось гарно?
4. Які я слова використовую, щоб підбадьорити свою дитину?
5. Як я показую дитині, що її люблю? Що говорю?
6. Як я караю дитину?
7. Як я розвиваю у дитини почуття власної гідності?

6. Бесіда: «Як зробити правильно зауваження, щоб дитина не відчула себе приниженою?». Слово психолога: «Часто наші зауваження звучать як обвинувачення. Наприклад: «Ти забув закрити двері. Ти не уважний. Ти суєш свого носа не в свої справи». Нам необхідно навчитися з любов'ю давати послання дитині про те, що її поведінка має бути змінена. Наприклад: «Не роби так . . . тому що це може нашкодити тобі. Я відчуваю роздратування, коли ти так довго затримуєшся в душі». Учасники тренінгу в міні-групах придумують фрази, які вони будуть говорити дітям в наступних ситуаціях:

1. Ваша дитина забула спортивну форму й тому отримала негативну оцінку.
2. Вона запізнилася після прогулянки.
3. Вона довго сидить за комп'ютером.
4. Вона не поділилася з родичами солодощами.
5. На ваше прохання прибрати своє робоче місце, син чи донька ніяк не прореагували.

6. Рефлексія. Учасники по колу продовжують фразу: «Тепер я буду по-іншому ...».

Тренінгове заняття № 5. Тема: «Я – мудра мама, я – мудрий тато!»

Мета: профілактика порушень дитячо-батьківських взаємостосунків, підвищення батьківської компетентності в сфері виховання.

Хід зустрічі:

1. Привітання.

2. Оголошення теми тренінгу.

3. Вправа «Ідеальні батьки». Інструкція: Кожен учасник по черзі розповідає, яких батьків можна назвати ідеальними? Після того, як усі висловилися, звучить слово психолога: «Ідеальних батьків, як і ідеальних людей, не існує. Тому наше завдання стати не ідеальними, а мудрими – такими, які ставляться до дитини, як до найкращого друга – з повагою, довірою, прийняттям».

4. Вправа «Я-дитина». Інструкція: Слово ведучого: «Пропоную Вам звернутися до своїх дитячих спогадів. Уявіть себе 7-10 річною дитиною. Ви щаслива, радісна дитина. Поруч з вами дорослі, які проявляють піклування й любов. Пригадайте, які саме прояви батьківської любові давали вам відчуття щастя. Відкрийте очі і запишіть ваші думки». Поділіться з іншими своїми спогадами і розкажіть, що ви робите для ваших дітей, щоб вони відчували себе щасливими.

5. Вправа: «Лист від моєї дитини». Інструкція: Перед тренінгом психолог зустрічається з дітьми, батьки яких відвідують тренінгове заняття й пропонує їм написати міні-твір на тему: «Якщо б я був дорослим, то я б ніколи . . .». Потім передає ці листи батькам, вони їх читають і після цього обговорюють: «Що я зрозумів(ла), прочитавши лист своєї дитини».

6. Вправа: «Напиши листа любові своїй дитині». Інструкція: Психолог просить батьків написати лист любові своїм дітям, описати в ньому як вони пишаються, цінують їх і передає ці листи дітям при зустрічі.

7. Дискусія. Обговорюється позиція А.Гармаєва, що правильна батьківська поведінка – це поведінка дії, неправильна – поведінка багатослів'я. Правильно діють ті батьки, які здійснюють по відношенню до дитини вчинок – це або прощення, або любов, або конкретна допомога. Не правильно діють батьки, коли починають щось пояснювати дитині [70].

8. Перегляд відеосюжету. Попередньо психолог записує інтерв'ю (на відео чи на диктофон) у дітей на тему: «Як би я була моєю мамою, то . . . Якби я був моїм татом, то . . .» і демонструє батькам на тренінгу.

9. Вправа «Сім'я очима моєї дитини». Попередньо дітей просять намалювати малюнок на тему: «Моя сім'я». Підписуються роботи на зворотньому боці малюнка, щоб батьки спочатку вгадали який саме малюнок намалювала їх дитина. Після того психолог називає де чий малюнок сім'ї і дає інтерпретацію рівня емоційного благополуччя дитини в сім'ї. Порада психологам: не аналізувати при всіх малюнок конкретної дитини, щоб не поставити батьків в незручне становище, а давати загальний аналіз, з якого батьки самостійно роблять висновки про те, як їхня дитина почувається в сім'ї.

10. Рефлексія. Прийом «Обмін думками». Всі учасники сідають у коло і по черзі висловлюються з приводу того, що нового вони дізналися під час тренінгу, що

будуть використовувати в вихованні своїх дітей. Можна запропонувати по черзі продовжувати речення: «Я дізналася(вся)...», «Я буду...». Після цього в центрі кімнати ставиться коробка з символічною назвою «Скрина батьківської мудрості» і батькам пропонується написати побажання своїм дітям: як їм виховувати власних дітей, коли вони самі стануть мамами і татами; написати ті зміни в поглядах, які відбулися у них після проходження тренінгу і т. ін.

Додаток П

ЗМІСТ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ, СПРЯМОВАНИХ НА ПІДВИЩЕННЯ ПОТЕНЦІАЛУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ З РОЗВИТКУ ПОЧУТТЯ ВЛАСНОЇ ГІДНОСТІ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Заняття №1. Тема: «Я – унікальний(а)».

Мета: познайомитися з учнями, налаштувати їх на довірливе та відкрите спілкування, формувати відчуття значущості та індивідуальності, розвивати усвідомленість власної унікальності й неповторності.

Хід заняття:

1. Знайомство. Вправа «Я прийшов (ла)!».

Мета: позитивне налаштування на заняття, зняття напруження; формування відчуття важливості, значущості.

Інструкція: Ведучий презентує себе й просить учасників по черзі зробити це, виконуючи символічний рух, а саме: розкрити руки, підняти їх вгору й, називаючи своє ім'я, оповістити всіх присутніх про те, що він (вона) прийшов(ла). Наприклад: «Я – Оксана! Я прийшла!». Всі інші учасники аплодують, промовляючи ім'я учасника: «Оксана! Оксана!».

2. Встановлення правил.

Обговорення з учасниками, яких правил поведінки вони хотіли б дотримуватися під час заняття й взагалі в класі, щоб усі відчували себе добре. Правила формулюються спільно з дітьми, записуються на великому аркуші паперу (кожен учасник програми має поставити свій підпис на ознаку того, що він зобов'язується дотримуватися цих правил) і вивісити ці правила в класі. Правила формулюються за напрямками: «Що можна робити», «Чого не можна робити». Наприклад:

У нас можна:

1. Допомогати один одному.
2. Слухати, коли хтось говорить.
3. Висловлювати власні думки.
4. Фантазувати й творити.
5. Говорити правду.

Не можна:

1. Битися, штовхатися, лаятися.
2. Ображати й принижувати іншого.
3. Бути нечесним.
4. Запінюватися на заняття.
5. Викрикувати з місця.

3. Вступна бесіда ведучого. «Ми з вами будемо зустрічатися для того, щоб ви змогли дізнатися про себе те, чого ще не знаєте, щоб ви навчилися любити себе ще більше, і саме, такими які ви є, зі своїми хорошими рисами характеру і не дуже хорошими, щоб ви вміли постояти за себе, коли вас ображають чи принижують, щоб ви могли пишатися собою й впевнено говорити: «Я хороша людина!» Чи хочете ви, щоб так і було? Отже, починаємо!»

Уявіть собі, що всі квіти, які ростуть на Землі стали однаковими. Наприклад, лише ромашками чи гвоздиками, а всі пташки, – наприклад, воронами, а собаки – вівчарками, а всі люди, наприклад, блондинами з голубими очима, одного зросту, однакового характеру й усіх їх звали однаковим ім'ям. Чи цікаво було б жити в такому світі? Ні. Цікаво жити тоді, коли навколо багато різноманітного й неповторного. І серед всього цього – Ви! Кожен із нас. Отже, те, що є неповторним, несхожим на інше називають унікальним! Кожен із нас є унікальним! Хоча між нами є щось спільне, але немає повністю однакових людей. Якщо спільним є блакитний колір очей, то відтінки блакитного – свої, розріз очей, їх величина, те як вони посаджені на обличчі. Отже, ми з вами будемо відшукувати унікальність кожного і пишатися нею!».

4. Вправа «Зірочка».

Мета: розвивати усвідомлення власної індивідуальності й неповторності.

Інструкція: Учасники малюють зірочку. На кожному з промінчиків необхідно написати ім'я одного з близьких людей: «мама», «вчителька», «друг», «однокласник», «брат (сестра)» та ін. Після цього в міні-групах учні обговорюють, чим вони схожі з тією чи іншою людиною чи, навпаки, чим відрізняються.

5. Гра «Бачу тебе вперше».

Мета: вчити спрямовувати увагу учасників на інших людей, помічати їх позитивні сторони, розвивати дружні взаємовідносини, підвищувати самооцінку.

Інструкція: Ведучий: «Знайдіть собі партнера, з яким будете проводити цю гру. Подивіться в очі один одному так, начебто ви бачите один одного вперше. Помітьте щось незвичайне чи нове в своєму партнерові й розкажіть один одному про це».

Обговорення:

[?] – Чим сподобалась вам ця гра?

– Що нового ви дізналися про себе?

6. Вправа «Аплодисменти».

Мета: підвищувати самооцінку та впевненість у власних можливостях.

Інструкція: Ведучий: «Кому зазвичай аплодують? Учні відповідають: «Акторам, спортсменам, артистам...». Ведучий продовжує: «Чи погодитеся ви зі мною, коли я скажу, що кожній людині приємно почути аплодисменти на свою адресу. Подивіться навколо, тут зібралися розумні, здібні, симпатичні, талановиті діти. Давайте поаплодуємо один одному гучніше! Ще гучніше! Бурхливі оплески! Відчуваєте, як у всіх піднявся настрій? Я пропоную вам аплодисментами підтримувати однокласників, коли ті висловили влучну думку, здійснили гарний вчинок або просто, коли комусь потрібна наша підтримка, яка додасть їм впевненості й віри у власні сили. А тепер давайте потренуємося й кожен подарує аплодисменти собі за те, що він такий чудовий».

7. Робота з «секретним зошитом». Ведучий роздає нові зошити й повідомляє, що тут будуть знаходитися «секретки» його хазяїна: «В цих зошитах ви будете щось писати, малювати, довіряти власні секрети. Його не має права дивитися ніхто без вашого дозволу. Отже, привітайтеся із зошитом, як з найкращим другом, щоб він відчув вашу енергію й йому захотілося «служити» вам. На першій сторінці давайте познайомимо свій секретний зошит з собою – його хазяїном. Для цього пропоную продовжити й записати наступні речення: Я ... Мені в собі подобається ... Я вмію ... Я

хочу навчитися ... Я люблю ... Мені не подобається ... Я боюся ... Я мрію ... Людина, яку я люблю більше за все ... Людина, яка мене любить більше за все ...

8. Вправа «Лист до себе».

Мета: активізувати процес саморозкриття, діагностувати ставлення учнів до себе.

Інструкція: Ведучий пропонує написати в «секретному зошиті» лист, у якому учні можуть звернутися до себе: чи похвалити, чи полаяти, чи порадити щось собі.

Завдання супроводжується спокійною музикою.

Цей прийом носить діагностичний характер. Текст листа можна аналізувати з позиції ставлення учня до себе: чи хвалить він себе, чи підтримує, чи сварить, чи приймає себе з усіма достоїнствами та недоліками, чи задоволений собою, чи ні.

9. Медитація-візуалізація «Політ метелика».

Мета: розвивати вміння розслабитися, позитивне самоприйняття.

Інструкція: Ведучий включає тиху спокійну музику й пропонує учасникам слідувати в уяві за його словами: «Закрийте очі, слухайте мій голос і уявляйте. Дихайте легко й спокійно. Уявіть собі, що ви знаходитесь на лузі в чудовий літній день. Прямо перед собою ви бачите чарівного метелика, який перелітає з квітки на квітку. Прослідкуйте за рухами його крилець. Вони легкі й чарівні. А зараз, уявіть, що кожен з вас, той самий метелик. У вас гарні й великі крила. Відчуйте, як ваші крила повільно й плавно рухаються вниз і вгору. Насолоджуйтеся відчуттям повільного й плавного польоту в повітрі. Навколо ви бачите ще багато інших красивих метеликів. Вони радіють і посміхаються, коли підлітають до вас. Ви їм дуже подобаєтесь. Тепер ви вибрали найкрасивішу квітку й сіли на неї відпочити, вдихнути її чудового аромату. Поступово ви починаєте глибоко дихати, відкриваєте очі й повертаєтеся до нашого класу». Після цього учасники діляться своїми відчуттями, які переживали під час виконання даної вправи.

10. Рефлексія заняття.

Ведучий: «Сьогодні ми з'ясували які ми всі унікальні, неповторні, але нас щось і об'єднує між собою. Тому ми потрібні один одному. Кожна людина може досягти успіху й зробити так, щоб іншим людям поруч з нею було весело й радісно жити».

[?] – Що вам сподобалося на занятті?

– Що нового про себе ви дізналися?

•*Робота з «секретним зошитом».* Учні записують в зошиті визначення: «Унікальна людина – це така, яка ...».

•*Учні малюють піктограму* на тему: «Унікальна людина».

•*Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинок й на них схематично зображують себе, наскільки, на їх думку, вони є унікальними.

11. Прощання.

Всі піднімаються. Ведучий запитує, а учні голосно відповідають: « Я!»

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

А хто унікальний? Я! Я! Я!

Заняття № 2. Тема: «Я – люблю себе».

Мета: активізувати почуття любові до себе та безумовне самоприйняття, формувати усвідомлення важливості позитивного ставлення до себе.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Діагностичний прийом «Я люблю себе настільки».

Мета: створити сприятливий психологічний фон заняття, визначити ступінь прийняття себе й любові до себе.

Інструкція: Ведучий пропонує кожному учаснику підвестися й уявити, що вони – це глечик, наповнений любов'ю. Необхідно показати рукою наскільки їх глечик заповнений любов'ю до себе, продовжуючи речення: «Я люблю себе ось настільки».

3. Вправа «Хто найгарніший».

Мета: формувати позитивний настрій, розвивати високу самооцінку, позитивне прийняття себе.

Інструкція: Підготувати заздалегідь коробочку, в якій знаходиться дзеркальце. Учасників інтригують тим, що в цій коробочці знаходиться портрет найгарнішої, найкрасивішої, найдобрішої людини. Просять відгадати: хто ж там може бути? Після того, як бажані висловлять свої думки, пропонується пересвідчитися: чи вірно вони відгадали цю найкращу людину. Для цього необхідно по черзі зазирнути в коробочку й побачити там портрет цієї чудової людини. Але за умови: коли вони відкриють коробочку – ніяк не можна коментувати побачене, доки всі учасники цього не зроблять. В результаті всі учасники мають побачити власне відображення.

4. Вправа «Автопортрет».

Мета: розвивати позитивний образ «Я», адекватну самооцінку.

Інструкція: У кожного учня має бути дзеркальце. Дивлячись у нього, діти помічають, якого кольору в них очі, якої форми брови, ніс, яке волосся, яким стає обличчя, коли вони посміхаються. Уважно роздивившись себе, учні малюють автопортрет. Після того портрети виставляються як у музеї. Кожен учасник має зіграти роль екскурсовода й познайомити всіх присутніх зі своєю роботою. Представляти свій портрет можна так: «Перед вами портрет... (називається власне ім'я). Ця дівчина (хлопець) знаменита(ий) тим, що... (придумують чим саме пишаються в собі).

5. Вправа «Історія мого життя».

Мета: розвивати усвідомлення власної індивідуальності, позитивне самоствавлення, взаємоповагу.

Інструкція: Учасникам пропонується намалювати лінію, яка буде символізувати їх життя з моменту народження й до сьогоднішнього дня. На цій лінії необхідно відмітити свої успіхи й досягнення, якими вони пишаються й які відбувалися в різні роки життя. Спочатку багатьом дітям може бути важко згадати свої ранні успіхи, а діти з низькою самооцінкою взагалі вважатимуть, що в них успіхів не було. Таким учням обов'язково треба допомогти: «Ти навчився ходити, розмовляти, співати, плавати, кататися на ковзанах, велосипеді, грати на музичному інструменті – хіба це не успіх? Ти виступив на сцені, ти отримав високу оцінку – це вже велике досягнення». Після цього можна поставити в центрі класу «крісло Пошани» на яке по черзі запрошують сісти кожного учасника, який розповідає про власні досягнення, а інші його підтримують аплодисментами.

6. Вправа «Що я люблю і що не люблю».

Мета: розвивати самопізнання й прийняття власної індивідуальності.

Інструкція: В «секретному зошиті» ділять листочок навпіл. В одному стовпчику записують, що люблять, а в іншому, що не люблять із тієї категорії, яку задає ведучий: колір, їжа, людина, емоція, урок, однокласник, гра та ін.

Після виконання завдання відповіді обговорюють і приходять до висновку, що кожна людина має право по-різному ставитися до будь-чого, висловлювати власні уподобання. І що всі інші мають поважати її думку.

7. Гра «Достойна хода».

Мета: розвивати впевненість у собі, любов до себе, вміння виражати себе через поставу тіла.

Інструкція: Ведучий просить учасників походити так, як ходить людина, яка не любить себе, думає, що вона гірша за інших, не вірить у власні сили. Постава такої людини наступна: плечі опущені, голова понуро звисає, пальці рук нервово перебираються, колінки трошки тремтять, кроки невпевнені, шаркаючі.

Після цього пропонуємо походити так, як ходить людина, яка любить себе, пишається собою. Постава у такої людини має бути стрункою, відкритою, плечі розправлені, голова піднята, в очах впевненість, кроки сміливі, руки спокійно опущені вздовж тіла.

Ведучий запитує в учасників: «Яка хода їм сподобалась більше? Що вони відчували? Чи хочуть вони виглядати як людина, яка себе любить?»

Висновок: щоб виглядати й почуватися впевнено – необхідно постійно контролювати власне тіло.

8. Вправа «Чарівна скринька».

Мета: формувати позитивне самоствалення, вчити усвідомлювати власні позитивні якості, підмічати гарні вчинки й дії оточуючих.

Інструкція: Учасникам пропонується спільно зробити красиву коробочку, прикрасити її, розфарбувати. Це буде «коробочка Успіху». В неї на кожному занятті можна класти листівочки, на яких буде написано, що відбулося за тиждень чим кожен учасник пишається, чи підмічати щось приємне про інших однокласників і також описувати їх хороші вчинки. На кожному занятті ведучий відкриває коробочку, дістає листівочки й зачитує їх зміст. Тих учасників, про кого читають, підтримують аплодисментами.

9. Вправа «Позитивні твердження».

Мета: розвивати безумовне самоприйняття, підвищувати самооцінку, формувати позитивне мислення.

Інструкція: Ведучий зачитує твердження, учасники разом вголос повторюють їх: «Я розумна(ий)». «Я здорова(ий)». «Я красива(ий)». «Я добра(ий)». «У мене є друзі». «Я подобаюся людям». «Мої батьки пишаються мною». «Я люблю себе».

10. Рефлексія заняття.

• **Вправа «Я люблю себе настільки»** (повторення тієї вправи, яка проводилася на початку заняття для перевірки, чи змінилося в учнів прийняття й любов до себе).

• **Робота з «секретним зошитом».** Учасники записують визначення:

«Людина, яка себе любить – це така, яка ...»

• Учні малюють *пиктограму* на тему: «Людина, яка любить себе».

• **Прийом самооцінювання.** На намальованих східках учасники оцінюють наскільки кожен учасник любить себе.

11. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто унікальний! Я!

Хто любить себе? Я! Я! Я!

Заняття № 3. Тема: «Я – впевнений(а) у собі».

Мета: розвивати впевненість у собі, віру у власні можливості, підвищувати самооцінку, формувати її адекватність, моральну саморегуляцію.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Обговорення теми. Ведучий на дошці в стовпчик записує ідеї учасників з приводу того, як виглядає і якою є невпевнена людина і впевнена:

НЕВПЕВНЕНА / ВПЕВНЕНА

Проводиться обговорення, чому важливо для людини бути впевненою і навпаки, що некорисного в життя привносить невпевненість у собі?

3. Гра «Впевненість та її маска».

Мета: вчити аналізувати свою поведінку, формувати розуміння важливості самовиховання і самовдосконалення.

Інструкція: Пропонуємо учасникам розбитися по парах. Один з них виконує роль «впевненого», а інший – «невпевненого». Вони мають прийняти відповідну позу (схилена голова, плечі, погляд вниз; гордо піднята голова, прямий безстрашний погляд, плечі розправлені, руки спокійно звисають вдовж тулуба). Учасники з інших пар повинні здогадатися, хто яку роль грає. Після того, як вгадали, символічно «включають» гравця, який промовляє монолог від імені своєї ролі. Він може звучати так: «Я звичайна людина, зі мною мало хто дружить, я майже нічого не вмію робити гарно. Я говорю тоненьким тихим голосом. Я боюся дивитися людям в очі. Я знаю, що мої думки нікому не цікаві. Я боюся відповідати на уроках, тому що з мене можуть посміятися». (*Невпевнений*)

«Я добра, розумна, смілива людина. Люблю спілкуватися з людьми, у мене багато друзів. Коли я відповідаю урок, мій голос звучить голосно і впевнено». (*Впевнений*).

Слова ведучого: «Можливо хтось із вас впізнав себе в ролі Невпевненого. Йому стало сумно, тому що йому важко й неприємно так себе відчувати. На наших заняттях ми зможемо допомогти собі стати впевненішим і повірити в себе. Підніміть руку той, хто хоче бути впевненим? І скажіть: «Я хочу бути впевненою людиною!». «Я вже стаю впевненим у собі!»».

4. Вправа «Як підтримати себе?».

Мета: вчити учасників підтримувати себе, аналізувати свої почуття.

Інструкція: Ведучий просить в «секретному зошиті» намалювати піктографічно дві голови й там де знаходиться ротик записати слова, які можна говорити, щоб підтримати себе та викликати почуття впевненості, а на другому ротіку – слова, які викликають незадоволеність собою й поганий настрій.

5. Гра «Відповідь впевненої й невпевненої людини».

Мета: вчити адекватно реагувати в напружених ситуаціях, поводитися впевнено, з гідністю, вчитися моральній саморегуляції.

Інструкція: Ведучий описує ситуацію: «Ви взяли в однокласника ручку пописати, тому що ваша закінчилася. На перерві інший однокласник пробігав і штовхнув вашу парту. Ручка впала й той на неї наступив. Ви повернулися до парти й побачили пошкоджену ручку. Ваші дії?». Пропонуються наступні варіанти поведінки:

Пожалієтеся вчительці, що хтось поламав не вашу ручку. Хай вона розбирається в ситуації
Перед початком уроку запитаєте в однокласників, хто поламав ручку. Якщо хтось визнає свою провину – примусите його повернути цілу ручку тому, у кого ви брали
Промовчите й на завтра самі принесете нову ручку та повернете тому, у кого брали
Підійдете до того, у кого брали ручку й розкажете, що ви не можете йому повернути ручку, бо хтось її зламав
Підійдете до того, у кого брали ручку, й запитаєте: чи потрібно йому купити нову ручку взамін пошкодженої чи ні?
Нічого нікому не скажете й будете сподіватися, що той, хто вам дав ручку, забуде про це.
Розстроїтеся і розплачетеся.
На прохання повернути ручку скажете, що не можете цього зробити, бо її хтось поламав.

Можна запропонувати учням придумати свій варіант вирішення ситуації. Після цього аналізуємо кожну відповідь з позиції впевненої й невпевненої в собі людини.

Наступний етап гри: просимо учасників поставити себе на місце хазяїна ручки й подумати, як би вони себе поводити, що говорили в такій ситуації?

6. Вправа «Дихай спокійно».

Мета: вчити саморегуляції.

Інструкція: Ведучий: «Коли ти хвилюєшся, спробуй спокійно дихати. Заплющ очі, глибоко вдихни і подумки скажи:

- «Я – птах», – видихни, вдихни;
- «Я – камінь», – видихни, вдихни;
- «Я – дерево», – видихни, вдихни;
- «Я – спокійний», – видихни, вдихни. Ти справді заспокоїшся».

7. Вправа «Моя рука».

Мета: розвивати позитивне самоприйняття, впевненість у собі, уважне ставлення до інших.

Інструкція: Учасники обводять свою долоньку на листочку. На кожному намальованому пальчику пишуть ту якість характеру, яку вони в собі люблять та цінують. Після цього, перевертають долоньку й передають 5-ти іншим учасникам, які пишуть по одній якості характеру за що найбільше цінують цю людину. Коли долонька повертається «хазяїну», він аналізує й робить висновки, що цінують в ньому інші й порівнює з тим, що він сам у собі цінує. «Ручки» вклеюють в «секретний зошит».

8. Гра «Ти – молодець!».

Мета: підвищувати самооцінку, впевненість у собі, отримати підтримку інших учасників.

Інструкція: Учасники стоять у колі. По черзі виходять у центр, називають своє ім'я й те, що вони люблять чи вміють добре робити («Я люблю танцювати» або «Я вмію робити шпагат»). У відповідь усі промовляють: «Ти – молодець!» і піднімають вгору великий палець на знак підтримки.

9. Рефлексія заняття.

• Чому важливо бути впевненим у собі?

• Опишіть характеристики впевненої й невпевненої в собі людини.

• *Робота з секретним зошитом.* Учні записують: «Впевнена в собі – це така людина, яка ...»

• Учні малюють *пиктограму* на тему: «Впевнена в собі людина».

• *Прийом самооцінювання.* На сходинках оцінюють наскільки кожен вважає себе впевненою в собі людиною.

10. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто унікальний! Я!

Хто любить себе? Я!

А хто впевнений у собі? Я! Я! Я!

Заняття № 4. Тема: «Я – відповідальний(а)».

Мета: поглибити розуміння поняття «відповідальність», усвідомлення, що кожна людина є відповідальною за власні думки, слова і вчинки.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Що таке відповідальність?

– За що ми «відповідь даємо»? І перед ким?

– Чому потрібно бути відповідальною людиною?

3. Вправа «Моя відповідальність».

Мета: визначити, за що саме відповідальні учні.

Інструкція: Учасникам пропонується висловитися з приводу того, за що вони відповідальні й замалювати ці твердження у вигляді пиктограми в «секретних зошитах». Наприклад:

Я відповідальний за свої оцінки в школі. Я відповідальний за своє здоров'я. Я відповідальний за те, яких друзів я вибираю. Я відповідальний за свій настрій. Я відповідальний за свій зовнішній вигляд. Я відповідальний за стан моїх речей. Я відповідальний за свої вчинки. Я відповідальний за думки про себе самого. Я відповідальний за ті слова, які я говорю...

4. Вправа «Мотив поведінки».

Мета: ознайомити з поняттям «мотив», розвивати розуміння власних вчинків, саморегуляцію.

Інструкція: Ведучий: «Чи знаєте ви чому підняли ручку, коли вона впала на підлогу?» Учні можуть відповісти: «Тому що мені потрібно нею писати. Тому, що це моя річ.

Тому що не хочу, щоб на неїхтось наступив і ін.».

Ведучий продовжує: «Коли ми щось робимо, ми знаємо чому саме ми це зробили й для чого. Це називається «мотив». Тобто те, чому я це зробив. І тільки сама людина знає, чому вона так зробила. Всі інші можуть тільки здогадуватися про це. Давайте уявимо ситуацію й спробуємо її розв'язати: «Ти їдеш в автобусі. Біля тебе став дідусь і ти поступився йому місцем. Чому ти так зробив?»

Варіанти відповідей:

- 1.Тобі так говорили дорослі.
- 2.Ти хочеш, щоб тебе похвалили.
- 3.Ти співчуваєш, тому що йому важко стояти – він старенький.
- 4.Бо ти не можеш сидіти, коли біля тебе стоїть старенька людина.

Ведучий: «Ти поступився місцем. Як ви думаєте, дідусю важливо знати, чому ви так зробили? Ні. Йому важливо, що він присяде й у нього не будуть боліти ноги. Це є важливим для тебе. Бо якщо ти це зробив, тому що хочеш бути культурним і вихованим, щоб тебе похвалили – це один мотив. А якщо ти по іншому не можеш, бо ти співчуваєш стареньким – це інший мотив. І саме така причина, чи мотив, показує, що ти добра, чуйна людина. І тоді ти думаєш про себе: «Я молодець!». А якщо б ти залишився сидіти, то, скоріш за все, тобі було б на душі неприємно й ти не пишався б собою та не поважав себе.

5. Вправа «Що я можу, а чого ні?».

Мета: розвивати усвідомлення власних можливостей та вчити шукати додаткові ресурси в разі неможливості справитися самотійно з складними ситуаціями.

Інструкція: Ведучий пропонує учням у «секретних зошитах» записати в два стовпчики те, що вони можуть самі, й те, чого ще не можуть. Проаналізувати й зробити наступні висновки:

- 1.Як багато вони можуть.
- 2.Що можна зробити, якщо ти чогось не можеш (попросити допомогу, сказати собі: «Я навчуся й у мене вийде» та ін.)

6. Рефлексія заняття.

- [?] – Що нового ви дізналися на занятті?
 – Чому важливо бути відповідальною людиною?
 – За що ви відповідальні?

•*Робота з секретним зошитом.* Учні записують: «Відповідальна людина – це така, яка . . .».

•Учні малюють *пiктограму* на тему: «Відповідальна людина».

•*Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинокки й на них схематично зображають себе, наскільки вони вважають себе відповідальними людьми.

7. Ритуал прощання.

- Хто розумний? Я!
 Хто сміливий? Я!
 Хто унікальний! Я!
 Хто любить себе? Я!
 А хто впевнений у собі? Я!
 Хто відповідальний? Я! Я! Я!

Заняття № 5. Тема: «Я – чесний(а)».

Мета: поглиблювати розуміння важливості бути чесним перед собою, формувати адекватну самооцінку, самоповагу, позитивний образ «Я», моральну саморегуляцію.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Яку людину ми називаємо чесною?

– Чи хотіли б ви дружити з людиною, яка постійно хитрує, приховує від вас правду, обманює вас?

– Як ми почуваємося, коли нас обманули? А коли обманули самі? Ми себе більше любимо, пишаємося собою, поважаємо себе? Чи нам неприємно на душі?

Висновок: Коли я чесний перед собою, мене в середині не «сварить» Сівість і я поважаю себе й люблю.

3. Історія «Чому ж не посварили?» [3].

Зоя, говорячи по телефону зі своєю подружкою Валею, стала розповідати їй дивовижну новину:

- Алло, Валею, уявляєш, я сьогодні вранці впустила й розбила чашку з блюдцем, а коли батьки прийшли з роботи й дізналися про це, то навіть не розсердилися. Не розумію, що це з ними сталося. Вони чомусь зовсім не стали мене лаяти й карати.

- А я знаю чому, - відповіла Валя. - Ти, напевно, не стала приховувати й хитрувати, а про все батькам першою розповідаєш, чесно й відверто, у всьому зізнаєшся.

- Як ти вгадала? - Здивовано запитала Зоя.

- А потім, - продовжувала Валя, - ти щиро, від усієї душі попросила пробачення, тому що справді шкодувала, що все так сталося.

- Так, точно, а звідки ти знаєш, як усе було?

- Просто зі мною недавно теж схожа історія трапилася. Тільки я сукню порвала, а мама мене не посварила. Їй сподобалося, що я не мовчала й не приховувала, а, навпаки, відразу ж показала сукню, яку я сама намагалася зашити. І вона зрозуміла, що я щиро, по-справжньому шкодувала про те, що трапилося. І не сказала, що це мені порвав хтось інший чи мій кіт.

Зоя, попрощавшись з Валею, поклала трубку, а сама задумалася. Вона раптом згадала нещодавній випадок, коли у школі її ненавмисно ударив дверима Сергій. Вона згадала, як присіла й стала плакати, а він якось нещіро, сміючись, став просити вибачення. І вона через його нещірність так і не змогла його пробачити.

- Все-таки це красиво, - подумала Зоя, - коли людина не прикидається й не хитрує, а говорить і поступає чесно й відверто.

Обговорення:

[?] – Яку людину легше простити: ту, яка просить вибачення відверто, по-справжньому, чи ту, яка вдає, що кається?

– Чи було так, що ви вчинили негарно й чесно про це розповіли?

– Як ви після цього почувалися? Чи пишалися ви собою?

4. Вправа «Правила чесності».

Мета: вчити усвідомлювати важливість бути чесним.

Інструкція: Спільно з учнями складається перелік правил чесною людиною.

1. Сказав – зроби.
2. Не впевнений – не обіцяй.
3. Помилився – визнай.
4. Забув – попроси пробачення.
5. Говори тільки те, що думаєш.
6. Не можеш сказати правду – поясни, чому.
7. Не видавай чужу таємницю.

Обговорюються наслідки нечесності: мені не довіряють; я не поважаю себе, мене «мучить» Сівість, я боюся, що всі дізнаються правду та ін.

5. Ситуації «Як вчинити».

Мета: вчити аналізувати ситуації, знати різні способи реагування в життєвих ситуаціях, розвивати саморегуляцію.

Інструкція: Пропонуються наступні ситуації для їх розв'язання:

1. Ти списав контрольну роботу. Тобі вчителька поставила 12 балів, а тому у кого ти списав – 10 балів. Що ти будеш відчувати? Що ти зробиш, якщо ти чесний?
2. Ти поламав мамину улюблену річ. Що ти будеш відчувати? Що ти зробиш, якщо ти чесний?
3. Ти не хочеш з другом гуляти. Що ти зробиш, якщо ти чесний? Що ти будеш відчувати?
4. Ти підійшов до однокласників, які граються. Коли ти попросився погратися з ними, вони відповіли: «Займися чимось іншим, у нас і так багато людей». Що ти будеш відчувати? Що ти будеш робити?
5. Тобі поставили низьку оцінку, хоча ти вивчив і знаєш урок. Що ти будеш відчувати? Що ти будеш робити?
6. Батьки не дозволяють тобі подивитися цікавий фільм, тому що вони хочуть подивитися новини. Що ти будеш відчувати? Що ти будеш робити?

6. Рефлексія.

[?] – Чому ви хочете бути чесними?

- Для кого ваша чесність є важливішою: для вас самих чи для інших?
- Які наслідки нечесної поведінки?

•В «секретному зошиті» записують: «Чесна людина – це така, яка . . .»

•Учні малюють *ніктограму* на тему: «Чесна людина».

•*Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинки й на них схематично зображають наскільки вони вважають себе чесними людьми.

7. Ритуал прощання.

Хто розумний? Я!
 Хто сміливий? Я!
 Хто унікальний! Я!
 Хто любить себе? Я!
 А хто чесний? Я! Я! Я!

Заняття № 6. Тема: «Я – дружелюбний(а)».

Мета: розвивати усвідомленість важливості підтримки дружніх стосунків з оточуючими людьми, формувати довіру та відкритість, адекватну самооцінку, впевненість у собі, повагу до себе та до оточуючих.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Вправа «Колективний рахунок».

Мета: розвивати взаєморозуміння, партнерство.

Інструкція: Учасники мають порахувати від одного й далі по черзі. Не можна одночасно говорити одну й ту саму цифру декільком учасникам. Якщо одночасно два учасники промовили одну й ту ж цифру, ведучий просить групу розпочати відлік спочатку. Якщо група доводить рахунок до 10, учасники можуть вважати свій клас хорошою командою.

Учні можуть не справитися з поставленою перед ними задачею. В такому випадку, після 4-х, 5-ти повторень слід припинити гру й обговорити причини. Потім спробувати ще декілька разів. Результати можуть покращитися. Після виконання завдання відбувається обговорення: «Ви помітили, коли щось не виходить, люди починають нервувати, дратуватися, злитися, й кричати один на одного. Наша задача навчитися спокійно реагувати й намагатися покращити результат, інакше наша енергія витрачається на переживання таких неприємних емоцій».

3. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Яку людину можна назвати дружелюбною?

– Чому важливо бути такою?

Висновок. Дружелюбна – це така людина, яка не свариться з іншими, намагається допомагати, коли її просять, часто посміхається, не ображає інших ні словом, ні вчинком; яка спілкується з іншими й бачить те краще, що в них є.

4. Гра «Компліменти».

Мета: розвивати вміння висловлювати свої думки й почуття, робити приємне оточуючим у вигляді компліментів.

Інструкція: Група розбивається на пари. Кожен з учасників має сказати щось приємне іншому, розпочинаючи словами: «Мені подобається в тобі...». Головна умова виконання завдання – говорити партнеру виключно те, що ти вважаєш є насправді, тобто правду. Після гри, учасники обговорюють, що вони відчували, що нового про себе дізналися, чи сподобалося їм говорити компліменти й отримувати їх.

5. Гра «Реклама друга».

Мета: вчитися помічати позитивні якості в іншій людині, будувати гармонійні стосунки з оточуючими людьми, підвищувати самооцінку.

Інструкція: Ведучий пропонує учасникам розбитися по парах і прорекламувати свого партнера так, щоб його захотіли прийняти в будь-який інший клас нашого міста. Назвати всі його достоїнства, вміння, таланти.

6. Гра «Я + ТИ = МИ».

Мета: розвивати почуття спільності, партнерства, взаємодії.

Інструкція: Учасники стають в коло. Повертаючись до того, хто стоїть праворуч, треба промовляти фразу: «Я і Ти – це МИ». При слові «МИ» учасники мають доторкнутися до партнера: обнятися, погладити один одного, потиснути руку.

7. Казка «Непередбачуваний Страус» [3].

Знають люди, що страус не тільки найбільший, але й найнепередбачуваніший птах на світі. То він подовгу добрий і ласкавий, то раптом, неочікувано, стає злий і забіякуватий. Ніхто в Африці не міг зрозуміти, злий насправді Страус чи добрий і

чому він таким різним буває. А Страус був таким різним через те, що у нього були зовсім різні очі. Його ліве око завжди бачило у інших лише погане, а праве – все добре й гарне. Щастило тим, хто підходив до страусів з правого боку, тоді дивлячись на всіх добрим правим оком, Страус поводив себе спокійно й доброзичливо. А ось з лівого боку, краще було б зовсім не наближатися. Страус відразу ж робився нетерплячим, насмішливим, злим і грубим.

Одного разу пішов Страус на річку попити води. Йде по дорозі й бачить справа від себе своїм добрим правим оком Бабака, який землю копає, нору собі нову робить.

- Який ти молодець, Бабак, добру справу робиш, - привітавшись, сказав Страус.

- Скоро довгі дощі почнуться, а ти до цього часу саме встигнеш новим будинком для своєї сім'ї обзавестися. Може допомогти тобі чимось?

- Дякую, Страусе, я сам постараюся впоратися, - відповів Бабак.

Йде Страус далі і добрим оком помітив Антилопу. Підійшов він до неї, привітався й запитав, де вона сьогодні воду пила.

- Я на озеро ходила пити, там сьогодні вода чистіша, ніж у річці.

Чемно подякував Страус Антилопі, подумав і вирішив замість річки відправитися до озера. Підійшов він до озера й правим хорошим оком побачив Слона. Слон теж помітив Страуса, підійшов до нього й каже:

- Будь обережний, Страусе, сьогодні біля берега під водою Крокодил голодний лежить і чекає свою жертву. Якщо хочеш, то я тобі води сам принесу й між камінням наллю.

Чемно подякував Страус Слону й погодився з його пропозицією. Напившись води, яку приніс Слон, Страус вже повернувся, щоб йти назад, і тут побачив Слона своїм лівим злим оком. Той у цей час ще воду ніс. І раптом замість подяки усі почули:

- Гей, лоповухий, не потрібна мені противна вода з твого хобота, я й так без тебе обійдуся, сам можу напитися. Що мені цей Крокодил, я його вдарю й втечу.

Здивувався сильно Слон. Як таке може бути? Тільки що Страус був таким ввічливим і доброзичливим, а тепер раптом грубим і зухвалим став. А Страус, тим часом, підійшов до води, щоб показати Слону, як без його допомоги може обійтися. Тільки він голову до води нахилив, як із води вискочив Крокодил. Він схопив Страуса своєю величезною зубатою пащею, став тягнути його в озеро. Ледве-ледве Страус вирвався із зубів Крокодила, а половина пір'я його з крокодилячої пащі стирчати залишилася.

Додому Страус повертався тієї ж самою дорогою. Знову побачив він Антилопу, але тільки вже іншим, злим оком. Підбіг до неї Страус і накинувся зі злісними словами:

- Краще б ти мовчала, - сердито став кричати він на Антилопу. - Через тебе й твоєї чистої води я половини пір'я позбувся й мало на обід Крокодилові не дістався. Це ти мене намовила й порадила на озеро йти.

Здивувалася Антилопа з того, що Страус так швидко змінився й відповідає:

- Я тебе не намовляла йти на озеро. Я тільки сказала, де вода чистіша, а вже куди йти, ти сам вибирав.

Зрозумів Страус, що Антилопа ні в чому не винна, й далі пішов. Незабаром пометив він того самого Бабака, який нору собі копав. Тільки тепер побачив його Страус своїм лівим оком. Підбіг Страус до Бабака й ні з того ні з сього сильно розсердився:

- Копають тут всякі землю під ногами, а коли доведеться тікати від ворогів, спіткнешся, впадеш і в чиїх-небудь зубах опинишся. Відігнав він від нори Бабака й став нору закопувати.

Нічого не може зрозуміти Бабак. Що це зі Страусом сталося? Вранці він його за роботу хвалив, пропонував нору допомогти викопати, а тепер, навпаки, лає його й нору закопує.

Довго Страус був то добрим, то злим. Але ось одного разу, його ліве око від довгої злості почервоніло, розпухло й перестало бачити. Помітили звірі, що Страус сильно подобрішав і став дружнім, а зрозуміти нічого не можуть. З тих самих пір у Страуса з'явилося багато друзів, адже на всіх він по-доброму тепер дивиться, у кожному хороше бачить, а поганого не помічає.

Обговорення:

[?] – Чому зле око страуса захворіло й перестало бачити?

- Чи багато друзів у тих, хто помічає в інших лише погане?

- Чи хочете ви, щоб інші люди помічали у вас лише ваші не найкращі якості чи хочите, щоб вони помічали більше хорошого?

- Чи буде доброзичлива людина шукати в іншому щось погане?

- Яку шкоду приносять погані слова, злі думки й почуття?

8. Вправа «Конфлікти».

Мета: вчити розв'язувати конфлікти конструктивним шляхом, попереджати їх, розуміти позицію іншого, розвивати моральну саморегуляцію.

Інструкція: Пропонується розв'язати наступні ситуації:

1. Твій друг часто запізнюється. І знову ви домовилися піти на день народження, а він запізнюється аж на 20 хвилин. Як ти вчиниш в цій ситуації?
2. Ти довірив другові важливий секрет. Він розповів про це ще двом вашим друзям. Що ти зробиш?
3. Твої двоє друзів пішли гуляти разом і тебе не покликали з собою. Що робитимеш?

9. Рефлексія.

• *Робота з «секретним зошитом».* Записати визначення: «Дружелюбна людина – це така, яка . . .»

• Учні малюють *пiктограму* на тему: «Дружелюбна людина».

• *Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинок й на них схематично зображують наскільки вони вважають себе дружелюбними людьми.

10. Ритуал прощання.

Хто унікальний! Я!

Хто любить себе? Я!

Хто впевнений в собі? Я!

Хто відповідальний? Я!

А хто дружелюбний? Я! Я! Я!

Заняття № 7. Тема: «Я – поважаю себе».

Мета: розвивати позитивне самоствалення, повагу до себе та до оточуючих людей.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Вправа «Струм».

Мета: створення позитивного емоційного фону, підвищення рівня інтеграції та згуртованості учнів, розвивати концентрацію уваги.

Інструкція: Учні стають в коло й беруться за руки. Ведучий починає передавати «струм», потискуючи правою рукою руку сусіда справа. Учасники повинні передати «струм» по колу, поки він не повернеться в ліву руку ведучого, сигналізуючи цим, що всі учасники готові до активної роботи в групі.

3. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Що означає поважати себе?

- Яку людину поважають?
- Коли ви поважаєте себе самі?
- За що можна поважати людину?
- За що ви поважаєте себе?

4. Вправа «Футболка».

Мета: розвивати усвідомлення власних достоїнств, розуміння того, як сприймають нас оточуючі.

Інструкція: Ведучий: «Намалюйте футболку. Попереду на ній зробіть надпис, що ви думаєте про себе самі: Який ви? А позаду – те, що, по-вашому, думають про вас інші люди: Який ви є?». Після цього учасники демонструють свої роботи й роблять висновки: Чому у інших складається така думка про нас? Нас оцінюють по наших вчинках і діях. Якщо я часто обманюю, мене можуть назвати брехуном. Якщо я ділюся з тим, хто потребує моєї допомоги, мене називають щедрим. Як ви хочете, щоб називали вас? Що для цього необхідно робити?

5. Вправа «Моє сонце».

Мета: розвивати впевненість у собі, самоповагу.

Інструкція: Кожному учаснику пропонується намалювати сонце з промінчиками. На кожному з промінчиків написати позитивні якості, якими учні пишуться в собі, а на кінці променя – імена тих людей, кого ці якості «зігрівають». Після виконання завдання пропонується зробити виставку сонечок.

6. Вправа «Який(а) Я».

Мета: підвищувати самооцінку, розвивати самоповагу та безумовне самоприйняття.

Інструкція: Учням пропонується проаналізувати власні якості.

Я активний, якщо:

- приймаю участь в справах класу: виступаю на концертах, конкурсах, змаганнях;
- виконую доручення вчителя: прибираю в класі, допомагаю роздати чи зібрати зошити, провідую хворого однокласника чи телефоную йому.

Я відповідальний, якщо:

- завжди гарно і вчасно виконую доручення вчителя чи батьків;
- доводжу справу, яку розпочав, до її завершення;
- якщо у мене щось не вийшло, не звинувачую інших, а знаю, що це моя провина;
- намагаюся тримати слово, якщо щось пообіцяв – намагаюся виконати.

Я поважаю себе, якщо:

- доглядаю за своєю зовнішністю;

- тримаю обіцянки;
- не дозволяю принижувати себе й не принижуюся сам;
- говорю й думаю про себе, що я хороший.

7. Вправа «Слова - самоописи».

Мета: вчити самоаналізу, постановці мети та вибору шляхів її досягнення.

Інструкція: Учасники пишуть три слова, які найбільш точно їх характеризують, як людину. Перевертають листочок і пишуть 3 характеристики, якими б вони хотіли бути, вибирають одну якість із цього списку та розповідають, яка була б поведінка у такої людини з такою характеристикою. Таким чином, учасники дають собі установку, як діяти, щоб стати такими, якими вони хочуть себе бачити.

8. Медитація-візуалізація «Я могутнє сильне дерево!».

Мета: вчити розслаблятися, розвивати позитивне мислення, впевненість у собі.

Інструкція: Ведучий зачитує текст: «Встаньте й уявіть себе могутнім сильним деревом з глибоким міцним корінням, яке вросло глибоко в землю. На вашому дереві багато-багато красивих листочків, які переливаються й виблискують на сонці. Коли дме вітер, ви – дерево, не ламаєтеся, стоїте міцно, ухопившись за землю, тільки гілочки нахиляються й листочки шелестять. Коли іде сильний дощ, ви – дерево, продовжуєте стояти, думаючи, що після дощу завжди буде сонце, яке висушить ваші гілочки й листочки. Коли приходить зима, і на ваших гілочках лежить багато снігу, вони не ламаються, лише пригинаються нижче до землі. Бо дерево знає, що треба трошки потерпіти, вистояти і знову прийде весна, сніг розтане і я, дерево, зацвіту, і мій запах буде приваблювати багато пташок, які будуть милуватися мною: Яке красиве, міцне дерево! Як пахнуть його квіточки, які красиві на ньому листочки! А тепер вдихаємо, видихаємо й повертаємося назад в цю кімнату».

Обговорення:

- [?] – Розкажіть, що ви відчували, коли уявляли себе деревами?
 – Яку «непогоду» (неприємні ситуації) в житті приходиться терпіти вам?
 – Що ви можете зробити, щоб змінити це?

9. Вправа «Два будинки».

Мета: розвивати рефлексію, усвідомлення необхідності самовдосконалення, сприяти усвідомленню сильних та слабких сторін своєї особистості.

Інструкція: Ведучий пропонує учасникам намалювати два будинки. В одному з них записати: Що я хочу в собі покращити? В іншому – Чим я пишаюся в собі?

Після виконання завдання учасники представляють свої роботи.

10. Домашнє завдання. Пропонується попрацювати з будиночком, в якому записано: що я хочу змінити в собі. Намалювати дорогу від нього й той шлях, по якому необхідно йти, щоб стати кращим. Записати, що саме для цього необхідно зробити.

11. Рефлексія заняття.

- [?] – Що таке самоповага?
 – Чому вона є важливою для людини?
 – Як побачити, що людина поважає себе? А інших?

• *Робота з «секретним зошитом».* Учні записують визначення: «Людина, яка поважає себе, – вона ...»

• Намалювати *ніктограму* на тему: «Людина, яка поважає себе».

•**Приєм самооцінювання.** Учні малюють сходинки і на них схематично зображують, наскільки вони поважають себе.

12. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто чесний? Я!

Хто поважає себе? Я! Я! Я!

Заняття № 8. Тема: «Я поважаю інших».

Мета: розвивати повагу до оточуючих, до їх гідності, приймати їх такими, які вони є.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Вправа «Дерево Поваги».

Мета: розвивати усвідомлення необхідності ставитися до оточуючих з повагою.

Інструкція: В «секретному зошиті» пропонується намалювати дерево, на якому буде стільки гілочок, скількох людей поважають учні. Підписати їх імена. Після цього, можна запропонувати поділитися, за що саме учасники поважають цих людей.

3. Експеримент «Слово – не горобець».

Мета: вчити бути відповідальними за свої слова та вчинки, передбачати їх наслідки.

Інструкція: Для проведення експерименту необхідно приготувати мисочку з водою та сіллю. Ведучий починає бесіду, про те, що слова, які ми сказали в адресу іншого, вже не повернуться: «Солонка – це ми з вами, сіль – наші слова, а вода – це інша людина. Висипаємо сіль в воду. Що відбувається? Сіль розчинилася в воді. На око ми можемо й не побачити цих змін. Але коли скуштуємо, стане зрозуміло, що вода стала неприємно солена. Що відбувається з іншою людиною, яку ми ображаємо поганими словами? Їй стає неприємно, це її ображає. Можна пригадати слова, які є образливими. Такі слова не можна повернути назад, як сіль, яка розчинилася в воді, вони отруюють душу іншої людини. Тому, перед тим, як сказати щось іншому, необхідно подумати, як це вплине на нього, як йому може бути боляче. Так само, як і вам, якщо на вас будуть говорити такі слова».

Спільно з учнями робимо висновок: «Погані слова отруюють душу мою і оточуючих!», «Я буду уникати поганих слів, бо я хочу стати кращим! Хочу поважати себе!»

4. Вправа «Як виправити свою помилку».

Мета: вчити прийомам самовдосконалення, розвивати уяву, моральну саморегуляцію.

Інструкція: Учасники пригадують ситуацію, коли вони вчинили не дуже гарно, за що їм соромно чи ситуацію, яку хотіли б змінити. Просимо уявити, що про них знімають фільм, в якому можна пережити цю ситуацію ще раз. Слід придумати: як би вони діяли по-новому, так, щоб могли тепер пишатися собою. Ведучий включає музику і пропонує учасникам заплющити очі й пережити ту ситуацію ще раз в уяві. Після того, як учасники відкривають очі, можна запропонувати бажаним поділитися своєю історією й тим, яке нове вирішення вони знайшли для її розв'язання.

Висновок: Кожен з нас може вчитися на своїх помилках і виправляти їх, навіть якщо ті вже відбулися. Яким чином? Визнати свою провину чи попросити пробачення, чи роз'яснити тому, перед ким ви завинили, чому саме ви так діяли.

5. Казка «Неочікуваний гість» [3].

Сталося це не так давно на далекій землі по той бік океану. Одного разу хвилі принесли до берега велике біле яйце. Довго воно лежало непоміченим на березі. Але незабаром з нього вилупилася Ящірка. Ніхто точно не знав, як зветь цю гостю, й не знав, звідки вона з'явилася.

Всі жителі цієї землі вважали незвичайну Ящірку дуже милою й веселою, тому що її великий рот всі приймали за доброзичливу посмішку. Поки Ящірка була слабкою й не дуже великою, вона намагалася з усіма подружитися й сподобатися іншим, але так тривало недовго. Вона швидко росла, користуючись гостинністю чужої землі, й дуже скоро перетворилася на величезного Динозавра.

Одного разу Динозавр на очах у всіх, широко відкривши свою пащу, позіхнув і всі тварини з жахом зрозуміли, кому вони дали вирости на своїй землі. Тільки тепер всі звернули увагу, що за вдаваною посмішкою в величезній пащі приховані гострі й великі, як ножі, зуби. Дуже скоро зрозумів Динозавр, що немає йому рівних за силою на всій землі, адже він все ріс і ріс, стаючи розміром з велике дерево. І тепер, коли ніякі вороги йому були не страшні, він вирішив всіх тварин підпорядкувати своїй волі. Став всіх виховувати, карати й багато чого їм забороняти. Тепер він один вирішував за інших, як треба жити, що робити, як думати й про що говорити. Навіщо поважати думку маленьких звірів, якщо вони зовсім не страшні. Заричить на них Динозавр, зуби покаже, налякає, і вони мимоволі починають думати й чинити так, як цього хочеться йому. Але знайшлися й ті, хто був не згоден з Динозавром, і хто хотів залишатися вільним, щоб думати й діяти по-своєму. Багато з таких волелюбних звірів закінчили своє життя у його пащі.

Як завжди це буває, у сильного й страшного відразу з'явилося багато слабших друзів. Ці численні друзі насправді були слугами й рабами. Динозавра, вони його зовсім не любили, але дуже боялися його зубів. До того ж, скрізь бігати за ним було дуже вигідно. Після того, як їх старший друг наїдався, для них залишалось ще багато недоїдків, якими можна було поживитися.

Для далекої землі почалися важкі й страшні часи, адже тепер всім доводилося говорити й робити тільки те, що подобалося Динозавру. Довго звірі не знали, як позбутися величезного гостя, поки тюленю не прийшла в голову дуже розумна думка. Він жив і в воді, й на суші та від своїх друзів – дельфінів колись чув про те, що в глибинах океану живе найбільший на землі Синій Кит, який безкорисливо, не вимагаючи нічого натомість, допомагає малим і слабким. І Тюлень поплив в океан шукати Синього Кита, щоб розповісти йому про підступного й жорстокого Динозавра. Тюлень знайшов Синього Кита й повідав йому гірку історію про тварин далекої землі. Важко було Киту допомогти звірям і позбавити їх від непрошеного страховиська. Хоч і був він у два рази більший за Динозавра, але все ж не було в нього ні кігтів, ні зубів, щоб впоратися з ним, та й по землі пересуватися Киту було нічим. Довго думали Кит з Тюленем, поки не придумали одну хитрість і вирішили її виконати.

Кожен день Динозавр приходив до моря пити воду, ось тут-то й розповів Тюлень йому про те, що Синій Кит, який живе в океані, думає по-своєму, плаває, як йому заманеться, з динозавровими законами не рахується та сили його зовсім не боїться. Не знав Динозавр, хто такий Кит, але розлютився й загарчав так, що всі звірі завмерли. Не міг він стерпіти такого. А тому наказав Тюленю скоріше показати дорогу до цього самого Синього Кита. Не довелося довго шукати того, який якраз біля берега плавав і навмисне цілком з води не показувався, щоб Динозавра своїми розмірами не налякати. Розсердився Динозавр і зайшов на таку глибину, де води йому було по саму шия. Тільки цього й чекав Кит. Ударив він своїм потужним хвостом Динозавра й потягнув його в океан, туди, де було ще глибше. Захлинувся Динозавр і став тонути. Тільки ніхто з його друзів не кинувся йому на допомогу. Назавжди води океану зімкнулися над Динозавром, поховавши у своїх глибинах останнє чудовисько старого світу.

А тварини в далекій землі ще довго раділи й веселилися. Адже вони нарешті-таки знайшли ту свободу, про яку так довго мріяли. Тепер кожен з них розумів, як важлива свобода, коли тебе ніхто не з'їсть за те, що ти хочеш думати, чинити й говорити по-своєму.

Обговорення:

[?] – Чому ніхто із друзів не кинувся на допомогу Динозавру, коли той почав тонути?

- Чи може великий і сильний віднімати свободу в малого й слабшого?
- Чи поважають того, хто примушує робити тільки так, як він хоче?
- Чи хотіли б ви мати такого друга, як Динозавр?

Висновки: Завжди май свою точку зору, але, якщо ти не правий – навчися визнавати це. Тебе поважатимуть ще більше. Намагайся поводити себе так, щоб людям, які поруч із тобою було приємно.

6. Домашнє завдання.

Пропонується написати твір на тему: «Людина, яку я поважаю». Представити свої роботи на наступному занятті.

7. Рефлексія.

- Записати в *«секретному зошиті»*: «Поважати іншу людину – це . . .»
- Намалювати *ніктограму* на тему: «Людина, яка поважає інших».
- *Прийом самооцінювання*. На сходинках оцінити, наскільки учасники поважають інших людей.

8. Ритуал прощання.

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто унікальний! Я!

Хто любить себе? Я!

Хто поважає себе? Я!

А хто поважає інших? Я! Я! Я!

Заняття № 9. Тема: «Я - вмію прощати».

Мета: визначити поняття «прощення», «образа»; вчити розуміти позицію інших людей, виражати свою, працювати над умінням прощати; напрацьовувати уміння й навички ефективного спілкування.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Обговорення домашнього завдання. Учні зачитують твори на тему: «Людина, яку я поважаю».

3. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Що означає простити людину?

– Чому важливо для нас навчитися прощати?

Висновок: Прощати необхідно для того, щоб жити мирно з людьми, відчувати повагу до себе, що ви не живите в образах, а вмiєте жити з оточуючими в злагоді. Всі можуть помилитися. І ви також. Тому простити – визнати, що людина не досконала, і їй є що змінювати в собі.

4. Експеримент «Прощення».

Мета: вчити розумінню важливості прощати іншому.

Інструкція: Для проведення експерименту необхідно взяти склянку з водою, барвник і розчинник. В склянку капаємо барвник і просимо учнів уявити, що це так забруднюють нашу душу образи на іншого. Потім капаємо розчинник, який освітлює воду й склянка з водою знову стає прозорою. Так діє на нашу душу, те, що ми прощаємо іншого. Ми стаємо в середині чистими, добрими й готовими далі спілкуватися з людьми. Всі можуть помилятися. І ми з вами. Якщо ми прощаємо, то відчуваємо й говоримо: «У мене неначе камінь з душі впав. Так мені важко було жити з думкою, що я когось образив». І ми поважаємо й пишаємося собою, що змогли це зробити, простити та очиститися від поганих емоцій.

5. Гра «Пляшечка».

Мета: вчити аналізувати свої почуття та прощати іншим.

Інструкція: Учасники сідають в коло. По середині кладуть пляшечку, яку по черзі крутять. На кого вказує її горлечко, той продовжує речення: «Я прощаю... за те, що він (вона) ...».

6. Вправа «Коллективна казка».

Мета: розвивати взаємоповагу, вміння працювати в команді, творчу уяву.

Інструкція: Учасники сідають в коло й по черзі, додаючи по реченню, придумують казку про те, як один хлопчик (дівчинка) навчився(лася) прощати.

7. Рефлексія

- Завершити речення: Простити – це значить ... Якщо я не буду прощати іншим, то ... Якщо не будуть прощати мені, то ...
- Записати визначення: «Людина, яка вмiє прощати, це така ...»
- Намалювати *ніктограму* на тему: «Людина, яка вмiє прощати».
- *Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходи й на них позначають, наскільки вони вмiють прощати.

8. Прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто відповідальний? Я!

А хто вмiє прощати? Я! Я! Я!

Заняття № 10. Тема: «Я – гордий(а)».

Мета: вчити розрізняти гордість і гординю, підвищувати самооцінку, розвивати її адекватність та повагу до себе.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Що таке гордість?

- Чим людина може гордитися?
- Що відчуває людина, коли вона горда?
- Чим відрізняється гордість від гордині?

3. Гра «Чого й тобі бажаю».

Мета: розвивати впевненість у собі, вміння знаходити власні позитивні сторони й пишатися ними.

Інструкція: Учасники встають у коло. Один одному кидають м'яч, при цьому називають те, що в них краще за все виходить: «Я гордий, що ... Чого й тобі бажаю!»

4. Гра «Заєць – хвастун».

Мета: вчити розрізняти поведінку людини, яка пишається своїми досягненнями й гордеця, який звеличує себе над іншими, принижує їх.

Інструкція: Ведучий пропонує кожному учаснику встати на стілець і спочатку зіграти роль «пихатого гордеця», а потім погордитися чимось від широкого серця без «зазнайства», не принижуючи інших. Можна розказати про свої досягнення, про радісні обставини т. ін. Потім відбувається обговорення того, як не допустити, щоб ми стали «пихатими», «гордецями», «зазнайками».

5. Вправа «Дерево гордості й сорому».

Мета: вчити розуміти власні почуття.

Інструкція: На початку вправи проводиться бесіда:

[?] – Що таке сором?

- За що людині може бути соромно?
- Якби людина не могла переживати сором, щоб тоді було?
- Для чого необхідне почуття сорому людині?

-Що можна зробити, щоб не почуватися соромно?

Учасникам пропонується намалювати два дерева й розмістити на них листочки з надписами: чим я горджуся та за що мені соромно? По завершенню, роботи представляються в міні-групах. Обговорюється питання того, як можна виправити те, за що учасникам соромно.

6. Казка «Як Півень в суп потрапив» [3].

Один молодий Півень був про себе дуже високої думки. Він вважав, що у нього дуже красивий червоний гребінець на голові, крила найдовші, а голос найдзвінкіший і найгучніший на всьому білому світі. Ходив Півень повільно, поважно, вип'ячуючи груди, й весь час милувався собою, дивлячись на відображення в кожній калюжі. На всіх курок він дивився презирливо згори вниз і часто любив їм повторювати:

- Ви, дурні кури, всі в суп до нашого господаря потрапите, а мене, красивого й голосистого людина чіпати не стане.

- Все-таки, який же я гарний, - думав Півень, - і голос у мене дзвінкий, чистий, не порівняти з огидним кудахтанням курей, гусей і гелготінням індиків.

Улюбленим заняттям Півня було увесь день прохажуватися взад-вперед уздовж паркану, красуючись перед перехожими людьми. Одного разу біля паркану зупинився незнайомий чоловік і став півня пильно оглядати.

- Ось, бачите, як милуються мною, - сказав Півень куркам, - зупиняються, щоб мене краще розгледіти. Дивіться, як чоловік втупився на мене, очей від моєї краси відвести не може.

Задоволений Півень гордо випнув груди, розправив крила й змахнув ними, щоб ще більше людині сподобатися. Але й цього йому здалося мало. Він злетів, сів на паркані поруч з людиною й вирішив зачарувати його своїм дзвінким кукуріканням. Але кукурікнути Півень не встиг. Міцна рука несподівано та сильно схопила його за горло й швидко засунула в мішок.

- Для супу дуже навіть згодиться, - радісно пробурмотів сам до себе чоловік і зник за рогом.

Зітхнули з полегшенням курки, тому що дуже набрид їм зарозумілий Півень, який не вмів вести себе просто і скромно.

Обговорення:

[?] – Чи зустрічалися вам люди, схожі на Півника? Як вони себе поводити, що говорили?

- Чому з такими людьми не хочеться дружити?

Висновок: Зарозумілим називають того, хто вважає себе кращим за інших, ставить до них звисока, не рахується з їх думками, висміює їх. Він не розуміє, що кожна людина неповторна й унікальна, тому не варто порівнювати, хто кращий, а хто гірший. І, тим більше, виставлятися самому, що ти найкращий. Поруч з тобою живуть ще мільярди таких же хороших, як і ти.

7. Рефлексія.

• **Робота в «секретному зошиті».** Записати визначення: «Горда людина – це така, яка ...»

• Намалювати *пiктограму* на тему: «Горда людина».

• **Прийом самооцінювання.** Учні малюють сходинки й на них схематично зображують себе, наскільки вони вважають себе гордими.

8. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто чесний? Я!

Хто впевнений у собі? Я!

Хто відповідальний? Я!

А хто гордий? Я! Я! Я!

Мета: поглибити розуміння поняття «розумна людина», розвивати здібності до саморефлексії, здатність аналізувати свої вчинки, передбачати їх наслідки, формувати дружні стосунки з оточуючими людьми.

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда.

Питання для обговорення:

[?] – Яку людину називають розумною? Тільки ту, яка отримує високі оцінки в школі?

– Чому ви можете назвати себе розумним(ою)?

Учні мають прийти до висновку, що розумна людина, та яка аналізує свої вчинки, намагається стати кращою, читає книжки, вміє висловлювати свою думку. Кожна людина може назвати себе розумною, якщо вона намагається дізнатися щось нове, старається отримати нові знання в школі, може пояснити причини своєї поведінки, передбачити, що буде, якщо вона так чи інакше вчинить.

3. Експеримент «Наші думки».

Мета: формувати розуміння того, як саме наші думки впливають на наше самопочуття й поведінку.

Інструкція: Для експерименту необхідно підготувати склянку води, харчовий барвник, відбілювач, піпетку. Склянка – це ми з вами, вода – наші думки. Просимо дітей навести приклад негативних думок і поступово капаємо барвник в воду. Негативними думками можуть бути: «У мене ніколи нічого не виходить!». «Я боюся відповідати урок». «Зі мною ніхто не хоче дружити» та інші. Всі спостерігають, як вода зафарбовується й стає вже не такою прозорою, як раніше. Коли стільки багато поганих думок поселяються в голові людини, вона почувається нещасною й може захворіти. Для того, щоб такого не сталося необхідно пустити в себе хороші позитивні думки: «Я справлюся», «Я хороший», «У мене вийде» та інші. Коли ведучий спільно з дітьми проговорюють такі позитивні фрази, він капає відбілювач в пофарбовану воду й вона в ній починає набувати прозорого вигляду. Це дивує дітей і дає можливість наочно побачити силу позитивних думок, які нас очищують, роблять красивішими, світлішими, щасливішими.

4. Гра «Карусель».

Мета: розвивати усвідомлення власної індивідуальності, прийняття себе, бажання самовдосконалюватися.

Інструкція: На папірцях пишуть якості, які характеризують людину. Наприклад: лінивий, сміливий, чесний. Учасники по черзі крутять барабан. На яку якість вказала стрілка, зачитують її та називають, коли вони такими бувають.

Висновок: кожній людині притаманні як хороші, так і не дуже хороші якості. Наша задача: зрозуміти це й намагатися ставати кращими.

5. Вправа «Най-най».

Мета: підвищувати самооцінку, розвивати взаємопідтримку.

Інструкція: Учасників просять розібратися на підгрупи й визначити, хто із їхньої команди є найдобрішим, найсміливішим, найрозумнішим, найвеселішим, найпрацьовитішим, найсерйознішим ... Виготовити медалі й вручити їх цим учням під аплодисменти.

6. Рефлексія.

- Продовжити речення: Я зрозумів, що я ... Я здивувався, що я ... Мені захотілося . . .
- Робота з «секретним зошитом»: учні записують визначення: «Розумна людина – це така, яка . . .»
- Учні малюють *пiктограму* на тему: «Розумна людина».
- Прийом самооцінювання*. Учні малюють сходинки й на них схематично зображують себе, наскільки вони вважають себе розумними.

7. Прощання.

- Хто красивий? Я!
- Хто сміливий? Я!
- Хто впевнений в собі? Я!
- А хто розумний? Я! Я! Я!

Заняття № 12. Тема: «Я – активний(а)».

Мета: поглиблювати розуміння поняття «активність», розвивати активну життєву позицію, адекватну самооцінку, самоповагу та самоприйняття.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

- [?] – Яку людину називають активною? Пасивною?
- Чому важливо бути активним?
- Що таке ціль? Для чого вона потрібна в житті людини? Які бувають цілі?
- Що відчуває людина, коли її ціль досягається?
- Чи хотіли б ви навчитися досягати свої цілі?

3. Вправа «Моя ціль».

Мета: навчити ставити цілі та досягати їх на доступному рівні.

Правила визначення цілі:

1. Ціль має бути висловлена як те, чого я хочу, а не те, чого не хочу. Наприклад: «Я хочу отримати 12 балів в чверті по математиці». А не так: «Я не хочу отримати низькі бали в чверті по математиці».
2. Уявити, що ціль вже досягнута й уявити себе в цей момент: що ви в цей час робите, як насолоджуєтесь тим, чого досягли, як радієте, хто поруч із вами. Можна замалювати свою ціль у вигляді малюнка чи вирізати картинки з журналів і наклеїти їх на папір, щоб наочно бачити до чого вам рухатися.
3. Коли я досягну цілі, я буду ...(тут можна розповісти про свої емоції, почуття). Наприклад: «Коли я отримаю 12 балів в чверті з англійської мови, я буду пишатися собою, почуватися радісно й щасливо, буду стрибати й голосно кричати: «Ура!»».
4. Те, чого я хочу не повинно якимось шкодити іншій людині. Наприклад: «Я хочу, щоб у Васі поламався велосипед, щоб я катався один у дворі й на мене всі звертали увагу».
5. Ціль має бути та, яку хочете ви, а не яку хоче вчитель чи батьки.
6. Ціль має бути досяжна. (Наприклад: «Я хочу полетіти на місяць»).
7. Що я буду робити, щоб досягти цілі: по кроках розписати свої дії, по днях.
8. Для чого мені потрібна ця ціль?

Після цього кожен учасник малює в своєму «секретному зошиті» сходинки, а в самому верху – свою ціль. На кожній сходинці записують те завдання, яке необхідно вирішити, щоб досягнути своєї цілі. В разі складності самостійно визначити ці задачі, на допомогу приходять ведучий. На кожному наступному занятті учасники повідомляють про те, що вони роблять для досягнення своєї цілі. Той, хто наближається до своєї цілі – підтримується іншими учасниками словами: «Ми в тебе віримо!» та оплесками на його адресу.

4. Вправа «Позбудься втому».

Мета: зняття психоемоційного напруження.

Інструкція: Ведучий: «Підведіться, розставте широко ноги, зігніть їх у колінах, зігніть тіло й вільно опустіть руки, розправте пальці, схиліть голову до грудей, відкрийте рот. Злегка похитайтеся в боки, вперед, назад. А зараз різко струсіть головою, руками, ногами, тілом. Ви струсили всю втому, можна продовжувати далі».

5. Вправа «Людина – активна, людина – пасивна».

Інструкція: Намалювати два кораблики. Уявити, що на одному з них, який називається «Активний», плывуть активні люди, які не бояться труднощів, які займаються чимось цікавим в житті, які допомагають іншим. А на другому кораблі, під назвою «Пасивний», плывуть пасивні, неактивні люди, які багато часу проводять, дивлячись телевизор, які не хочуть нічого міняти в своєму житті, які лінуються виконувати доручення батьків.

Обговорення:

- Як ви думаєте, на якому кораблі люди більше пишаються собою?
- А яких людей більше поважають?
- На якому кораблі пливете ви? Намалюйте себе.

6. Рефлексія.

- Продовжити речення: Я зрозумів, що я ... Я здивувався, що я ... Мені захотілося . . .
- В «секретному зошиті» записують визначення: «Активна людина – така, яка ...»
- Учні малюють *пiктограму* на тему: «Активна людина».
- Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинки й на них схематично зображують себе, наскільки вони вважають себе активними людьми.

7. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто поважає себе? Я!

А хто активний? Я! Я! Я!

Заняття № 13. Тема: «Я – сміливий(а)».

Мета: поглиблювати розуміння поняття «сміливість», формувати адекватну самооцінку, розвивати впевненість у собі, позитивний образ «Я», моральну саморегуляцію.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Яку людину можна назвати сміливою?

- Чи це сміливість, коли людина признається в своїй неправоті?

- В чому виражається ваша сміливість?

-Хто такі герої? Чи кожен може стати героєм?

Орієнтовне визначення: «Герой – людина, яка вчинила хоробрий вчинок заради інших, вона ризикувала своїм здоров'ям і навіть життям, допомагаючи іншим». «Сміливість – здатність до подолання почуття страху, готовність допомогти з ризиком для себе, готовність відстояти свою думку».

3. Вправа «Який вчинок?».

Мета: розвивати вміння аналізувати вчинки.

Інструкція: Учасникам пропонується охарактеризувати поведінку хлопчика, як: гарний вчинок, геройський вчинок, сміливий вчинок, безглуздий вчинок.

1.Хлопчик допоміг сліпій бабусі перейти вулицю.

2.Хлопчик стрибнув з високого даху, щоб доказати однокласникам, що він сміливий.

3.Хлопчик поліз на високе дерево, щоб покласти пташеня в гніздо, з якого воно випало.

4.Хлопчик врятував молодшого братика, кинувшись за ним в палаючий будинок.

4. Вправа «Мій образ».

Мета: розвивати навички саморефлексії, безумовне самоприйняття.

Інструкція: Пропонується скласти два самоописи. Один з позиції того, як сам учасник себе бачить. Інший – як він думає, його бачать однокласники. Листи самоописів, в яких ідеться думка про себе не підписуються й складаються в загальну коробочку. Після цього, по черзі зачитують самоописи із коробочки й відгадують, хто його хазяїн. Автор зачитує інший опис того, як він гадає його сприймають інші. І обговорюється: в чому він виявився правий, в чому – ні.

Вправу необхідно проводити коректно, щоб не нашкодити самооцінці учня, коли оцінки однокласників можуть бути не дуже позитивними. Для цього в роботу втручається ведучий і намагається спрямувати дискусію в напрямку поради з боку іншого для цього учасника, а не як критику. Наприклад, замість висловлювання: «Ти жадібний», можна сказати: «Я пропоную тобі стати щедрим, щоб з тобою було приємніше дружити» і т. ін.

5. Казка «Вчинок» [3].

На сонячній галявині, вкритій густою травою, народилася Квіточка. Вона дуже довго й старанно тягнулася вгору. І ось, нарешті, в один із днів вона розкрила свої фіолетові пелюстки назустріч сонячним променям. Коли вона побачила прекрасний світ, який її оточував, зойкнула від захоплення й відчула себе по-справжньому щасливою. Трави та дивні квіти навколо виділяли тонкі запахи й аромати.

Дерева привітно хитали гілками, начебто вітали весь світ і все живе в ньому. А яким чудовим було небо з неповторними хмарами! Але найбільше Квіточка любила зустрічати сонце, коли рано-вранці на зорі небо розфарбовувалися самими ніжними й чудовими кольорами, а потім урочисто й велично сходило сонце. Здавалося, що вся природа завмирала в очікуванні перших променів. У цю хвилину Квіточка теж завмирала, а від почуття радості їй хотілося співати й злітати пташкою у небо.

- Що може бути краще за сонце й небо?! - думала Квіточка. - Як добре птахам, адже вони можуть літати високо в небі поряд з сонечком, співати йому свої дзвінки пісні й купатися в хмарах. Ах, якби я могла змахнути своїм листячком і злетіти! ..

Одного разу до квіточка підлетіла маленька Пташка. Вона опустила поруч з нею й замилувалася її пелюстками.

- Яка ти гарна, який ніжний і приємний твій аромат, який чудовий колір твоїх пелюсток, - сказала Пташка Квіточці. - Можна мені тепер прилітати до тебе кожного дня?

Квіточка, погоджуючись, похитала своїми пелюстками, і з цієї зустрічі почалася їхня дружба. Вони тепер разом милувались сходом сонця. Пташка часто співала пісні для квіточка, а в жарку суху погоду приносила в дзьобі води, щоб напоїти нею свою подругу. Їм було гарно разом, і вони були щасливі.

Одного разу, коли Квіточка прощалася з пташкою, яка повинна була летіти до себе додому, з-за дерев раптом вилетів яструб. Він став стрімко наближатися до них, і Квіточка зрозуміла, що зараз вона назавжди може втратити свого друга. Від самого серця вона закричала: "Я врятую тебе", й закрила свого друга собою та своїми листочками. Яструб налетів на квіточку й зламав її. Він вишукував поглядом будинок Пташки, але, не помітивши його, злетів угору й зник. На землі залишилися жива Пташка, яка плакала за зламанною Квіточкою.

Раптом сонце спрямувало свій яскравий промінь прямо на Квітку, яка лежала на землі, і вона почула лагідний голос, який звертався до неї:

- За те, що ти самовіддано, не жалюючи себе, допомогла своєму другові, я попросило у небес, щоб ти народилася пташкою, й небеса вирішили здійснити твою давню заповітну мрію. Ти скоро знову народишся, але тепер уже птахом. Ти будеш рости в гнізді Пташки, яку ти врятувала, і вона обов'язково навчить тебе літати в небі .

Через два місяці після цього випадку у Пташки з'явилися пташенята. Вони всі були схожі одне на одного, й лише у одного з них одне пір'ячко на голові було дивовижного фіолетового відтінку ...

Обговорення:

[?] – Як ви вважаєте, Квіточка здійснили героїчний вчинок чи ні?

– За красивий вчинок людина може отримати нагороду? У вигляді чого?

– Чи може здійснити сміливий вчинок той, хто любить лише себе, думає лише про себе чи який боїться усього?

6. Гра «Я сильний».

Мета: формувати розуміння того, як впливають думки на наше самопочуття, на нашу поведінку; розвивати позитивне мислення.

Інструкція: Ведучий пропонує перевірити, як слова та думки впливають на самопочуття людини. Він по черзі натискає кожному учаснику на витягнуту вперед руку, намагаючись опустити її вниз. Учень повинен утримати її, промовляючи при цьому в голос фразу: «Я сильний!». На другому етапі виконуються ті ж самі рухи, але вже зі словами: «Я слабкий!». Потім обговорюється: в якому випадку їм легше було утримувати руку, і чому. Підводимо учасників до висновку, що слова й думки впливають на те, що ми робимо. Якщо вони позитивні, підтримуючі, ми краще справляємося з роботою. Якщо ж вони негативні, то це нас пригнічує, забирає енергію та сили, і ми виконуємо роботу гірше чи взагалі не справляємося з нею.

7. Вправа «Історії мого життя».

Мета: вчити здійснювати аналіз власної поведінки, розвивати здатність до самоаналізу.

Інструкція: Учасники пригадують ситуації, коли вони діяли як мужні, сміливі люди і замальовують їх в «секретному зошиті». Після цього, бажаючи представляють свої ситуації. Всі інші уважно вислуховують і підтримують, промовляючи разом фразу: «Сашко (ім'я учасника), сміливий!».

8. Рефлексія.

- Записати визначення в «секретному зошиті»: «Смілива людина – це така, яка. .»
- Замалювати *пiктограму* на тему: «Смілива людина».
- *Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинки й на них схематично зображують себе, наскільки вони вважають себе сміливими.

9. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто відповідальний? Я!

Хто унікальний! Я!

Хто любить себе? Я!

А хто сміливий? Я! Я! Я!

Заняття № 14. Тема: «Я – совісний(а)».

Мета: поглибити розуміння поняття «совість», розвивати здатність до саморефлексії, активізувати процеси самопізнання і самоідентифікації.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2.Бесіда. «Якщо людина вчинила щось негарне, то вона починає звинувачувати себе, жаліти, розстроюватися, що зробила неправильно й некрасиво, то говорять, що у цієї людини «прокинулася» чи «заговорила» совість. Коли у людини є совість, вона розуміє що зробила некрасиво, сварить себе, відчуває почуття сорому й хоче загладити свою провину. Якщо людина перестає поважати себе за некрасивий вчинок, говорять, що її «гризе», «мучить» совість. А коли говорять, що її совість «спить»? Людина, у якої не розвинута совість, чинить погано, не відчуває своєї провини, не соромиться, не сраждає, не шкодує, що так вчинила. Отже, чинити по совісті – робити чесно, справедливо, як підказує серце».

3. Вправа «Розгляд ситуацій».

Мета: вчити аналізувати життєві ситуації.

Інструкція: Визначити, в якій із ситуацій можна назвати дитину – «безсовісною» й чому?

1. Мама втомилася, погано себе почуває й лягла відпочити. А Маша в цей час помила посуд, навела порядок в кімнаті, намагається, щоб було тихо.

2. Вітя знав, що мама захворіла й хоче відпочити. Він грався в своїй кімнаті в комп'ютерну гру й не робив тихіше звук. Потім він захотів їсти й пішов будити маму, щоб вона його нагодувала. Мама підвелася й підігріла йому їжу, поставила перед ним, а на її очах блищали сльози. Син не спитав, чому вона плаче. Поїв і пішов дивитися телевізор, голосно сміючись.

4. Вправа «Самоаналіз».

Мета: розвиток саморефлексії, поваги до себе.

Інструкція: Ведучий: «Напишіть в зошиті ситуації, коли вам було соромно за свій вчинок, і ваша совість вас «мучила», «сварила», у вас було погано на душі».

Після цього учні виривають листочок із зошита, знищують його, викидають у сміття і говорять: «Я все зроблю, щоб таке більше не повторилося! Бо я хочу любити себе за свої вчинки, а не лаяти себе».

5. Історія «Докори сумління» [3].

Іноді Вадик від батьків міг почути не зовсім зрозумілі вирази: «де твоя совість», «безсовісний», «ти зовсім совість втратив». Вадик точно не знав, що таке совість, але знав, що коли її втрачаєш, то відразу щось нехороше трапляється й батьки сердитися починають. Вирішив він запитати в своєї бабусі, де совість знаходиться, й що потрібно робити, щоб її не втратити. Посміхнулася бабуся, Вадику на серце пальцем показала й каже:

- Ось тут вона в тебе та в кожній людині знаходиться.

- Так якщо вона тут, у серці, то як же її втратити можна? - здивувався Вадик.

- Совість - це спосіб, яким душа, що знаходиться в серці, вчить людину виправлятися й поводитися красиво. А коли людина часто діє без душі й безсердечно та не думає виправлятися, то говорять, що вона втратила свою совість.

- А що, без совісті не можна обійтися людям? - запитав Вадик.

- Важко без неї обійтися. Совість допомагає людині побачити вчинене зло й допомагає вчасно виправитися та стати кращим. А безсовісна людина не помічає зла й неподобства, не відчуває докорів совісті після поганих вчинків.

- Так що, вона ще й кусатися може?

- Ні, кусатися совість не може.

- А як же вона тоді буде мучити й гризти людину? - запитав Вадик.

- Важко тобі пояснити, - сказала бабуся. - Але коли-небудь ти сам все зрозумієш.

Після цієї розмови пройшло цілих два роки, і Вадик про неї майже зовсім забув. Згадав він про бабусині слова лише тоді, коли в його житті відбулася одна сумна історія.

Одного разу Вадик почув за вікном гучне щебетання якоїсь пташки. Декілька разів він визирав у вікно й нікого не помічав, поки раптом не побачив ластівку. Виявилось, довірлива ластівка вирішила жити поряд з людьми й зліпила своє гніздо прямо над вікном Вадика. Цілими днями вона то відлітала, то поверталась до свого гнізда, приносячи в дзьобі їжу для пташенят. Вадик міг довго дивитися на маленьку працелюбну сусідку, а ластівка, бачила його у вікні й зовсім не боялася підлітати близько. Нарешті йому сильно захотілося потримати в руках пташку й погладити її, йому в голову прийшла одна ідея:

- Якщо мені її спіймати, - подумав Вадик. - Що тут поганого, трохи потримаю її в руках, помилуюся, а потім знову на волю відпущу. І він тут же збігав у двір за довгою гілкою.

Начепивши на гілку прозорий пакет, Вадик прочинив вікно, просунув у нього руку зі своїм саморобним сачком і став ловити ластівку. Довго в нього нічого не виходило. Як він не старався, ластівка все одно спритно облітала його сачок. Вона добре бачила небезпеку, але полетіти геть не могла й поспішала до гнізда, щоб нагодувати своїх пташенят. Через деякий час Вадик став нервувати й гніватися, тому що спіймати ластівку йому не вдавалося. Тепер, коли ластівка підлітала до гнізда,

він від злості все швидше розмахував гілкою.

І раптом Вадик вигукнув від радості. Йому нарешті таки пощастило. Ластівка потрапила під удар гілки й впала в траву біля будинку. Тут же стрімголов вибігши у двір, Вадик підібрав її й задоволений повернувся додому.

Він нею милувався, гладив пальцем голову й торкав її дзьоб. Але довго радіти йому не довелося. Коли він хотів було її випустити в відкрите вікно, ластівка не полетіла. Почувши голоси її пташенят, вона лише безпорадно махнула одним крилом, випала з рук і від болю стала голосно пищати.

Тільки тепер Вадик зрозумів, що відбулося. Йому стало дуже шкода ластівку, і на очах з'явилися сльози. Почуття провини обпалило його серце, й в голові промайнула думка про ненависть до себе. Здавалося, він ніколи не зможе пробачити собі такого жорстокого, нелюдського вчинку.

Його бажання здійснилося, ластівка була в його руках, а він ненавидів себе і віддав би свою кращу іграшку, аби повернути час назад. Хлопець пошепки крізь сльози просив у ластівки пробачення й готовий був зробити для неї все, що завгодно, лише б вона простила його.

- Навіщо я тебе вдарив? - шепотів він.

- Ти довіряла людям, вирішила жити поруч зі мною, а я тебе за це гілкою. Прости мене, я не хотів.

Ластівка весь час поглядала на гніздо, вона чула писк своїх голодних дітей, але нічим не могла допомогти. Вадик лаяв себе різними словами й готовий був навіть вбити себе, якщо би це допомогло ластівці та її пташенятам.

- За що! За що я її так, - думав він.

- Що ж тепер робити, що тепер буде з пташенятами?

Він накришив перед ластівкою на підвіконня хліб, але вона його не стала їсти, а лише дивилася через скло на своє гніздо.

Ніхто Вадика не лаяв і не карав, але тяжке почуття власної провини, що йшло звідкись зсередини, не давало заспокоїтися й ніяк не проходило. З мокрими від сліз очима, чмихаючи носом, він почав шукати в книзі про птахів, чим харчуються ластівки. Виявилося, що ластівки харчувалися мухами та комарами. Вадик довго ловив мух та комарів і приносив їх ластівці. Половину він залишав їй, а іншу половину за допомогою довжилезної палиці й прив'язаною до неї ложки переправляв в гніздо. Але пташенята не могли самі клювати їжу, й на наступний день в гнізді стало зовсім тихо. Ластівка також відмовлялася їсти. Вона зрозуміла, що сталося, і вже не дивилася на гніздо. Вона лежала в коробці на підвіконні й не ворушила своїм поламаним крилом. На наступний ранок вона вже не рухалася ...

Цей випадок з ластівкою запам'ятався Вадикі на все життя. Він так і не зміг до кінця простити себе. Раніше він мріяв служити в армії й любив грати в війну й солдатиків, а тепер він більше всіх у дворі піклувався про бездомних тварин. Він уже точно знав, що, коли виросте, обов'язково стане ветеринаром і буде лікувати хворих звірів і птахів.

Обговорення:

[?] – Чи можна Вадика назвати безсовісною людиною?

– Як герой цієї історії намагався виправити свій вчинок?

– Як би ви вчинили на місці героя після того, як трапилася історія з пошкодженням ластівки?

6. Рефлексія.

- Записати в «*секретному зошиті*»: «Совісна людина – це така яка...»
- Намалювати *пiктограму* на тему: «Совісна людина».
- *Прийом самооцінювання*. Учні малюють сходинки й на них схематично зображують наскільки вони вважають себе совісною людиною.

7. Прощання.

Хто красивий? Я!
 Хто розумний? Я!
 Хто сміливий? Я!
 Хто впевнений у собі? Я!
 Хто відповідальний? Я!
 А хто совісний? Я! Я! Я!

Заняття № 15. Тема: «Я-красивий(а)».

Мета: поглибити поняття «внутрішня людська краса» та «краса зовнішня», проаналізувати якості характеру, які прикрашають людину, формувати високу адекватну самооцінку, самоприйняття, позитивний образ «Я».

Хід заняття:

1. Привітання «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

- [?] – Яку людину можна назвати красивою?
 – Хто із вас вважає себе красивим? Чому?
 – Чим відрізняється краса зовнішня й внутрішня?

3. Експеримент «Краса внутрішня й зовнішня».

Мета: формувати усвідомлення важливості самовиховання, формувати позитивне ставлення до себе.

Інструкція: У кожного учасника мають бути не надуті повітряні кульки.

Ведучий: «Уявіть собі, що повітряна кулька – це людина. Кожна людина наповнена диханням, начебто надута кулька». Запропонувати дітям надути кульки, наповнити їх диханням життя. Ми бачимо лише зовнішню форму кульки й те, якою є людина зовні. Однак, насправді, важливішим є те, що знаходиться всередині нас. Тому, що саме внутрішнє визначає нашу зовнішність. Наша краса визначається красою наших думок, почуттів, вчинків. Учня пропонуємо намалювати кульку й написати в середині, яку красу вони мають у себе всередині.

4. Вправа «Срібне копитце».

Мета: розвивати впевненість у собі, підвищувати самооцінку.

Інструкція: Учасників просимо підвестися й уявити себе красивими, сильними оленями з високо піднятою головою. На їх лівій нозі – срібне копитце. Пропонуємо пригадати казку й те, як в ній олень вибивав цим копитцем золоті монети. Учасники уявляють себе оленями з золотими серцями й кожен їх удар копитцем приносить людям добро, гарний настрій, красиві вчинки.

5. Гра «У тебе красива . . .».

Мета: підвищувати самооцінку, розвивати вміння помічати красиве в інших людях і говорити їм про це.

Інструкція: Учасників просимо розбитися по парах. Сісти один навпроти іншого й, передаючи один одному олівець, завершувати фразу: «У тебе красиві(ий). . .».

Учасники можуть підмічати красу зовнішності (частин обличчя, тіла) чи якості характеру (щедрість, доброту, впевненість).

6. Гра «Пластиліновий чоловічок».

Мета: вчити м'язовому розслабленню, розвивати впевненість у собі.

Інструкція: Учасники уявляють, що вони – це шматочок пластиліну. Їм необхідно виліпити із цього пластиліну людину – себе. Спочатку випрямляються в увесь зріст, долаючи супротив матеріалу, потім виліплюють руки, пальці, які постійно хочуть зліпитися разом. Потім цими пальцями виліплюють голову, обличчя, очі, ніс, рот, вуха. Виліплюють веселий настрій. Чоловічок починає оживати й рухатися, але це не так просто, пластилінові ноги не хочуть відриватися від підлоги. Але нарешті чоловічки почали рухатися й зустріли іншого пластилінового чоловічка. Вони хочуть поспілкуватися, розказати один одному про себе. Після завершення вправи відбувається обговорення:

[?] – Що вам сподобалося в цій грі?

– Як ви себе відчували?

– Що цікавого ви дізналися про іншого?

7. Вправа «Я люблю себе».

Мета: розвивати любов до себе, впевненість у собі, підвищувати самооцінку.

Інструкція: У кожного учасника має бути дзеркальце. Необхідно подивитися на себе уважно, з любов'ю й промовити своєму відображенню, називаючи себе по імені: «Сашко! Я люблю тебе таким, який ти є». Подивитися ще декілька секунд на себе в дзеркало й повторити цю фразу ще раз. Посміхнутися собі.

8. Рефлексія.

• Записати в «*секретному зошиті*» визначення: «Красива людина – яка . . .».

• Намалювати *ніктограму* на тему: «Красива людина».

• *Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинок й на них схематично зображують наскільки вони вважають себе красивими.

9. Прощання.

Хто впевнений у собі? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто унікальний? Я!

Хто любить себе? Я!

Хто красивий? Я! Я! Я!

Заняття № 16. Тема: «Я – справедливий(а)».

Мета: поглиблювати розуміння поняття «справедливість», розвивати саморефлексію, розуміння власної особистості, моральну саморегуляцію.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Яку людину можна назвати справедливою?

– Коли ви були справедливими?

Висновок: Справедлива людина чинить так, як їй підказує серце, по правді, навіть тоді, коли їй самій це не вигідно. Така людина приймає рішення й думає не про себе, а про те, щоб було чесно й правильно. Вона чинить по совісті.

3. Історія «Жахлива несправедливість» [3].

Аня була в гостях у Даші. Дівчата довго грали в дочки-матері, а коли Аня пішла, то Даша виявила, що у неї пропало дві сукні її улюбленої ляльки. Всю квартиру Даша оглянула, а нарядів так і не знайшла.

- Це вже точно Аня в кишеню собі поклала й забрала, - запідозрила вона. - Ну, я їй покажу.

Вона вибігла в двір і, підійшовши до Ані, голосно сказала:

- Ти нечесна. Ти тихенько взяла й забрала сукні моєї ляльки. Віддавай негайно їх назад!

- Я не брала в тебе нічого. Ось, можеш перевірити, - сказала Аня й показала свої кишені.

- Ти вже встигла де-небудь їх заховати, - сказала Даша. - Я з тобою більше не дружу. Я всім розповім, яка ти. З тобою ніхто гратися не буде.

З того дня про Аню по двору поповзли всякі чутки й плітки. Дівчатка в дворі ховали від неї своїх ляльок і не хотіли з нею гратися.

Через місяць, прибираючи квартиру, Дашина мама знайшла за диваном дві сукні, ті самі, які Даша вважала украденними. Соромно стало Даші за свої несправедливі підозри й звинувачення в крадіжці, але вибачитися вона не стала, побоялася зізнатися й сказати всім дівчаткам у дворі, що помилилася. Ось і виходило, що сукні давно вже знайдені, а з Анею як і раніше ніхто не грав. Спочатку Даша боязко мовчала, бачила несправедливе ставлення до Ані, а потім не витримала. Вона винесла з дому свою улюблену ляльку з усім вбранням й, протягнувши її Ані, сказала:

- На, візьми, вона твоя. Пробач, я була неправа й несправедлива до тебе.

Обговорення:

[?] – Чому Даша вирішала не просити пробачення в Ані, після того як знайшлися сукні ляльки?

- Яка несправедливість по відношенню до Ані була допущена?

- Чому Даша подарувала Ані ляльку?

- Як би ви вчинили на місці Ані?

4. Вправа «Несправедливість».

Мета: розвивати почуття справедливості, вміння аналізувати життєві ситуації.

Інструкція: Ведучий: «Намалюйте ситуацію, коли по відношенню до вас вчинили несправедливо». Представити малюнки в міні-групі й детальніше розказати про цей випадок.

Обговорення:

[?] – Як ви почувалися, коли по відношенню до вас вчинили несправедливо?

- Що ви робили?

- Пригадайте ситуацію, коли ви самі були несправедливі по відношенню до інших?

- Якби можна було повернути все назад, що б ви виправили?

5. Рефлексія.

- Записати визначення: «Справедлива людина – це така, яка . . .»
- Учні малюють *пiктограму* на тему: «Справедлива людина».
- *Прийом самооцiнювання*. Учні малюють сходинки й на них схематично зображують наскільки вони вважають себе справедливими.

6. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто поважає себе? Я!

А хто справедливий? Я! Я! Я!

Заняття № 17. Тема: «Я – щасливий(а)».

Мета: формувати позитивне мислення, впевненість у власних можливостях, адекватну самооцінку.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Вправа «Посмішка по колу».

Мета: зняття напруги, налаштування на роботу.

Інструкція: Учасники стають в коло й по черзі посміхаються один одному за часовою стрілкою, передаючи „посмішку” по колу.

3. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Яку людину можна назвати щасливою?

– Коли в останнє ви почувалися щасливим(ою)?

4. Вправа «Предмет із сумки».

Мета: розвивати навички саморефлексії, презентації себе перед групою.

Інструкція: Учасникам пропонується дістати із сумки будь-який предмет і від його імені розказати про себе, про свого хазяїна: яка ви людина?

5. Вправа «Я – щасливчик!».

Мета: розвиток позитивного мислення, налаштування на успіх.

Інструкція: Ведучий пропонує учням розділитися на пари й по черзі продовжувати фразу: «Я щасливчик, тому що . . .». Вправа проводиться до сигналу ведучого про її закінчення.

Обговорення:

[?] – Що ви відчували?

– Що вам сподобалось?

– Що ви дізналися нового про себе? Про свого товариша?

6. Вправа «Самореклама».

Мета: підвищення самооцінки, отримання підтримки групи.

Інструкція: Учасники стоять у колі. Один з них виходить у центр, називає своє ім'я й те, що він любить чи вміє добре робити («Я люблю танцювати» або «Я вмю робити шпагат»). У відповідь усі промовляють: «Ти – молодець!» і піднімають вгору великий палець – жест підтримки.

7. Релаксація «Привіт Я!».

Мета: вчити приймати своє тіло, зовнішність, розслабитися й позитивно мислити.

Інструкція: Ведучий: «Сядь так, щоб тобі було зручно. Зроби три спокійних вдихи й видихи. Зверни свою увагу на ноги. Уяви, що вони могли б говорити й подякувати

тобі за те, що ти про них попідкувався, поставив їх обережно й розслаблено. Подивись на свої руки, які спокійно лежать на твоїх колінках. Кожна рука заслуговує на те, щоб ти на неї подивися ніжно, із вдячністю за те, що твої руки вміють робити стільки чудових речей. Вони вміють бути ніжними й сильними. Подумки промов до них: «Я люблю вас, мої руки – ви мої головні помічники й інших рук мені не потрібно». А тепер зверни увагу на своє обличчя. А саме на свої красиві очі. Вони – дзеркало твоєї душі. Вони промовляють всім, яка у тебе красива, добра душа. А тепер подумки подякуй своєму тілу, за те, що воно служить тобі, щоб ти був здоровим і щасливим! Поступово повертайся назад до нашого класу». Учасники можуть поділитися своїми відчуттями і переживаннями, які в них виникали під час цієї вправи.

8. Домашнє завдання.

Написати казку чи оповідання про себе на тему: «Я щаслива людина». За результатами завдання можна випустити брошуру з їх оповіданнями й розповсюдити серед батьків.

9. Рефлексія.

- Записати в «*секретному зошиті*» визначення: «Щаслива людина – яка . . .».
- Учні малюють *ніктограму* на тему: «Щаслива людина».
- Намалювати чоловічка й на місці, де його голова, записати – про що думали на занятті; де ротик – про що говорили, де вуха – що нового почули; де очі – що побачили (рис. 1).
- *Прийом самооцінювання*. Учні малюють сходинок й на них схематично зображають наскільки вони вважають себе щасливими.

Рис. 1

11. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!
 Хто розумний? Я!
 Хто сміливий? Я!
 Хто справедливий? Я!
 А хто щасливий? Я! Я! Я!

Заняття № 18. Тема: «Я – вдячний(а)».

Мета: розвивати почуття любові й вдячності до себе, свого тіла та до оточуючого світу, розуміння власної індивідуальності та унікальності.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Ведучий просить порахувати скільки разів за день учасники сказали: «Дякую!» й записати в зошиті цифру.

Питання для обговорення:

- [?] – Яку людину можна назвати вдячною?
 – Як людина може показати, що вона вдячна?
 – Кому ви вдячні за що?

Орієнтовне визначення: «Вдячність – коли людина пам'ятає все гарне й добре, що зробили їй, і хоче у відповідь сказати, зробити приємне чи допомогти людині. Почуття вдячності – це коли виникає бажання зробити для когось щось приємне й

гарне».

3.Вправа «Я – хороший(а)!».

Мета: розвивати впевненість у собі, вчитися підтримувати інших.

Інструкція: Учасники стають в коло. Кожен по черзі виходить в середину кола й називає одну із своїх позитивних якостей характеру, наприклад: «Я – хороший!». Всі інші хором повторюють: «Ти – хороший!».

4.Вправа «Лист вдячності».

Мета: формувати почуття вдячності до себе й до оточуючих.

Інструкція: Ведучий: «Ви пам'ятаєте добрі слова, вчинки інших людей: піклування про вас, допомогу вам. Чи хочеться вам віддячити цим людям, зробивши для них щось приємне? Вам сподобалося б, якби людина, якій ви зробили добро, подякувала вам за це? Як ми можемо показати свою вдячність іншому? Сказати приємні слова, зробити щось хороше для нього, вручити подарунок, допомогти йому, бути уважним до нього. Подумайте про ту людину, якій ви вдячні. Це може бути хтось із ваших батьків, родичів, вчителів, друзів, знайомих. . . Давайте зробимо їм приємне й напишемо Лист подяки. Я увімкну спокійну музику, а ви будете виконувати таке приємне завдання. І коли зустрінетеся з цією людиною – вручите їй цього листа».

Після того, як учні напишуть лист для когось, можна запропонувати написати такий лист і собі, подякувати собі за вміння, таланти, риси характеру.

5. Релаксація – візуалізація «Подяка моєму тілу».

Мета: підсилювати позитивне ставлення до свого тіла, підвищувати самооцінку, прийняття себе, розвивати оптимізм.

Інструкція: Ведучий: «Я запрошую вас до подорожі в країну Фантазії. Сядьте зручно, закрийте очі, щоб повністю зануритися в цю країну. Зробіть три глибоких спокійних вдихи й видихи. Відчуйте стілець, на якому ви сидите, й підлогу, на якій стоять ваші ноги. А тепер подумайте про своє тіло, яке слугує вам кожного дня, щоб ви ходили до школи, гралися з друзями, бігали, стрибали, сиділи, лежали . . . Ви можете подякувати йому за це. Пошліть телеграму подяки й любові своєму тілу. Подякуйте своїм ногам за те, що вони носять вас куди ви захочете й допомагають бути самостійною людиною. Вони тримають вагу вашого тіла, коли ви біжите чи лізете кудись, чи катаєтесь на ковзанах чи роликах. Подякуйте за їх терплячість, коли ви сидите довго за партою й навчаєтесь чомусь дуже цікавому й корисному. Пошліть подяку своїм грудям і легеням, які допомагають вам дихати, давати енергію й силу для навчання та гри. Подякуйте своїм рукам за те, що вони своїми пальчиками стільки всього вміють робити: писати, малювати, вирізати, тримати щось, ніжно доторкуватися до когось, обнімати й гладити. Подякуйте своїм плечам, які носять голову й дозволяють бачити весь світ. Подякуйте своїй голові й своєму мозку, який стільки всього запам'ятовує, напружено думає, й допомагає бути людиною, а не твариною. Подякуйте вухам, які уважно слухають розповідь учителя, батьків, друзів, спів пташок, музику; очам, які напружено працюють, щоб ви побачили багато нового й цікавого; роту, який вимовляє стільки красивих добрих слів; носу, що вдихає стільки ароматів. Подякуйте тій частині тіла, яка у вас болить чи перенесла травму. Ваше тіло – це ви! А ви народилися на цій Землі, щоб зробити її кращою, добрішою. І я дякую вам за те, що ви є! Я рахую до трьох і ви повертаєтесь до нашого класу й відкриваєте очі. Посміхніться тому, з ким ви зустрілися очима».

Обговорення:

[?] – Що ви відчували?

– Чому необхідно бути зі своїм тілом обережним, доглядати за ним, дякувати йому?

– Чому людина хворіє?

6. Історія «Малюк» [3].

За маленьким дельфінятком гналася величезна акула. Вона встигла поранити Малюкові хвіст своїми гострими зубами, й тепер за ним залишався в воді кривавий слід. Сили покидали дельфіна. Залишалася єдина надія – врятуватися від зубів акули на мілководді, сховавшись за прибережним камінням. З останніх сил Малюк добрався майже до самого берега, й раптом несподівано його підхопила велика хвиля та викинула на кам'янистий берег, якраз під палючі промені сонця.

Поряд нікого не було. Даремно знесилений Малюк намагався повернутися в море. Він бив пораненим хвостом по камінню, але наблизитися до води в нього не виходило. Незабаром його очі стали закриватися й йому здалося, що життя збирається покинути його тіло. Раптом крізь шум хвиль він почув гавкіт. Відкривши очі, він зрозумів, що жити йому залишилося недовго. До нього бігла зграя голодних собак. Малюк приготувався до болісної смерті. Раптом, зовсім поруч над собою він почув гучний і грізний окрик:

- А ну-ка, забирайтеся звідси!

Малюк побачив над собою чоловіка. Він стояв поруч і, розмахуючи палицею, відганяв злих собак. Прогнавши собак, чоловік схилився над дельфіном.

- Хто ж тебе так, Малюк? - Спитав чоловік, роздивляючись розірваний хвіст і подряпану спину. - Такому тобі не можна повертатися в море, давай я тебе спочатку вилікую.

Він взяв дельфіна на руки й поніс його вздовж берега до невеликого будинку, поряд з яким на березі лежав старий рибальський човен. Чоловік поклав дельфіна на дно, а сам відром швидко наповнив човен морською водою.

- Поживи, Малюк, поки в моєму човні, - лагідно сказав чоловік. - Тут у тебе не буде ворогів. А я, поки човен зайнятий, спробую з берега рибу ловити.

Так Малюк став жити в човні. Він чув шум хвиль, крики чайок і дуже сильно нудьгував за своїм рідним морем. Кожного дня його відвідував чоловік. Він приносив Малюкові щойно спійманих рибок і чимось мастив подряпини на спині. Через деякий час Малюк став упізнавати його по голосу й навіть навчився відгукуватися на своє ім'я. Варто було людині покликати його: "Малюк, Малюк!", як дельфінятко відразу вириналило з води, клало голову на край човна й уважно дивилося, скільки сьогодні риби йому приніс чоловік.

- Ех, були б у тебе лапи, Малюк, я тебе замість собаки взяв би, - любив жартувати чоловік, - аж надто ти тямущий і розумний.

Потихеньку Малюк видужував і набирався сил. Хвіст його зовсім загоївся, і тільки на спині залишилися довгі шрами від глибоких подряпин. І ось одного разу чоловік, нагодувавши Малюка, взяв його в руки, зайшов з ним у море й, поклавши його в воду, сказав:

- Пливи, Малюк, до своїх дельфінів і не попадайся більше ні в чиї зуби.

Знову опинитися в рідному й улюбленому морі було для Малюка справжнім щастям. Він видавав гучні крики радості, залюбки бив по воді хвостом і високо вистрибував з води.

Незабаром вони розлучилися: чоловік пішов до себе додому, а Малюк поплив у море. З того дня минуло багато років. Чоловік трохи постарів, відпустив вуса й бороду, але, як і раніше, щоранку він відпливав на своєму рибальському човні в море ловити рибу.

Але ось одного разу під час риболовлі, велика хвиля несподівано перекинула його човен, і він опинився в морі. Він поплив до берега, а коли до нього залишалися плисти зовсім небагато, справа від себе чоловік побачив акул. Їх великі плавники стирчали з води, й акули, розсікаючи воду, швидко наближалися до нього. Рятуватися було вже пізно. Було й так ясно, що акули наздоженуть, і втекти від них не пощастить.

Смерть стрімко наближалася до людини. Чиясь темна й велика спина пропливла в нього під ногами й спливла. На ній було видно знайомі людині колишні смуги шрамів, що залишилися від ран. Так, це був Малюк, який встиг вирости й перетворитися в дорослого дельфіна. Хто б міг подумати, що він виявиться поруч в таку небезпечну хвилину. Чоловік, не довго думаючи, обняв Малюка, й той на своїй спині повіз його до берега. Акули не відставали. Вони пливли слідом, і їх страшні плавці потроху наближалися. І все ж акули їх не наздогнали й людина встигла вибратися на берег. Коли він озирнувся, то Малюка вже не було.

- Малюк, Малюк, - почав кричати чоловік. - Де ти, озвися!

Але Малюк не відгукувався. Замість нього відповіло море хвилями червоними від крові. У той день ще довго чоловік стояв на березі. Він з надією вдивлявся в море, а з його очей раз у раз котилися сльози.

Не дивуйтеся тому, що Малюк знайшов людину. Дельфіни відчують думки людей, що знаходяться в небезпеці, й дуже часто припливають на допомогу навіть до незнайомих людей. Існує чимало випадків, коли дельфіни підставляли свої спини й рятували людей, які тонули.

Обговорення:

- Хто з вас відчуває, що зміг би так само вчинити як Малюк?

- Які риси характеру потрібно мати, щоб вчинити, як Малюк?

7. Рефлексія.

• *Прийом самооцінювання.* Учні малюють сходинки й на них схематично зображають наскільки вони вважають себе вдячними людьми.

• Записують в *«секретному зошиті»* визначення: «Вдячна людина – це ...»

• Учні малюють *п'єтограму* на тему: «Вдячна людина».

8. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто активний? Я!

А хто вдячний? Я! Я! Я!

Заняття № 19. Тема: «У мене є почуття власної гідності».

Мета: поглиблювати розуміння поняття «почуття власної гідності», розвивати самоцінність і самоповагу, моральний самоконтроль.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Питання для обговорення:

[?] – Що таке почуття власної гідності?

- Намалюйте словесний портрет людини з почуттям власної гідності?
- Чому вас можна назвати людиною, в якої є почуття власної гідності?

3. Вправа «Я».

Мета: дослідити та пізнавати власну особистість.

Інструкція: На картках пишуться запитання, які перевертаються й викладаються у вигляді букви «Я» на столі чи на підлозі. По черзі учасники підходять, перевертають одну із карток, зачитують запитання й відповідають на нього.

Варіанти запитань на картках: «Що ти робиш, коли злишся?», «На кого ти хочеш бути схожим і чому?», «Що ти робиш, коли тебе принижують, говорять на тебе погані слова», «Що тобі хотілося б змінити в своєму характері?», «За що ти себе поважаєш більше за все?», «Що ти можеш подарувати людям?», «Кому ти довіряєш свої секрети?», «Що б ти хотів змінити в своєму класі?», «Який твій останній вчинок, яким ти пишаєшся?», «Хто для тебе зробив щось приємне нещодавно й що це було?», «Чи готовий ти ризикнути чимось, щоб допомогти другу?», «Чому тебе можна назвати хорошим другом?», «Як ти вважаєш, що в тобі подобається іншим людям?», «Чого ти боїшся?», «Якби в тебе була можливість замовити три бажання, які точно здійснилися б, що б це були за бажання?», «Що твої батьки люблять у тобі?». В кінці визначають найвідвертішу й найчеснішу відповідь.

4. Вправа «Що для мене є приниженням?».

Мета: визначити поняття «приниження» й відповідні почуття, які переживає принижена людина; розвивати вміння виходити з ситуацій приниження з гідністю.

Інструкція: Бесіда:

[?] – Чому люди принижують інших людей? (Щоб подумати про себе: «Я крутий!»; хтось принижував їх і тепер вони хочуть помститися; вони злі, невиховані й т. ін.).

- Як можна принизити іншого?
- Пригадайте ситуації, коли ви відчували себе приниженим?

Приниження людина відчуває, коли їй говорять неприємні слова, наприклад: «Ти невдаха!»; коли її примушують робити неприємні речі, коли її б'ють і т. ін.

- Як діяти, коли ти відчуваєш, що тебе принижують?

Учасникам пропонується по черзі витягати з коробочки записки, на яких записані варіанти поведінки і обговорювати їх.

Варіанти відповідей:

1. Спробувати відгородитися словами від кривдника й про себе промовляти: «Тебе не має, я тебе не чую», якщо кривдник дуже злий і ви розумієте, що він може вас навіть ударити, якщо ви почнете вступати в суперечку. Такою може бути людина, коли вона п'яна чи під дією наркотиків.
2. Спокійно відповісти: «Мені не подобається те, що ти говориш».
3. Сказати: «Я не такий, як ти кажеш».
4. Сказати: «Я думав ти дорослий і розумний, але бачу, що чиниш ти, як дитина».

5. Сказати: «Те, що ви робите – вас не прикрашає».

6. Якщо ви сидите, а суперник над вами стоїть і ображає вас, необхідно зайняти позицію поруч із ним – встати, так ви покажете, що не хочете миритися з тим, що відбувається і спокійним голосом сказати: «Мені це не подобається».

Щоб визначити, як правильно поступити з тим, хто ображає, необхідно навчитися розрізняти, які емоції переживає зараз супротивник:

Якщо це страх, то він буде виглядати так: поза скрючена, людина начебто хоче сховатися, руки можуть тремтіти, погляд «бігає», вона може пітніти, її обличчя може бути блідим, голос тихший ніж завжди, з тремтінням. З такою людиною можна говорити спокійно, голосно, його боятися не потрібно.

Якщо це гнів, то він буде виглядати так: поза людини, яка готова накинутися на вас; обличчя зле, можливо червоне; погляд в одну точку; голосно розмовляє, навіть кричить, погрожує. Поведінка такої людини може бути непередбачуваною, вона може навіть вдарити. Краще в такій ситуації відійти, відступити назад, не сперечатися, мовчати чи говорити тихо й спокійно.

Якщо це презирство, то він буде виглядати так: поза впевненої у собі людини; дивиться начебто зверху, підборіддя задране вгору. Якщо така людина помітить, що ви боїтеся її, то почне ще більше «давяти» на вас. Тримайтеся впевнено, не давайте себе подавляти, розмовляйте з ним голосно, але спокійно, дивіться йому в очі.

Наступний етап вправи. Учасники розбиваються на міні-групи й придумують такі ситуації, в яких почуваються приниженими, ображеними. Потім групи міняються ситуаціями між собою і придумують їх розв'язання. Найцікавіші ситуації можна програти по ролях. Роль «жертви», «кривдника», «спостерігача».

5. Розв'язання ситуацій:

1. Діти сміються над однокласником, який носить одяг, що йому малий. Його сім'я живе бідно. Говорять йому образливі слова. Як йому діяти? Як будете діяти ви, якщо побачите таку ситуацію?
2. Учня виключили із команди, тому що він погано бігає. Інші члени команди говорять йому: «Так тобі й треба! Ти завжди програєш, без тебе буде набагато краще!» Що має робити цей учень? Що б робили ви, якби це побачили?
3. Учениця отримала погану оцінку, відповідаючи біля дошки. Інші діти сміються з неї й називають дурепою. Що вона має робити? Що б робили ви, якби це було у вашому класі?

6. Вправа «Поза впевненої людини».

Мета: розвиток впевненості в собі.

Інструкція: Учасникам пропонується потренувати позу впевненої в собі людини, з почуттям власної гідності: погляд має бути очі в очі, сміливий (наприклад, як боксери перед початком бою дивляться один на одного); плечі розправлені, руки й ноги спокійні, не тремтять, не рухаються.

Учасникам пропонується сісти один навпроти іншого й потренуватися дивитися в очі партнеру-однокласнику, як впевнена в собі людина.

7. Гра «Я люблю в тобі . . .».

Мета: вчити помічати хороше в інших, підвищувати самооцінку та самоповагу.

Інструкція: Приготувати багато червоних сердечок з паперу, що клеїться. Взяти рулон шпалер. Кожна дитина лягає на розстелений папір, і контури її фігури обводяться олівцем. Таким чином, кожен отримує свою паперову фігуру. Учасники мають приклеїти на кожну «фігурку» сердечко на якому написано, що вони цінують в тому учневі, за що поважають чи що подобається в ньому. Ці фігурки учні забирають на пам'ять.

8. Рефлексія.

• Записати в зошиті визначення: «Людина з почуттям власної гідності – це така, яка . . .»

Орієнтовне визначення: «почуття власної гідності – це такий внутрішній стан, коли ти відчуваєшся гарно; ти відчуваєш, що сам собі подобаєшся; ти віриш, що можеш справитися з складним завданням; ти себе поважаєш, не соромишся себе й своїх вчинків; коли ти залишаєшся наодинці, тобі немає в чому звинувачувати себе; коли ти не боїшся висловити свою думку; можеш постояти за себе, коли тебе ображають чи принижують; ти не отримуєш задоволення від похвали, коли ти знаєш, що вона не заслужена, і, навпаки, з гордістю приймаєш схвалення при вдалих діях чи вчинках; маєш бажання сьогодні бути ще кращим ніж учора».

• Учні малюють *ніктограму* на тему: «Людина з почуттям власної гідності».

• *Прийом самооцінювання*. Учні малюють сходинок й на них схематично зображають, наскільки вони думають у них розвинуто почуття власної гідності.

9. Ритуал прощання.

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто щасливий? Я!

А хто з почуттям власної гідності? Я! Я! Я!

Заняття № 20. Тема: «Я стаю кращим(ою)!».

Мета: проаналізувати зміни, що відбулися в учасників за час проведення занять, розвивати позитивний образ «Я», адекватну самооцінку безумовне самоприйняття та усвідомлення важливості самовдосконалення.

Хід заняття:

1. Привітання. «Я прийшов(ла)!».

2. Бесіда. Ведучий: «Сьогодні ми з вами закінчуємо наші заняття. Це був чудовий час, коли ми з вами пізнавали себе, ставали ще кращими, вчилися ще більше розуміти, любити, поважати себе й оточуючих людей. І сьогодні ми будемо говорити про ті зміни, які відбулися з вами і будемо пишатися цим!»

3. Вправа «Мої зміни».

Мета: відстежити зміни, які відбулися з учасниками в процесі їх участі в програмі.

Інструкція: Ведучий пропонує всім заплющити очі й говорить наступний текст: «Поверніться в думках на перше заняття, пригадайте, як ви поводитись, що відчували, про що говорили. Пригадали? А зараз поверніться подумки в цей момент і подумайте, які ви тепер. Чи відбулися з вами якісь зміни? Що саме змінилося?». Після того, як учні відкриють очі, пропонується в «секретному зошиті» намалювати себе: якими вони були на першому занятті й якими вони стали тепер. Потім кожен представляє свою роботу й повідомляє, що на його думку в ньому змінилося?

4. Гра «Подарунок».

Мета: підвести підсумки, розвивати високу адекватну самооцінку, взаємоповагу.

Інструкція: На кожному занятті учні малювали піктограму до тієї якості особистості, яка співпадала з темою. Ці піктограми малюються на картках. Наприклад, картка з чоловічком, який посміхається, може означати доброту, а простягнута рука – дружелюбність. У кожного учасника є свій набір карток з намальованими наступними позитивними якостями характеру: впевненість, сміливість, активність, совісність, відповідальність, дружелюбність, краса, розум, чесність. Під музику всі учасники рухаються по кімнаті й прикріплюють на спину товаришу ту картку з написаною якістю, яка у нього розвинута краще за інших. Після сигналу ведучого кожен знімає зі своєї спини «здобич» і радіє, що він такий. Якщо комусь ніхто не «повісив» картку, ведучий сам це робить.

Отримані картки приклеюються в «секретний зошит» на пам'ять.

5. Вправа «Соняшник».

Мета: створення позитивного емоційного фону, розвиток відчуття підтримки, взаємоповаги, турботи про інших.

Інструкція: Ведучий: «Сядьте в коло, зробіть його ширшим. Заплющіть очі. Згадайте про те, якими ви прийшли на перше заняття. Тепер розплющіть очі й повільно вставайте. Відчуйте, як ви поступово перетворюєтесь в єдину, дружню групу. Станьте ближче одне до одного. Звуйте коло, щоб стояти ближче один до одного. Покладіть руки на плечі своїм сусідам. Уявіть собі, що всі ви – це квітка соняшника, яка повільно погойдується від вітру. Заплющіть очі й повільно хитайтеся вліво, потім вправо. Розплющіть очі й гляньте на всіх учасників. Зустріньтеся очима з кожним з них. Тепер знову закрийте очі й зніміть руки з плечей сусідів. Усвідомте, що соняшник уже дозрів, і кожен з вас зараз перетвориться в самостійне соняшникове зернятко. Відійдіть з закритими очима на декілька кроків назад і повільно розверніться. Відчуйте, що вітер відносить вас далеко від соняшника. Але у вас є енергія й сила. Відчуйте її в своєму тілі. Скажіть самі собі: «Я сильний! У мене є енергія для росту й розвитку». Тепер поступово відкрийте очі. Подивіться один на одного й посміхніться».

6. Анкета.

Для того, щоб діти самостійно оцінили, як вони до себе ставляться, пропонується відповісти їм на наступні запитання: Я ціную і поважаю себе якщо:

1. Можу назвати хоча б три свої хороші якості.
2. Для того, щоб мене помітили, мені не потрібно кричати чи придумувати щось незвичайне.
3. Кожного разу, як я помиляюся, я думаю: «Як здорово, що у мене є ще один шанс виправитися».
4. Мені не потрібно постійно чути похвалу за те, що я щось зробив красиво чи правильно. Я про це й сам знаю та радію за себе.
5. Коли я стикаюся із складною проблемою, я говорю собі: «Я можу з цим справитися».
6. Діти з мого класу поважають мене, бо я чесний і їх не ображаю.

7. Коли хтось принижує мене, я заступаюся за себе й впевнено відповідаю тому, хто ображає.

8. Я спокійно можу сказати дорослим про те, що мені не подобається і не боюся, що вони на мене можуть накричати.

9. Я піклуюся про чистоту й охайність свого тіла, одягу, шкільної сумки, місця, де я вчу уроки.

10. Я знаю, що я народився на цей світ, щоб зробити його прекрасним.

Учні підраховують результати. За кожну позитивну відповідь – 1 бал. Якщо хтось набрав 10 балів – це означає, що він любить і поважає себе. 7 балів – йому ще потрібно вчитися приймати себе й цінувати. Менше 5 балів – йому потрібно задуматися, чому він так негарно до себе ставиться, що заважає йому любити й поважати себе.

7. Казка «Ти потрібний».

Жив та був Чайник. Так, так справжнісінький Чайник. Пузатий, білий, з ручкою, кришкою й носиком. І був би він самим звичайним, якби не одна його чудова особливість: він на носі носив ... Ні, не окуляри. Свисток. І за це його любили .

У господаря часто збиралися гості. Вони приходили поговорити, посперечатися і обов'язково чайку попиту. Чайнику дуже подобалися такі вечори. Господар зазвичай брав свій улюблений чайник зі свистком, наповнював його водою доверху й ставив на вогонь. Всі сиділи й чекали, коли ж вода в чайнику закипить. Але це було відомо тільки одному чайнику. Коли вода починала в ньому вирувати та пузиритися, Чайник подавав сигнал. Він свистів спочатку потихеньку, а потім із усіх сил у свій свисток. Довго свистіти ніколи йому не доводилося, хоч Чайник і любив більше всього на світі це заняття. Господар – людина чуйна, він швидко приходив на заклик і знімав його з вогню. Гості завжди захоплювалися запашним, смачним чаєм, сьорбали з порцелянових блюдець та підхвалявали господаря та його розумний чайник. У такі хвилини Чайник був найщасливішим на світі. Його всі любили. Він всім був потрібний. І тоді Чайник думав: «Ой! Добре-то як жити!»

Одного разу, коли в будинку знову зібралися гості, і Чайник вже закипав, у вітальні розгорілася неабияка суперечка. Сперечалися гості, гарячкував господар: «Що ж у житті найважливіше?» Одні казали: це – коли тебе люблять, інші стверджували: це – коли ти любиш сам. Всі сперечалися, перебиваючи один одного, й ніяк не могли вирішити, коли ж настає справжнє щастя. Суперечка була гарячою. Але жаркіше за всіх було чайнику. Про нього забули всі. Він свистів, свистів, спітнів , запарився ... Все кликав до плити господаря, але той його не чув. Чайнику вже стало боляче. Вся вода википіла. І коли господар схаменувся й прибіг на кухню, то було пізно. Чайник почорнів, закоптився, й в його боці прогоріла дірка. Господар дуже засмутився. Розхвилювалися й гості. Але робити було нічого, як тільки взяти та викинути Чайник на смітник.

Лежить Чайник на купі сміття. Нікому він тепер не потрібен. Ніколи вже більше не доведеться йому посвистіти й напоїти кого-небудь чаєм.

- Ех! Чим так жити, краще втопитися! - сказав він сам собі під ніс і пошкандибав до річки.

Довго йшов Чайник, вже й ніч настала. У річці він побачив відображення зірок і круглий Місяць. Раптом здалося Чайнику, що Місяць йому підморгнув:

- Давай стрибай! Не бійся!

Від цього чайнику стало ще гірше. В останнє він бачив річку, зірки й холодний Місяць.

- Ось якби мені ще з Сонечком попрощатися! - подумав Чайник. - Зустріти новий день, в останній раз відчутти його тепло ... Потім і вмерти не шкода. І вирішив дочекатися. Приліг на березі подалі від води, на сухому пісочку. І так йому було прикро й шкода себе, що Чайник тихенько заплакав. А потім засопів, засопів ... І не помітив, як заснув. Прокинувся Чайник від якогось дивного легкого відчуття всередині себе. У ньому щось рухалося. Ні, це був не струмінь холодної води, а щось зовсім незнайоме, тепле й живе.

- Ти хто? - Запитав Чайник.

- Я - Берегова Ластівка. Пташка така.

- А що ти тут робиш?

- В'ю гніздо. Скоро у мене будуть пташенята, маленькі ластів'ята. Тут дуже зручно, сухо й немає протягу. Ось, якщо ще роздобуду пир'їнок і м'якої трави, буде взагалі чудово. Прутики - це, звичайно, добре, - міркувала Ластівка вголос, - але м'якенькій пушок набагато краще для моїх діток.

Вона збиралася полетіти, але Чайник майже закричав:

- Стривай! Виходить, тепер я - твій дім? Ти будеш тут жити?

- Який ти нетямущий, однак! - обурилася Ластівка, схиливши вертку чорну голівку. - Я буду тут жити разом з моїми пташенятами. Не стримуй мене, мені треба поспішати. Ластівка полетіла в пошуках пир'їнок і сухої трави, вона була дуже зайнята своїми приготуваннями, у неї було багато турбот, їй було ніколи відповідати на дурні питання Чайника.

- Тепер я - будинок! В мені будуть жити маленькі пташенятка ... Ластівки ... Я їм потрібен! - Раптом Чайник засвистів. Як це в нього вийшло, він не знав. Але він свистів ... Точно, свистів. Спочатку тихо, а потім все голосніше й радісніше.

Обговорення:

● Чому чайник відчував себе потрібним?

● Говорять, що кожна людина народилася на Землі, щоб виконати своє завдання. На вашу думку: для чого ви народилися на цій Землі?

8. Вправа «Психологічні загадки».

Мета: актуалізувати та закріпити знання про якості особистості.

Інструкція: Ведучий зачитує запитання-загадки, учасники відповідають: Яка це людина?

- Людина, яка вмє жити дружно, без сварок, мирно (миролюбива, дружелюбна).

- Яка виконує доручення, обов'язки (відповідальна).

- Яка намагається діяти чесно, по-правилах (справедлива, чесна).

- Яка допомагає іншому, не думає про користь для себе (добра, альтруїст).

- Знає собі ціну, поважає себе, любить себе (горда, достойна, з почуттям власної гідності).

- Яка не сидить склавши руки, діє, вчиться, рухається (активна).

- Яка не боїться говорити з людьми, висловлює свою думку (впевнена в собі).

9. Лист-послання.

По закінченню програми, ведучий вручає кожному учаснику лист-послання: «Для того, щоб ти був задоволений собою, пишався й поважав себе, щоб тебе радували твої стосунки з людьми, мої тобі поради:

1. Думай, що ти щасливчик! Коли ти говориш: «Я –поганий», «У мене нічого не виходить!», ти налаштуєшся ще на більші невдачі, і так про тебе будуть думати люди. Щоб такого не було, думай про те, що тобі вдається зробити гарно. Нехай це надихає тебе на те, що ти можеш все змінити тільки цього захотіти й докласти зусилля. Частіше говори собі: **«Я це зможу!» «Я навчуся!» «Я виправлю!»**.
2. Люби себе! Ти народився на Землі такий один. Із трьох мільярдів мешканців Землі в жодного немає таких відбитків пальців, як у тебе, кольору очей, твоїх думок, твоєї зовнішності. Ти унікальний, ти один такий! Подобайся собі. Вчися розуміти себе. Хто себе не любить – не зможе бути щасливим! А ти ж хочеш бути щасливим?!
3. Поважай і люби інших! Думай про те, що всі хочуть тобі добра. Ніхто не хоче тебе образити. Якщо вони так роблять, то це їх поганий характер керує ними. Ти ж не такий!
4. Кожен має право на свою думку, і вона не обов'язково має бути такою самою, як твоя. Прийми це. Намагайся тримати свої обіцянки, допомагай тому, хто про це просить, частіше посміхайся. І у тебе будуть друзі, які будуть любити тебе.
5. Не давай себе принижувати. Ти – людина, і ти маєш право на те, щоб тебе поважали, поважали твою ГІДНІСТЬ! Скажи про те, що тобі не подобається спокійно й впевнено. Не кричи! Не бийся! Це не допомагає.
6. Не заздри іншим: у них кращі оцінки, красивіший портфель, крутіші ролики. Краще думай, в чому тобі пощастило! У тебе є батьки! Ти здоровий! Ти вмієш плавати! Ти добрий! Думай про те, що в тебе є, а не чого немає.
7. Думати про те, що ти маєш подобатися всім, що тебе мають любити всі, не вірно. Тобі ж не всі люди подобаються! Знайди тих людей, які тобі близькі, які хочуть бути з тобою й піклуйся про те, щоб між вами були добрі стосунки.
8. Ти маєш право помилятися! Всі помиляються. Ще жодної людини не народилося, яка б не помилялась. Помилки – це наше життя. Навчися розуміти, що ти помилився й пробуй виправитися. Образив друга – проси пробачення. Поламав чужу іграшку – попроси допомоги в тата полагодити її чи купи нову із своїх «кишенькових» грошей, чи віддай якусь свою.
9. Ти є автором своєї книги під назвою «Життя». Що ти сам в ній запишеш, таким воно й буде. Якщо головний герой твоєї книги буде боягузом, не буде вірити в свої сили, похмури, злим – таке твоє життя й буде! І ти не жалійся, що хтось в цьому винен. Ти сам відповідальний за книгу свого життя! Коли ти хворієш – думай про те, що ти видужуєш! Якщо ти отримав погану оцінку – думай про те, як на наступний урок отримати хорошу! Думай про те, як буде краще для тебе. Невдача вже відбулася. І чим більше ти будеш про неї думати, тим більше вона (невдача) буде забирати твої сили, енергію, настрій! Вір у себе!

9. Вправа «Свічка».

Мета: розвивати взаємоповагу, партнерство, позитивне мислення.

Інструкція: Поставити в центр кола запалену свічку.

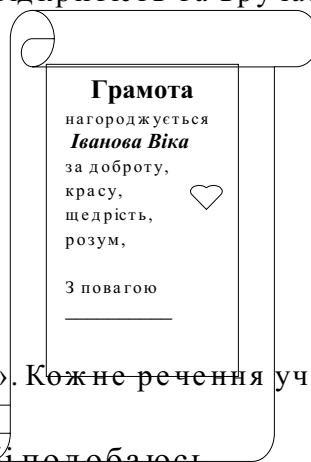
Ведучий: «Давайте уявимо, як в цьому полум'ї свічки згорають ваші образи, ваші хвороби, ваші погані думки про себе й про інших, ваш поганий настрій. І як тільки ви візьмете в руки цю свічку, ви наповнитесь гарним настроєм, здоров'ям, посмішками, любов'ю до себе, до батьків, вчителів, однокласників...»

Передаємо по колу свічку, вдихаємо й видихаємо декілька разів і наповнюємося позитивною енергією. Потім можна поставити свічку в центр, зійтися всім тісніше, з'єднати руки й уявити, які ми сильні, коли разом, як ми підтримуємо один одного, як радіємо за успіхи, як допомагаємо, коли комусь погано, які ми дружні.

10. Прийом «Схвалення».

Мета: підвищувати самооцінку, викликати позитивні емоції, підвести підсумки.

Інструкція: Заздалегідь готуються грамоти кожному учаснику індивідуально за ті якості, які є цінними в кожного учня: за добрий характер, товариськість, любов до себе, повагу до інших, розум, відкритість та вручаються в святковій обстановці.



11. Рефлексія.

Робота у «секретному зошиті». Кожне речення учні записують в зошит, вписуючи своє ім'я.

1. Я, _____, дуже собі подобаюсь.
2. Я, _____, з кожним днем все більше себе люблю.
3. Я, _____, ціню себе як людину.
4. Я, _____, щасливчик.
5. Мене, _____, поважають люди.

12. Прощання.

Учні піднімаються й ведучий зачитує першу половину афірмації, а вони голосно і впевнено відповідають: «Я!»

Хто красивий? Я!

Хто розумний? Я!

Хто сміливий? Я!

Хто щасливий? Я!

Хто відповідальний? Я!

Хто совісний? Я!

Хто активний? Я!

Хто вміє прощати? Я!

Хто впевнений у собі? Я!

Хто поважає себе? Я!

Хто поважає інших? Я!

Хто з почуттям власної гідності? Я! Я! Я!