

Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

**РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНО
ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ
У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ**

Вінниця – 2016

УДК 378.04:37
ББК 74.58
Р 64

Рекомендовано до друку рішенням вченої ради
Вінницького державного педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського
(протокол №10 від 27 січня 2016 р.)

Рецензенти:

Тарасенко Г.С., доктор педагогічних наук, професор
Петрук В.А., доктор педагогічних наук, професор

Розвиток професійно важливих якостей у майбутніх учителів:
Р 64 монографія / Акімова О.В., Галузяк В.М. [та ін.] – Вінниця: ТОВ
«Нілан-ЛТД», 2016. – 248 с.

УДК 378.04:37
ББК 74.58

ISBN 978-966-924-388-1

У монографії розкриваються психолого-педагогічні засади розвитку професійно важливих якостей у майбутніх учителів: творчого мислення, рефлексивності, професійної самосвідомості, моральних якостей, готовності до професійного саморозвитку, конфліктологічної компетентності, комунікативних умінь та ін.

Для наукових працівників, керівників і викладачів вищих педагогічних навчальних закладів, докторантів, аспірантів, студентів.

ISBN 978-966-924-388-1

© Автори, 2016

ЗМІСТ

<i>Передмова</i>	3
<i>Акімова О. В.</i> Формування творчого мислення майбутнього вчителя у процесі рішення педагогічних задач	6
<i>Галузьяк В. М.</i> Розвиток рефлексивності у майбутніх учителів	30
<i>Волошина О. В.</i> Формування толерантності у майбутніх учителів у процесі вивчення педагогічних дисциплін	59
<i>Давидюк М. О.</i> Розвиток професійно важливих якостей і педагогічних здібностей майбутнього вчителя засобами педагогічних олімпіад і веб-квестів	76
<i>Каплінський В. В.</i> Формування комунікативних умінь як важливої складової професіоналізму майбутнього вчителя	90
<i>Коломієць А.М.</i> Професійна культура вчителя як система	108
<i>Столяренко О. В., Столяренко О.В.</i> Формування у майбутнього вчителя умінь толерантної міжособистісної взаємодії	123
<i>Фрицюк В. А.</i> Сутнісні характеристики готовності майбутніх педагогів до професійного саморозвитку	157
<i>Хамська Н. Б.</i> Формування моральних якостей майбутнього вчителя засобами притч	176
<i>Холковська І. Л.</i> Концептуальні засади формування конфліктологічної компетентності майбутнього вчителя	191
<i>Шахов В. І., Шахов В. В.</i> Особистісні детермінанти розвитку професійної самосвідомості в студентському віці	217
<i>Література</i>	230
<i>Інформація про авторів</i>	247

ФОРМУВАННЯ У МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ УМІНЬ ТОЛЕРАНТНОЇ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

О. В. Столяренко, О. В. Столяренко

Підготовка майбутнього учителя до активної, творчої, професійної діяльності, виховання у молоді толерантних міжособистісних взаємин виступають важливими завданнями Державної національної програми «Освіта» («Україна ХХІ століття»), Національної стратегії розвитку освіти в Україні на 2012-2021 роки, Указу Президента України «Про основні напрями реформування вищої освіти України». Напрямами державної політики в галузі виховання студентської молоді стали принципи гуманістичної педагогіки, сформульовані в Законі України «Про освіту», Національній доктрині розвитку освіти України у ХХІ столітті, Концепції національного виховання, дослідженнях НАПН України (І. Бех, С. Гончаренко, В. Кремень, О. Сухомлинська). Закладена в них методологія виховання надає пріоритет різнобічно розвиненій особистості, її життєвому й професійному самовизначенню, самореалізації, життєтворчості відповідно до гуманістичних і національних цінностей. Це актуалізує гуманістичні аспекти вузівської підготовки майбутнього учителя в контексті оптимальної самореалізації його морально-особистісного потенціалу. Виховна робота у вищому навчальному закладі створює для молодого спеціаліста додатковий резерв особистісного самотворення: він повинен оволодіти навиками професійної взаємодії із суб'єктами навчально-виховного процесу, із членами соціуму загалом, на основі послідовної й глибокої усвідомленої толерантності. Це складне інтегративне утворення науковці розглядають у загальній стратегії розвитку особистості (І. Бех, О. Асмолов, С. Бондирєва, М. Ліпман, Д. Колесов, О. Клепцова, О. Кононко, В. Маралов, К. Роджерс, В. Сітаров, У. Солдатова, Л. Шайгерова). Орієнтири виховання молоді в цьому напрямку запропонували класики педагогічної думки (Я. Коменський, Я. Корчак, А. Макаренко, М. Монтессорі, В. Сухомлинський, К. Ушинський, С. Френе, Р. Штайнер). Проблеми виховання молоді на основі принципів толерантної поведінки досліджували О. Хижняк, О. Зарівна, І. Жданова, Т. Білоус, Я. Довгополова, О. Батуріна, Ю. Грачова, П. Комогоров, О. Пугачова, О. Рибак. Про те, що до означеної проблеми інтерес значно підвищився свідчать результати досліджень, захищених в Україні лише за останнє десятиліття кандидатських дисертацій (М. Андреев, Л. Бернадська, О. Волошина, О. Грива, А. Гусев, О. Зарічна, Е. Койкова, І. Кушніренко, О. Орловська, Ю. Попик).

У процесі теоретичного обґрунтування проблеми виховання толерантності студентської молоді, як опори в організації міжособистісних взаємин нами були визначені концептуально-методологічні засади досліджуваної проблеми, розроблені провідними українськими ученими: *людиноцентризм* в освіті В. Кременя як напрям

розвитку духовності нації; *соціокультурні домінанти*, які, на думку О. Сухомлинської, визначають тип соціальності, що залежить від рівня техніко-економічного розвитку; соціально-класову стратифікацію суспільства; етнонаціональну диференціацію; багатоманітність світоглядних орієнтацій, детермінованих релігійними, ідейними, філософськими, науковими установками; *антропологічний підхід*, що набуває дедалі більшої популярності й застосовується, на думку М. Богуславського, у розрізі розвитку педагогічної думки в контексті вивчення людини як особистості; концепція становлення особистості в системі «індивід – суспільство» В. Муляра; *інваріанти* ціннісного ставлення до людини І. Беха; *філософська концепція* «педагогіки добра» І. Зязюна.

Розробляючи модель процесу формування навиків толерантних взаємин в майбутніх учителів, яка повною мірою розкриває всі його етапи й структурні елементи, ми виходили із позиції, що виховання міжособистісної толерантності відбувається під час послідовної зміни змістового, процесуального та результативного компонентів. А відтак, усі етапи цього процесу узгоджуються з логікою організації навчання і виховання у ВНЗ. Це актуалізація засвоєння знань, розуміння студентами сутності феномену толерантності, формування в них толерантних почуттів та набуття необхідних умінь і навичок толерантної міжособистісної взаємодії.

У процесі роботи ми орієнтували майбутніх учителів на розуміння толерантності як загальнолюдської гуманістичної цінності та формування в них відповідної активної моральної позиції.

Метою першого етапу тренінгу стало набуття студентами знань про ціннісне ставлення до людини, повагу до особистої гідності кожного, толерантність та їх роль у взаємодії між людьми. Як новацію на цьому етапі ми презентували адаптований варіант методики «*серендипіті*» (англ. «*serendipity*»), що базується на явищі «інстинктивної прозорливості» і означає здатність робити глибокі висновки на основі спонтанних вражень від побаченого під час довільного спостереження за ходом подій. Стимулювальним матеріалом для тренінгу було обрано кінофільми (їх було більше 30) або їх фрагменти, а також ситуації, які стосуються проблем взаємодії між людьми, толерантності, рівноправності, стереотипів, забобонів та способів їх розв'язання. Перевага серендипіті полягає в тому, що навчання толерантності можливе і в процесі будь-якої діяльності, зокрема, перегляду кінофільму, а в отриманні вищої освіти це надзвичайно важливо – без відриву від навчально-виховного процесу можна вивчати будь-яку проблему, дисципліну. За допомогою фільмів-серендипіті (до яких висувають особливі вимоги, на відміну від інших навчальних кінофільмів) за час їх перегляду і подальшого обговорення побаченого студенти отримують усю необхідну інформацію, пов'язану з проблемами, які розглядаються. Оволодіння студентами необхідними

практичними вміннями та навичками толерантної взаємодії відбувалось у ході другого змістового етапу роботи під час проведення семінару-тренінгу, який ми умовно назвали «Потік соціальних умінь толерантної міжособистісної взаємодії». Кожний структурний компонент толерантності набуває свого розвитку завдяки моделюванню відповідних умінь, які ми умовно поділили на шість груп, що включають елементарні вміння толерантної взаємодії (це перша група – набуття компетентності в спілкуванні) і вищі соціальні вміння суб'єкт-суб'єктної толерантної взаємодії (друга–шоста групи: вміння сприймати власну особистість, формувати адекватну самооцінку; розуміти й приймати іншого в процесі взаємодії (прояв ширих почуттів, емпатії); боротися зі стресом, стримувати власний гнів та інші негативні емоції (саморегуляція, самоконтроль); вміння асертивної поведінки; бути здатним до співпраці. У другому блоці семінару-тренінгу найбільш ефективними методами виявилися бесіди з елементами дискусії, рольові ігри. Алгоритм запровадження методики в нашому дослідженні передбачав реалізацію основних видів робіт:

- а) моделювання зразків поведінки;
- б) рольові ігри;
- в) напрацювання умінь толерантної взаємодії;
- г) рефлексія, зворотний зв'язок.

Під час проведення тренінгових занять вироблення в учасників конкретних умінь толерантної поведінки відбувалося з послідовним дотриманням таких *кроків*: визначення уміння толерантної взаємодії на даному етапі роботи; демонстрація зразків поведінки щодо вправління конкретного типу уміння; вивчення мотивів і виявлення потреби студента у визначених вміннях толерантної поведінки; вибір учасників рольової гри; організаційна підготовка до її проведення; рольова гра; зворотний зв'язок щодо майстерності гри; домашнє завдання в напрацюванні уміння й застосуванні навичок певних елементів толерантної поведінки в ситуаціях повсякденного життя; вибір наступного учасника рольової гри.

Вступна частина у спільній роботі зі студентами полягала у згуртування учасників семінару-тренінгу. З цією метою нами були розроблені спеціальні вправи. На початку заняття ведучий пропонує учасникам представитися так, як би їм хотілося, щоб їх називали на період роботи у цій групі (наприклад, використовувати псевдонім чи скорочений варіант імені). Можливі декілька варіантів: а) *вправа «Літимо снігову кульку»*. Учасники групи утворюють коло. Першим представляється ведучий. Потім той, хто сидить ліворуч від нього, називає попереднє ім'я, а тоді своє. Кожний наступний учасник називає по черзі імена усіх, що представлялися раніше, а той, хто замикає коло, мусить назвати імена усіх членів групи; б) *вправа «Сусіди праворуч і ліворуч»*. Учасник, який тримає у руках м'яч, називає імена сусідів праворуч і ліворуч від себе, а потім представляється сам. Після цього

він кидає м'яч кожному із членів групи. Той учасник, який одержав м'яч знову, повинен назвати імена своїх сусідів праворуч і ліворуч і представитися сам і так далі; в) *вправа «Ми схожі?»*. Учасники вільно рухаються і кажуть кожному, кого зустрінуть, дві фрази, що починаються зі слів: «Ти схожий на мене тим, що...», «Я відрізняюся від тебе тим, що...». Наприкінці спілкування тренер просить учасників поділитися своїми враженнями від знайомства та виявити спільні ознаки, чим закріплюється позитивний фон заняття; г) *вправа «Знайомство за ознакою»*. Її мета – створити комфортні умови для особистих контактів, знайомства учасників і подальшої роботи. Учасники вільно розходяться і ведучий дає завдання: «Знайдіть один одного ті, у кого однаковий колір очей» (день народження влітку, взимку і таке інше; ім'я яких складається з 5 літер, тощо; за місцем проживання, знаком Зодіаку, улюбленим кольором). Наприкінці цієї вправи, як і попередньої, тренер заслуховує враження учасників, підводить підсумки і говорить про те, що особисте пізнання дозволить продуктивніше працювати упродовж дня; д) *вправа «Взаємні презентації»*. Ведучий звертається до учасників тренінгу, щоб вони об'єдналися по парам і діяли, дотримуючись алгоритму. Перший етап роботи полягає в тому, що кожний самостійно малює свій образ за першим запитанням: «Я і моя професія» (до 5 хвилин). Другий етап: розповіді своєму партнерові про себе. Третім етапом роботи є представлення (промоушен) групи свого партнера. Для цього потрібно отримати якомога більше різноманітної інформації про напарника. У самопрезентації увага приділяється таким найважливішим питанням: «Як я уявляю свою професію?», «Що я ціную в самому собі?», «Предметом моєї гордості є...», «Що я умію робити краще за всіх?». Після завершення вправи відбувається представлення резюме тренера, який підсумовує те, що люди, які зібралися в цьому тренінговому просторі, об'єднані спільною діяльністю, прагненням до налагодження партнерських відносин, професійного удосконалення; е) *вправа «Інтерв'ю»*. Метою є розвиток уміння вислухати партнера та скоротити комунікативну дистанцію між учасниками тренінгу. Відбувається об'єднання у пари і 10-тихвилинна розмова зі своїми партнерами з метою отримання якомога більшої інформації. Потім кожний по черзі робить коротке представлення свого співрозмовника. Головне завдання – підкреслити індивідуальність, виділити риси, які відрізняють його від інших. Після чого учасники по черзі представляють одне одного.

Важливим моментом на початку роботи є озвучення правил участі у тренінговій програмі. Реалізація деяких із них передбачає розвиток у студентів елементарних комунікативних умінь:

– *Умійте слухати один одного*. Це означає вимогу дивитися на того, хто говорить, і не перебивати його. Коли хтось закінчує промову, наступний учасник, який бере слово, перш ніж розпочати виклад своєї

позиції, може стисло повторити те, що було сказано до нього. (Для того щоб привернути увагу до того, хто виступає, ми використовували невеличкий м'ячик (а можна і будь-який інший невеличкий предмет), який під час дискусії (або обговорення) переходить із рук в руки. Під час виступу одного з учасників усі інші зберігають мовчання.

– *Говоріть по суті.* Іноді учасники відволікаються від теми, що обговорюється. Замість того щоб спиняти таких студентів, ведучий дискусії зауважує: «Я не зовсім розумію, як це пов'язано з нашою темою. Чи не могли б Ви пояснити, що мається на увазі?»

– *Виявляйте повагу.* Відвертість у висловлюваннях з'являється лише тоді, коли учасники засвоять, що можна і не погоджуватися з чужою точкою зору, але неприпустимо оцінювати інших людей лише на підставі висловлених ними думок.

– *Закон «нуль-нуль» (про пунктуальність).* Усі учасники повинні збиратися у встановлений термін.

– *Конфіденційність.* Те, що відбувається під час заняття, не розголошується і залишається між учасниками.

– *Правило «стоп».* Якщо аналіз особистого досвіду одного із учасників стає неприємним, неприйнятним, той, про кого йдеться, припиняє обговорення теми і говорить: «Стоп».

– *Кожний говорить за себе, від свого імені.* Необхідно говорити не: «Усі вважають, що...», а: «На мою думку, ...».

У процесі семінару-тренінгу «Потік міжособистісних умінь толерантної взаємодії» педагоги-тренери спрямовують роботу з вироблення конкретних навиків поведінки з послідовним дотриманням таких *дев'яти кроків*: 1) визначення уміння толерантної взаємодії на даному етапі роботи; 2) демонстрація зразків поведінки щодо вправлення у конкретного типу умінні; 3) вивчення мотивів і виявлення потреби студента у визначених уміннях толерантної поведінки; 4) вибір учасників рольової гри; 5) організаційна підготовка до її проведення; 6) рольова гра; 7) зворотний зв'язок щодо майстерності гри; 8) домашнє завдання у напрацюванні уміння і застосуванні навиків певних елементів толерантної поведінки у ситуаціях повсякденного життя; 9) вибір наступного учасника рольової гри.

Перший крок: визначення уміння толерантної взаємодії на даному етапі роботи. Заняття розпочинається з короткого обговорення групою під керівництвом тренера того уміння, яке буде напрацьовуватись у процесі заняття. Незалежно від того, чи вибір такого уміння здійснюється тренером, чи студентами самостійно, такий вступ має велике значення. Необхідно зрозуміти даний тип уміння – як його абстрактну сутність, так і конкретне значення (з наведенням прикладів). На практиці ця мета досягається дуже швидко. Достатньо навіть кількох

хвилин. Оминаючи довгу лекцію чи затяжну групову дискусію, можна спільними зусиллями у процесі колективного обговорення дійти згоди у розумінні певного типу толерантної поведінки.

Другий крок: демонстрація зразків поведінки і вправління у конкретного типу умінні. Моделювання бажаної поведінки чи знайомство з її зразками у процесі навчання відбувається через наслідування, імітацію, механізми яких виступали об'єктами багатьох досліджень і мали багато назв: копіювання, емпатійне навчіння, обсерваційне навчіння, ідентифікація, вікарне навчіння, парнозалежна поведінка, тощо. Усе це переконливо свідчить про те, що моделювання є ефективним і надійним прийомом як для швидкого засвоєння елементів толерантної поведінки, так і для посилення чи послаблення раніше набутих умінь. Ми використовували усі три типи навчання за допомогою імітації: а) *навчання через спостереження* стосується вироблення нових навиків толерантної поведінки. Юнацький вік є сенситивним до наслідування та імітації. У молодих людей майже щотижня з'являється щось нове у мовленні, в одязі, танцях, звичках; б) *ефекти гальмування і розгальмування* пов'язані з посиленням чи послабленням проявів поведінки студента, що мали місце у його житті лише зрідка і були зумовлені покараннями. Демонстрація зразків поведінки, пропонованих ровесниками, є основною причиною ефектів гальмування і розгальмування. Молоді люди, які поводяться альтруїстично, виявляють турботу по відношенню до іншого, можуть стримувати, тобто, гальмувати таку свою поведінку у присутності тих студентів, які поводять себе егоцентрично, з удаваною байдужістю і за це отримують заохочення. Агресивні моделі поведінки можуть також створити ефект розгальмування і змусити спостережливого студента поводитися агресивно. Такі вправи, в яких виховуються вміння відстоювати власну точку зору, реагувати на тиск з боку групи, сприяють униканню молодими людьми ефектів розгальмування; в) *фасилітація поведінки* має відношення до виконання раніше набутих дій, але аж ніяк не нових, і не є першопричиною можливих негативних реакцій з боку інших. Один студент отримує заохочувальну стипендію деканату і радіє від того, що однокласник був нагороджений також. Студентка добре господарює вдома, допомагає хворій матері, тому молодший братик наслідує її поведінку. Студент намагається обговорити з куратором групи проблему, що виникла на семінарі. Коли розмова пройшла вдало, були отримані цінні поради, щоб залагодити конфлікт, його однокласник вирішує також звернутися до викладача. Ми навели приклади впливу поведінкової фасилітації. Дослідження показали, що будь-яку поведінку можна формувати, стимулювати, чи, навпаки, запобігати їй через її моделювання педагогом-тренером перед студентом і програвання ситуації у групі. Зразки поведінки можуть варіюватися від агресії, насильства до толерантності, умінь допомагати іншим, стримувати емоційне збудження, незалежності у діях, здатність

до конструктивної міжособистісної взаємодії, емпатійного ставлення, саморозкриття перед співрозмовником та багато іншого. З подібних досліджень випливає, що демонстрація зразків відносин може бути важливим інструментом у навчанні студентів новій поведінці та зміцненні чи послабленні тієї, що вже існує; г) *підсилювачі моделювання*. Переважна більшість людей щоденно спостерігає за сотнями дій, які не наслідують. Багато людей підпадають під вплив (через телебачення, радіо, періодичні видання) вельми «відшліфованої» реклами того чи іншого продукту, але пізніше його не купують. Чимало молодих людей дивляться дорогі, майстерно зняті навчальні фільми, але залишаються ненавченими. Отже, не викликає сумніву той факт, що люди вчаться через моделювання лише за певних обставин. З допомогою лабораторних досліджень з'ясована тотожність підсилювачів моделювання, чи умов, які сприяють у здійсненні цього процесу, полегшують його. Цими підсилювачами є характеристики, притаманні взірцеві, тобто особі, що демонструватиме зразки поведінки; д) *характеристики взірця (тренера)*. Найбільший вплив на виховання моделювання має тоді, коли взірець (особа, яку наслідують): 1) справляє враження дуже умілої та компетентної у певній галузі людини, гарний спеціаліст; 2) має більш менш високий статус; 3) контролює бажані для тренуваного винагороди, заохочення; 4) є однакової статі, приблизно того ж самого віку і становища в суспільстві, що й тренуваний; 5) дружельобний та готовий завжди прийти на допомогу; 6) що особливо важливо – отримує на очах спостерігачів винагороду за певні дії, вчинки, поведінку. Інакше кажучи, нам всім властиво наслідувати, копіювати, імітувати знавців, експертів або сильних, але все-таки приємних людей, котрих заохочують, винагороджують саме за те, що вони роблять, а особливо, коли ці винагороди є такими, чого конче бажають тренувані; е) *характеристики процесу демонстрації моделі поведінки*. Ефективним моделювання буде тоді, коли дії, гідні наслідування, демонструються: виразно і детально; у порядку від найменш до найбільш важких; з достатньою кількістю повторень, щоб уможливити повторне навчання і перенавчання; з мінімальною кількістю зайвих деталей (яких не треба переймати спостерігачеві); використовується не один, а декілька взірців; ж) *характеристики студента-учасника тренінгу*. Дієвим моделювання видається тоді, коли вихованець: мусить наслідувати взірець поведінки; має подібний до взірця соціальний статус, або має схожі переконання, інтереси, а також позитивно ставиться до умінь, які треба розвинути, розуміє їх роль в успішній взаємодії; коли він людина дружельобна до взірцевої моделі чи симпатизує їй; коли та отримала винагороду за виконання зразкової поведінки; з) *стадії моделювання або демонстрації зразків*. Ефективність цих підсилювачів моделювання, а також власне моделювання можна краще зрозуміти завдяки аналізу трьох стадій науачіння через показ взірця поведінки. Перша стадія стосується *уваги*.

Учасники тренінгу не можуть вчитися через спостереження за зразком поведінки доти, доки вони не почнуть звертати увагу на показ зразка, а особливо на конкретні дії, що моделюються. Пильна увага виникає у разі наголошення тренера на важливості кожного кроку під час його демонстрації, вилучаючи з цього показу недоречні деталі, чим зводиться до мінімуму складність матеріалу, що демонструється. Показ бажаної поведінки стає більш яскравим за умови використання підсилювачів моделювання. Щоб викликати увагу студентів, учасників тренінгу до рольових ігор, перед показом взірців толерантної взаємодії тренери роздають картки умінь. Студенти повинні уважно спостерігати за їх демонстрацією. Важливим завданням тренера у ході заняття є допомога вихованцям у розпізнаванні поведінкових кроків. Педагоги-тренери звертають увагу членів групи на те, що під час програвання деяких поведінкових кроків у формуванні тих чи інших умінь протагоністи будуть «думати вголос», тобто висловлювати свої міркування, про які зазвичай не говорять. Друга стадія – *збереження*. Аби пізніше відтворювати продемонстровані дії, тренуваному необхідно запам'ятати чи зберегти їх. Збереження має відбуватися за допомогою пам'яті, яка отримує допоміжні засоби тоді, коли показана поведінка класифікується чи кодується спостерігачем. Таке кодування полегшується уявною репетицією (тобто удаваним програванням показаних дій). Дослідження засвідчили, однак, що кращим засобом, для збереження його в пам'яті є відкрита репетиція. Таке практикування конкретних поведінкових кроків є вирішальним для наučіння і дійсно є другим важливим етапом «Потоку міжособистісних умінь толерантної взаємодії». Це – рольова гра, про яку мова буде йти далі. Варто зазначити, що ймовірність збереження зразків поведінки у пам'яті за допомогою відкритої репетиції значно зростає внаслідок винагородження моделі і тренуваного. Третя стадія – *відтворення*. Дослідники підкреслюють існування відмінностей між наučінням та виконанням. Якщо тренуваній скеровував свою увагу і запам'ятав ті дії, що демонструвалися взірцями, можна сказати, що тут мало місце наučіння. Основний інтерес, однак, становить не стільки те, чи особа спроможна відтворити побачені дії, скільки те, чи вона робить це. Як і у випадку зі збереженням, ймовірність того, що особа буде справді чинити саме так, залежить, крім усього іншого, і від сподівання отримати винагороду за набуту поведінку. Експектація (очікування) винагороди визначається її обсягом, послідовністю, новизною і частотою. Винагорода за виконання аналізуватиметься нами далі під час обговорення мотивації тренуваного.

Третій крок: вивчення мотивів і виявлення потреби студента у визначених уміннях толерантної поведінки. Перш ніж члени групи розпочнуть рольову гру, у якій програватиметься те чи інше уміння, що було продемонстровано на попередньому етапі тренінгу, необхідно з'ясувати потребу в ньому кожного студента – учасника тренінгу. Адже

саме репетиція поведінки виступає головним завданням рольової гри. Тобто, рольове програвання умінь у групі допоможе студентові коректно реагувати на ту чи іншу життєву ситуацію. Ми з'ясували, що потреба в умінні виникає у студента раніше. Проте існує необхідність в її відкритому обговоренні в групі, вивчення послідовності кроків, необхідних для доцільної та реалістичної рольової гри. Отже, кожному тренуваному пропонується по черзі сказати де, коли, а особливо – по відношенню до кого він вважав би за корисне застосувати напрацьовані уміння, зразки яких були продемонстровані тренерами. Для того, щоб така інформація була більш ефективною, на класній дошці пишуть імена членів групи і поруч – тієї особи, по відношенню до якої дане уміння буде застосовуватися, а також тему рольової гри, яка асоціюється у тренуваного з цією особою. Позаяк непорушне правило «Потоку міжособистісних умінь толерантної взаємодії» полягає в тому, що кожний тренований мусить брати участь в усіх рольових іграх по розвитку кожного уміння, визначеного за програмою, без жодних винятків, така інформація є вкрай необхідною.

Четвертий крок: вибір учасників рольової гри. Оскільки ми розраховуємо на напрацювання умінь в рольових іграх всіма без винятку членами групи, тому немає особливого значення, хто з них проходитиме вишкіл першим. Як правило, після навчання одному чи двом умінням рольову гру розпочинають добровольці. Якщо з тієї чи іншої причини виявляються такі члени групи, для яких участь у рольовій грі видається некомфортною чи загрозливою, є сенс не запрошувати їх до виступу першими або другими. Спостереження за тим, як це роблять інші студенти, заспокоїть їх і полегшить процес входження у гру. В деякого небажання може обернутися у відчайдушний опір і відмову. Варто зазначити: хоча ми і дотримуємося правила «Немає жодного винятку», ми прагнемо залучати тренуванних до рольових ігор засобами підтримки, заохочення, підбадьорювання і робимо наголос на тому, що уміння піде на користь у задоволенні їхніх особистих потреб, аніж застосовувати штрафні санкції чи будь-які авторитарні засоби.

П'ятий крок: організаційна підготовка до проведення рольової гри. Після того, як тренований описав ситуацію з реального життя, де вміння може стати у пригоді, він призначається на роль протагоніста (головної дійової особи у грі) і обирає собі напарника (спів актора), антагоніста, на роль другої особи (скажімо, товариша, який нагадував би йому чимось особу з реального життя.) відповідно до сюжету гри. Тренер допомагає протагоністу отримати додаткову інформацію, необхідну для підготовки сюжету: дає опис місця, події, що безпосередньо передували рольовій грі, настрої чи характерні манери героя, які студент має інсценувати, та будь-які інші безперечно корисні подробиці – щоб зробити рольову гру якомога більш наближеною до життя.

Шостий крок: рольова гра. Перед тим, як розпочати рольову гру, тренер нагадує всім учасникам про їхні ролі та обов'язки: головній дійовій особі пропонує дотримуватися визначених поведінкових кроків, спів акторові – уявити себе у ролі іншої особи, а іншим учасникам – уважно спостерігати за виконанням поведінкових кроків. Ми закріплюємо спостерігачів за грою для відстеження якогось одного поведінкового кроку. Кожен контролює його в ході рольової гри та подає про це звіт на наступному занятті, метою якого є обмін думок (зворотний зв'язок). «Глядачів» перших кількох рольових ігор ми орієнтували – на які прояви майстерності слід звертати увагу (наприклад, мову, інтонацію, жести). Потім акторам дається команда розпочинати «виставу». З цієї хвилини тренер цілковито відповідає за гру протагоніста і реалізацію поведінкових кроків. Тих дійових осіб, які відхиляються від ролі і намагаються певним чином пояснити свою поведінку, треба схилити повернутися знову до сюжету, до виконання своїх ролей, а пояснення давати пізніше. Якщо рольова гра протікає в іншому руслі (явно відхиляється від запропонованих поведінкових кроків), інсценування, спрямоване на відпрацювання визначеного уміння можна зупинити, дати вказівки і розпочати знову. Одному тренерові слід стояти біля класної дошки й указувати по черзі на кожен із поведінкових кроків у міру того, як розгортається рольова гра, допомагаючи протагоністові, а також іншим тренуваним дотримуватися порядку виконання дій за кроками. Процес триває доти, доки всі студенти, учасники тренінгу, побувають в ролі протагоніста принаймні один раз (в залежності від характеру рольової гри та пов'язаних із нею домашніх завдань). Може бути два або й три рази. Інколи для відпрацювання одного уміння можна виділити два чи три заняття. Ми пропонуємо, щоб кожне із них розпочиналося з двох ситуацій для визначеного уміння, навіть якщо воно для групи уже не є новим. Слід зауважити, що хоча поведінкові кроки рольової гри будь-якої групи залишаються однаковими, наповнення їх змістом змінюється кожного разу. Для деяких студентів, учасників тренінгу рольове програвання вміння протагоністом часом може виявитися складною справою, бо їм доводиться приймати точку зору як протагоніста, так і антагоніста. Тоді бажано обмінятися ролями і продовжити гру. Принагідно тренер може брати на себе роль антагоніста, щоб дати молодим людям змогу оволодіти тими чи іншими типами реакцій, які не програвалися досі. Тренер як співучасник гри може також допомагати тим студентам, у яких бідний словниковий запас чи вони вкрай нерішучі.

Сьомий крок: зворотний зв'язок щодо майстерності гри. Після кожної рольової гри відводиться короткий час для зворотного зв'язку. Це допомагає протагоністові з'ясувати, наскільки добре він дотримується поведінкових кроків, чи відхиляється від них, перевірити психологічний вплив даної гри на антагоніста і стимулює в головній дійовій особі бажання переносити таку поведінку в реальне життя.

Тренер пропонує протагоністові зачекати доти, доки той не вислухає коментарі всіх присутніх, а потім на них відповідати. Антагоніста просять першим поділитися своїми враженнями. Далі інші спостерігачі з числа студентів висловлюють свої зауваження – що вдалося, наскільки добре дотримувалися поведінкові кроки. Потім тренери висловлюють свої думки, тобто здійснюють соціальне підкріплення учасників (у вигляді схвалення чи заохочення). Для ефективнішого використання прийому соціального підкріплення, тренерам треба керуватися *вказівками*, які ми розробили: його бажано застосовувати лише після тих рольових ігор, у яких дотримувалися поведінкові кроки; завжди підтримуйте спів актора за його допомогу у грі та прагнення забезпечити можливість успішної взаємодії; урізноманітнюйте конкретний зміст підкріплень (наприклад, підкресліть гарну виконавську майстерність за тон голосу, вдалу позу і жести, влучні висловлювання); забезпечте кожного члена групи достатньою участю в рольових іграх, щоб йому можна було розраховувати на схвалення; давайте підкріплення в об'ємі, що узгоджується з рольовою грою; не використовуйте його, коли рольова гра істотно відхиляється від поведінкових кроків (за виключенням перших «спроб» на першому чи другому занятті); відзначайте учасників за індивідуальний розвиток, покращення майстерності в порівнянні з попередніми спробами та виконанням. Далі увага звертається на дії протагоніста. Після прийняття зворотного зв'язку, отримання варіантів вражень для коментарів запрошується протагоніст. Він висловлюється, чим показує свою реакцію на зауваження інших щодо рольової гри. У такий спосіб він може навчитися оцінювати ефективність свого показу уміння у світлі зворотного зв'язку, отриманого від інших. Вирішальним для тренера моментом є аналіз роботи і зосередження на поведінці учасників. Його зауваження мають вказувати на наявність чи відсутність конкретних проявів поведінкової реакції і не мають набувати форми надто широких узагальнень. Зворотний зв'язок, звичайно, може бути за змістом позитивним чи негативним. Слідом за негативними зауваженнями повинні завжди йти конструктивні коментарі щодо того, як ту чи іншу ваду можна виправити. Недолуге виконання (значне відхилення від поведінкових кроків) щонайменше можна підтримати і представити як непогану спробу, і водночас піддати критиці за недоліки. Молодим людям, яким не вдалося у своїх рольових іграх дотриматися визначених поведінкових кроків, слід надати змогу ще раз виконати це завдання з урахуванням отриманого зворотного зв'язку і корекції поведінки. Інколи, в якості наступного прийому зворотного зв'язку, ми записуємо на плівку чи знімаємо на камеру хід усієї рольової гри. Надання тренуваним можливості побачити чи почути себе у запису на плівці допомагає їм краще обміркувати власну поведінку. Оскільки головна мета «Потоку міжособистісних умінь толерантної взаємодії» – гнучкість у виробленні умінь, то ми не можемо вважати помилковим таке

розігрування, яке дещо відхиляється від поведінкових кроків. Тобто, дещо інший хід рольової гри, метою якої є навчання тому чи іншому умінню може позитивно спрацювати у деяких ситуаціях. Тренерам слід наголошувати на тому, що вони намагаються навчати вихованців дієвим поведінковим альтернативам, пов'язаним з розв'язанням проблем у спілкуванні і для студентів було б корисно мати у своєму арсеналі умінь толерантної взаємодії деякі поведінкові кроки для залагодження ситуації.

Восьмий крок: домашнє завдання у напрацюванні уміння і застосуванні навиків певних елементів толерантної поведінки у ситуаціях повсякденного життя. Після вдалих рольових ігор тренуваним дають вказівки спробувати втілити в життя ті вміння, в яких вони практикувалися протягом заняття. Для студентів «домашнє завдання» можна виконувати в межах студентського колективу, навчального закладу, але поза тренінговою групою. Допускається також виконання домашньої роботи в іншому місці – поза стінами університету з іншими ровесниками, з друзями за місцем проживання. Ми вважаємо, що доцільно розпочинати з відносно простих домашніх завдань і, якщо набувається майстерність, наближатися до більш складних. Ім'я особи/осіб, з якими тренуваний випробовує вміння, день, місце – усе це обговорюється і записується у «Звіті про домашню роботу – 1». Кожне наступне заняття «Потоку міжособистісних умінь толерантної взаємодії» починається з обговорення звітів про домашню роботу. Коли треновані доклали зусиль до виконання домашнього завдання, тренери повинні забезпечити їх соціальним підкріпленням. Невиконання домашнього завдання повинно наштовхуватися на виражене тренером розчарування. Якщо функціонування групи пов'язане із системою стимулів і стандартів навчального закладу, успішна домашня робота має щедро винагороджуватися. Важливо наголосити на тому, що без цих чи подібних спроб максимізувати перенесення ставиться під сумнів цінність усього тренінгового заняття. Коли переважна більшість студентів, що брали участь у тренінгу демонструє майстерність у набутому умінні, про що свідчить вдаль виконання рольових ігор у групі та застосування вміння поза нею, настає слушний час переходити з усією групою до відпрацювання іншого уміння. Ті ж студенти, учасники тренінгу, які не встигають, тобто, ще не достатньо оволоділи тим чи іншим умінням толерантної поведінки, у якому інші вже компетентні, переходять із групою до засвоєння нового уміння, але продовжують докласти зусилля, щоб виконати домашнє завдання, метою якого є розвиток попереднього уміння. Задля реалізації такої мети використовується «Звіт про домашню роботу -2» (Додаток). Тренувані подають ці звіти педагогам-тренерам, які реагують на них вербально або у формі коротких записів, у жодному разі не витрачаючи на це багато часу групи. Після кількомісячної роботи групи усі її члени виконують домашнє завдання по відпрацюванню і випробуванню

наступного уміння, але багато студентів буде ще працювати над попереднім умінням.

Дев'ятий крок: вибір наступного учасника рольової гри. На роль головної дійової особи обирається інший студент – учасник тренінгу і послідовність дій, описана вище, повторюється доти, доки усі члени групи не продемонструють усередині групи, а також поза нею майстерність виконання уміння.

Представлений нами алгоритм формування того чи іншого соціального уміння має відкlastися у свідомості учасників тренінгу у вигляді окремих кроків, які набувають індивідуального забарвлення. А публічна демонстрація, обґрунтування своїх дій підчас рольової гри, промовляння уголос обраних варіантів поведінки має велике значення для швидкого запам'ятовування і ґрунтового навчання у виробленні навиків толерантної взаємодії. Розглянемо для прикладу декілька вправ, які були нами успішно використані в ході семінару-тренінгу «Потік соціальних умінь міжособистісної взаємодії». При формуванні елементарних соціальних умінь (група 1), наприклад, коли ми навчали студентів *висловлювати вдячність*, були визначені такі кроки: а) вяснити, чи людина сказала, зробила щось таке, за що варто їй подякувати; б) обрати слушний час і місце, щоб подякувати людині; в) підготуватися, щоб зробити це у дружньому тоні; г) визначитися і сказати людині, за що ти висловлюєш їй вдячність. Тренер, який отримує вказівки, радить, у якому вигляді можна висловити свою вдячність (чи це буде послуга, подарунок чи комплімент, слухним може виявитися вільний час і місце, де нікого немає, а виявити вдячність можна словами, подарунком, листом чи послугою). Студентам були запропоновані орієнтовні ситуації для моделювання уміння: а) навчальний заклад: протагоніст дякує викладачеві за підтримку і допомогу у написанні проекту і виконанні його завдань; б) удома: протагоніст висловлює вдячність матері за те, що вона допомогла налагодити побут у складній ситуації; в) група однолітків: протагоніст дякує другові за поради і підтримку. Коли ми приступили до відпрацювання вищих соціальних умінь (група 2), а саме, коли спрямовували зусилля на формування *уміння усвідомлювати свої почуття*, пропонували такі кроки: а) звертання уваги на те, яка реакція організму на події, які викликають збентеження, хвилюють, збуджують і що у ньому відбувається. Це допомагає дізнатися, що відчуває людина на той момент; б) пропонується проаналізувати, що може стати причиною саме такої відповіді організму і змушує себе так почувати; в) підібрати слова, з допомогою яких можна назвати і охарактеризувати цей емоційний відгук. Тренер підказує, що такі ознаки, як рум'янець, біль у животі, напружені м'язи, є виразом почуттів, наголошує на тому, що спонукає їх виникнення, і наводить приклади впливу зовнішніх подій, бійки, здивування. Можливими варіантами відповіді на складні ситуації, в які потрапляє людина можуть бути: гнів, страх, збентеження,

радість, щастя, сум, розчарування, виснаження, збудження, тривожність. Перші приклади у переліку почуттів запише на дошці викладач, який заохочує студентів до інших пропозицій. Для рольової гри були запропоновані орієнтовні ситуації, спрямовані на моделювання відповідного уміння: а) навчальний заклад: протагоніст збентежений: мав відповідальне завдання, обіцяв одногрупникам, що виступить з доповіддю, його викликали відповідати, а він не підготувався; б) вдома: протагоніст сердиться, коли його несправедливо звинувачують батьки; в) група ровесників: протагоніст щасливий від того, що його схвалюють активну участь у колективній творчій справі і роблять йому компліменти. Щоб сформувати уміння розуміти почуття інших, тренером висловлюються такі рекомендації-кроки для студентів: спостерігай за людиною; прислухайся до того, що вона говорить; інтуїтивно здогадайся, що вона може відчувати; обміркуй способи, як продемонструвати, що ти розумієш її почуття. Нами були також вироблені вказівки для тренера: зверни увагу на тон голосу і вираз обличчя; намагайся зрозуміти зміст висловлювань і реакції; проаналізуй емоції і почуття, які спостерігаєш: людина може бути сумна, сердита, схвильована; можна щось розповісти, доторкнутися до неї, залишити особу наодинці. У цьому блоці ми використовували різні варіанти ситуацій для моделювання, наприклад: а) навчальний заклад: протагоніст боїться розплати за розбиту вітрину музейної кімнати і обговорює свої почуття з одним із друзів; б) удома: протагоніст боїться залишатися один на дачі і організовує приїзд товаришів; в) група ровесників: протагоніст боїться, що його поб'є старший сусід, і робить кроки, щоб уникнути зустрічі сам на сам.

Отже, як висновок, ми можемо підсумувати, що з багатого арсеналу методик нами було відібрано вправи, які, на нашу думку, сприяють вихованню толерантності та виробленню умінь вибору тактики поведінки по відношенню до іншої людини у різних ситуаціях, а зокрема: герменевтичні (від грец. *ἐρμηνεύω* – пояснюю, інтерпретую), дискусійні методи групового прийняття рішень, індивідуального консультування, рольові ігри, психодрама, а також оригінальні авторські вправи та методики.

Висновки про дієвість проведення занять підтверджуються оцінкою їх ефективності самими учасниками експериментальних груп. Семінар-тренінг з формування умінь і навичок толерантних міжособистісних взаємин у студентів показав значні зрушення і позитивну динаміку в особистісних поведінкових проявах. Гарні відгуки його учасників свідчать про ефективність запропонованої методики виховання толерантності. На думку учасників робота за тренінговою програмою була складною, але продуктивною та цікавою. Якщо в очікуваннях від тренінгу учасники писали, що вони прагнуть, насамперед, отримати повне розуміння значення толерантності, усвідомити сутність поняття міжособистісна «толерантність», набути комунікативного досвіду та

конкретних соціальних умінь, яких їм не вистачало під час спілкування з людьми, навчитися розуміти інших та відчувати їхні проблеми, то по його закінченню студенти відзначили, що їхні сподівання виправдались, вони одержали нові знання про принципи спілкування і взаєморозуміння в межах навчального колективу та в соціумі з урахуванням думки кожної людини; навчилися конструктивно будувати міжособистісні взаємини. Вдало підібрані форми роботи і структура тренінгу «Потік міжособистісних умінь толерантної взаємодії» виправдали очікування його учасників. Студенти мали змогу не лише набувати елементи нового досвіду і практичні уміння, а й розкрити власний потенціал у доброзичливій і творчій атмосфері взаємодії з ровесниками та іншими людьми. Ми переконалися, що одним із головних засобів реалізації умов формування умінь толерантних міжособистісних взаємин у майбутнього учителя виступає спеціально розроблений семінар-тренінг «Потік міжособистісних умінь толерантної взаємодії», що структурно складається із двох етапів і здійснюється у формі дев'ятикрокової моделі.

Алгоритм формування умінь толерантних міжособистісних взаємин у майбутнього учителя

Етап 1. Формування елементарних (комунікативних) соціальних умінь толерантної взаємодії, що відносяться до групи і.

Вміння 1. Слухати.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Спрямовуй погляд на людину, яка спілкується з тобою. 2. Обміркуй те, про що з нею говориш, 3. Чекай своєї черги висловитися. 4. Висловлюй свою думку.	Дивись людині у вічі, встанови зоровий контакт. Покажи це кивком голови, промовляючи: «М-м-г-м». Не крутись; не відволікайся. Висувай запитання, виявляй почуття, висловлюй свої думки.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним:* викладач подає протагоністу новий матеріал.

Б. *Вдома:* мати в сумному настрої, протагоніст вислуховує її скарги.

В. *Група ровесників:* товариш розповідає протагоністові про цікавий кінофільм.

Коментар. Усі елементарні вміння спілкуватися є фундаментальними для діяльності групи структурованого навчання. З самого початку існування цієї групи для тренуваних корисно розуміти елементарні вміння перш ніж опанувати подальші здібності. Як і щойно наведений крок 2, багато поведінкових кроків, що формують уміння, котрі викладені в цьому розділі, є «кроками обмірковування». Тобто під час реального застосування багатьох навичок певні кроки є

приватними і є умовними у того, хто використовує вміння. Під час моделювання чи рольового програвання таких «кроків обмірковування» в структурованому навчанні вирішальним є те, що їх промовляють уголос. Таке публічне демонстрування «кроків обмірковування» є важливою допомогою для швидкого і тривалого навчання.

Вміння 2. Починати розмову.

Кроки	Вказівки для тренера
<ol style="list-style-type: none"> 1. Привітайте людину. 2. Зверніться до неї з кількома короткими фразами. 3. Переконайтеся, чи вона слухає тебе. 4. Перейдіть до основної теми розмови. 	<p>Скажіть: «Вітаю», потисніть руку, виберіть слухний час і місце.</p> <p>Заведіть мову про спорт, погоду, події.</p> <p>Перевірте, чи співрозмовник Вас слухає: киває головою, дивиться на Вас, говорить: «М-м-г-м».</p>

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст розпочинає діалог із секретарем у канцелярії університету.

Б. *Вдома*: протагоніст із одним із батьків обговорює кишенькові витрати.

В. *Група ровесників*: протагоніст пропонує друзям плани на вихідні.

Коментар. Ми дізналися, що це здебільшого одне з найкращих умінь для першого заняття з новою групою тренуваних.

Вміння 3. Підтримувати розмову.

Кроки	Вказівки для тренера
<ol style="list-style-type: none"> 1. Скажи те, що ти хочеш. 2. Запитай людину, що вона думає. 3. Прислухайся до того, що вона каже. 4. Вислови свою думку. 5. Підсумуй усе. 	<p>Повторіть кроки уміння 1.</p> <p>Дайте відповідь співрозмовникові, запропонуйте нову інформацію, поставте нові запитання.</p> <p>Кроки 1-4 можуть багаторазово повторюватися, перед тим як виконуватиметься 5-й крок</p>

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст розмовляє з тренером напередодні гри.

Б. *Вдома*: протагоніст розмовляє з сестрою чи братом про те, що відбулося в університеті.

В. *Група ровесників*: протагоніст обговорює з другом плани на канікули.

Коментар. Застосування цього уміння починається після опанування вмінням 2. У результаті опрацювання кожного уміння окремо, тренери можуть побажати тренуваним успішної практики впровадження цих умінь.

Уміння 4. Ставити запитання.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, про що ти хочеш дізнатися найбільше. 2. Виріши, у кого ти про це питаєш. 3. Подумай, як сформулювати свою думку, проаналізуй різні шляхи постановки запитань і обери один із них. 4. Вибери слухний час і місце для постановки запитання. 5. Постав своє запитання.	Запитайте про щось, чого Ви не розумієте, що не розчули, або про те, що бентежить. Подумайте, хто володіє найкращою інформацією, яка вас найбільше цікавить, обміркуйте, як запитати про це кількох людей. Почекайте, поки не буде сторонніх, поки настане пауза

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст просить викладача пояснити незрозумілий матеріал.

Б. *Вдома*: протагоніст просить матір пояснити нову вимогу повертатися додому не пізніше дев'ятої години вечора.

В. *Група ровесників*: протагоніст розпитує однокласників про пропущене заняття.

Коментар. Тренерам радять моделювати поодинокі запитання, на які заздалегідь заготовлені відповіді. В рольовій грі тренуванням треба радити чинити так само.

Уміння 5. Висловлювати вдячність.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай, чи людина сказала або зробила що-небудь таке, за що варто їй подякувати. 2. Вибери слухний час і місце, щоб людині подякувати. 3. Подякуй людині дружнім тоном. 4. Скажи людині, за що ти висловлюєш їй вдячність	Вдячністю може слугувати послуга, подарунок чи комплімент. Це може бути вільний час, місце, де нікого немає. Вияви вдячність словами, подарунком, листом, послугою

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст дякує вчителю за допомогу у написанні проекту.

Б. *Вдома*: протагоніст висловлює вдячність матері за те, що вона випрала сорочку.

В. *Група ровесників*: протагоніст дякує друзю за пораду.

Уміння 6. Відрекомендуватися.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Вибери слухний час і місце, щоб себе відрекомендувати. 2. Привітай людину і назви своє ім'я.	Потисни їй руку, якщо це доречно. Розкажи щось про себе, вислови

3. Запитай в людини її ім'я, якщо це тобі потрібно. 4. Скажи або запитай щось, що допоможе тобі розпочати розмову.	думку про щось спільне для вас обох, запитай про щось.
---	--

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст рекомендує себе новому сусідові.

Б. *Вдома*: протагоніст рекомендує себе другові батьків.

В. *Група ровесників*: протагоніст відреконував себе кільком одногрупникам на початку навчального року.

Коментар. Вищенаведене уміння і вміння 7 (відреконувати інших) є особливо важливими у намаганнях молодого людини встановити соціальні контакти. Цим умінням не навчають як урокам «етикету». Студенти мають добирати таку мову, яка годиться до конкретної міжособистісної ситуації.

Уміння 7. Відреконувати інших.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Назви ім'я однієї людини і скажи їй ім'я іншої людини. 2. Назви ім'я іншої людини і скажи їй ім'я першої людини. 3. Скажи щось, що допоможе обом людям познайомитися.	Повтори зрозуміло і досить голосно, щоб інша людина чула вимовлене тобою ім'я. Зверни їхню увагу на те, що є в них спільного, запроси їх до розмови чи до спільної роботи, скажи, наскільки знаєш кожного із них.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст відреконувує батька або матір викладачеві.

Б. *Вдома*: протагоніст відреконувує нового друга одному з батьків.

В. *Група ровесників*: протагоніст відреконувує друзям нового сусіда.

Уміння 8. Робити компліменти.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Виріши, за що ти хочеш похвалити людину. 2. З'ясуй для себе, як зробити комплімент. 3. Вибери слухний час і місце, щоб зробити його. 4. Зроби комплімент.	Це може бути зовнішній вигляд, поведінка або досягнення. Намагайся добирати такі слова, які б не збентежили людину. Це може бути неофіційне місце або час, коли особа не зайнята. Будь дружнім і відвертим.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст робить комплімент сусідові з приводу його нової машини.

Б. *Вдома*: протагоніст хвалить матір за смачний обід.

В. *Група ровесників*: протагоніст хвалить друга за уникнення бійки.

Етап 2. Формування у майбутнього учителя вищих соціальних умінь (група II – уміння зрозуміти і прийняти себе, власну особистість)

Уміння 9. *Зрозуміти свої почуття і керуватися ними у складних ситуаціях.*

Кроки	Вказівки для тренера
1. Зверни увагу на те, що відбувається в твоєму організмі. Це допоможе тобі дізнатися, що ти відчуваєш. 2. Збагни, що змушує тебе почувати себе саме так. 3. З'ясуй, яким словом ти можеш назвати це почуття.	Деякими ознаками є рум'янець, біль у животі, напружені м'язи. Зосередься на зовнішніх подіях, таких, зокрема, як конфлікт чи суперечка, подив. Можливі варіанти: гнів, страх, збентеження, радість, щастя, сум, розчарування, виснаження, збудження, тривожність. Викладач повинен сам написати список почуттів на дошці і заохочувати студентів до додаткових пропозицій

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст збентежений: його викликали відповідати, коли він був не підготовлений до заняття.

Б. *Вдома*: протагоніст сердиться, коли його несправедливо звинувачують батьки.

В. *Група ровесників*: протагоніст щасливий від того, що його друг зробив йому комплімент.

Коментар. Уміння усвідомлювати свої почуття було включене як окреме уміння для студентів, що передують практикуванню у вираженні почуттів стосовно іншої особи. Часто почуття можуть сплутуватися, через що людина переживає невиразні, але сильні емоції. Як тільки визначається точна назва почуття, тренований може починати засвоювати наступне уміння, яке охоплює просоціальні способи вираження почуттів. Крок 1, що вказаний вище, містить «налаштування» на тілесні почуття, що буває для багатьох людей новим. Витратьте стільки часу, скільки це необхідно для обговорення наведених прикладів і практикування перед переходом до наступних кроків.

Уміння 10. *Визначити мету діяльності (самовизначення).*

Кроки	Вказівки для тренера
1. Виріши для себе, якої мети ти хотів би досягти. 2. Відшукай якомога більше інформації про те, як досягти своєї мети. 3. Обміркуй, які кроки тобі необхідні, щоб досягти поставленої мети. 4. Зроби перший крок у напрямку до мети.	Порозмовляй із друзями, почитай, розпитай авторитетних осіб. Візьми до уваги порядок кроків, матеріали, допомогу інших і вироби уміння, які тобі необхідні.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст вирішує знайти роботу.

Б. Вдома: протагоніст планує змінити свою зовнішність.

В. Група ровесників: протагоніст вирішує організувати вечірку.

Уміння 11. З'ясувати (розуміти) причини особистих негараздів.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Визнач, у чому полягає проблема. 2. Спробуй виявити можливі причини негараздів і проблем, що відбуваються у твоєму житті. 3. З'ясууй, які найімовірніші причини проблеми. 4. Перевір, що насправді спричинило неприємність.	Що спричинило прикрощі: ти, хтось інший чи якийсь події; це було зроблено навмисно чи сталося випадково? Запитай у знайомих, знову простеж за ситуацією

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст оцінює причини різкої поведінки викладача.

Б. Вдома: протагоніст виявляє можливі причини сварки між батьками.

В. Група ровесників: протагоніст з'ясовує, чому він хвилюється в присутності подруги.

Коментар. Мета цього уміння – допомогти молодим людям визначати ступінь власної відповідальності за неприємність.

Уміння 12. Схвалювати, винагороджувати (заохочувати) себе.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай, чи зробив ти щось, що заслуговує на винагороду. 2. Що ти міг би сказати, щоб винагородити себе. 3. Що ти можеш зробити, щоб віддати собі належне. 4. Віддай собі належне. Скажи або зроби це.	Це може бути щось, у чому ти досяг успіху, або окрема смуга успіху Використай прийоми схвалення, заохочення. Ти можеш щось купити, піти кудись, чимось зайнятися або відпочити

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст віддає собі належне після важкого навчання і добре складеного іспиту, йдучи до кінотеатру.

Б. Вдома: протагоніст схвалює свою поведінку після того, як йому вдалося уникнути бійки зі старшим братом.

В. Група ровесників: протагоніст віддає собі належне, шляхом купівлі улюбленого напою після того, як переконав ровесників вступити до спортивного клубу.

Коментар. Переконайтеся, що студент застосовує правила, які підсилять ефект самовинагороди:

1. Якнайшвидше віддайте собі належне після успішного виконання ролі.

2. Нагородіть себе тільки після її виконання, а не раніше.

3. Чим краще ваше виконання ролі, тим більша ваша самовинагорода.

Уміння 13. Реально оцінювати свої можливості.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясує, які саме здібності ти хотів би застосувати. 2. Пригадай, як у тебе виходило в минулому, коли намагався застосувати свої здібності. 3. Дізнайся думку інших осіб щодо твоїх можливостей. 4. Обміркуй те, про що ти дізнався, і виріши, наскільки добре ти застосовуєш ці здібності.	Візьми до уваги усі обставини, що склалися. Запитай у інших, проведи тестування, перевір записи. Візьми до уваги кроки 1, 2, 3.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст аналізує, чи правильно він обрав навчальний заклад, в якому навчається.

Б. Вдома: протагоніст оцінює свої здібності в розробці сценарію під час підготовки до колективної творчої справи.

В. Група ровесників: протагоніст вирішує спробувати себе у ролі гравця за команду.

Коментар. Метою даного уміння є допомога молодим людям оцінити свої здібності, сильні і слабкі сторони власної особистості. Це вміння тісно пов'язане з умінням 9 визначати мету).

Уміння зрозуміти і прийняти іншого (Група III)

Уміння 14. Розуміти почуття інших.

Кроки	Вказівки для тренера
<ol style="list-style-type: none"> 1. Спостерігай за людиною. 2. Прислухайся до того, що вона говорить. 3. Інтуїтивно здогадайся, що вона може відчувати. 4. Обміркуй способи, як продемонструвати, що ти розумієш її почуття. 5. Вибери найкращий спосіб і дотримуйся його. 	<p>Зверни увагу на тон голосу і вираз обличчя.</p> <p>Намагайся зрозуміти їх значення, Людина може бути сумна, сердита, схвильована.</p> <p>Ти можеш розповісти їй, доторкнутися до неї, залишити особу наодинці</p>

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст передає подарунок одногрупнику для його хворої дитини.

Б. Вдома: протагоніст розуміє, що один із батьків зайнятий фінансовими справами, і вирішує залишити його наодинці.

В. Група ровесників: протагоніст доводить до відома іншої особи, що розуміє її дискомфорт при зустрічі з новими людьми.

Коментар. Це уміння добре відоме під терміном «емпатія». Хоча йому важко навчитися, вельми важливо, щоб воно було введено до репертуару умінь тренуваного.

Уміння 15. Виявляти приязнь.

Кроки	Вказівки для тренера
<ol style="list-style-type: none"> 1. Проаналізуй, чи виникли у тебе добрі почуття стосовно когось. 2. З'ясує для себе, чи хотіла б інша людина знати про твої почуття. 3. Вибери найкращий спосіб виявити свої почуття. 4. Вибери слухний час і місце, щоб виразити свої почуття. 5. Вислови свої почуття у дружньому тоні. 	<p>Візьми до уваги можливі наслідки, наприклад щастя, неправильне сприйняття, збентеження, заохочення до дружби.</p> <p>Зроби або скажи щось</p>

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст виявляє позитивні почуття до викладача-куратора, після того як той залагодив його особисту проблему.

Б. Вдома: протагоніст приносить невеликий подарунок одному із батьків на знак поваги і любові.

В. Група ровесників: протагоніст виявляє дружні почуття до нового друга.

Коментар. Хоча треновані підсвідомо асоціюватимуть це вміння з романтичними стосунками, вони швидко зрозуміють, що любов і турбота можуть бути виявлені по відношенню до великої кількості різних людей.

Уміння 16. Ділитися з іншими.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Чи міг би ти поділитися чимось, що у тебе є. 2. Продумай, як інша особа може себе почувати від того, що ти з нею поділився. 3. Запропонуй поділитися безпосередньо і по-дружньому.	Ти можеш поділитися річчю або дозволити іншим нею користуватися. Вона може бути задоволеною, байдужою або підозрілою, ображеною. Зроби пропозицію, дозволяючи її відхилити

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст пропонує книгу одногрупникові, який забув свою вдома.

Б. Вдома: протагоніст пропонує поділитися цукерками з братом чи сестрою.

В. Група ровесників: протагоніст запрошує друга випробувати новий велосипед.

Уміння 17. Постояти за друга.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи вчинили по відношенню до твого товариша несправедливо. 2. З'ясуй, чи хоче він, щоб ти за нього заступився. 3. Подумай, як захистити інтереси свого друга. 4. Заступися за свого товариша.	Твого товариша критикували, кепкували і знущалися з нього. Ти можеш обстояти його або попросити пробачення.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст пояснює вчителю, що його друга звинувачено несправедливо.

Б. Вдома: протагоніст захищає репутацію друга, тим часом як один з його батьків налаштований критично.

В. Група ровесників: протагоніст захищає свого друга, коли ровесники з нього кепкують.

Уміння 18. Допомогати іншим.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи необхідна комусь твоя допомога. 2. Продумай шляхи допомоги. 3. Запитай людину, чи їй потрібна твоя допомога. 4. Допоможи людині	Продумай потреби людини, поспостерігай за нею. Ти зможеш зробити щось, заохотити або отримати допомогу від когось іншого. Зроби пропозицію, залиши можливість її відхилити.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст пропонує викладачеві допомогти в розміщенні стільців для диспуту у вигляді півкола.

Б. Вдома: протагоніст пропонує готувати обіди для всієї сім'ї.

В. Група ровесників: протагоніст пропонує відвідувати хворого одногрупника в лікарні і допомагати йому у підготовці до сесії.

Уміння 19. Досягати згоди.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Виріши, чи у тебе й іншої особи існують різні точки зору. 2. Скажи, що ти думаєш про проблему. 3. Запитай іншого, що він думає про цю проблему. 4. Уважно вислухай його відповідь. 5. Продумай, чому людина може почувати себе саме так. 6. Запропонуй компроміс.	Ти починаєш відчувати напруженість, чи розумієш, що справа доходить до суперечки? Вислови свою власну точку зору і своє прийняття позиції іншої особи. Необхідно переконатися, що запропонований компроміс ураховує погляди і почуття обох співрозмовників.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст домовляється про додаткові послуги за виконану роботу.

Б. Вдома: протагоніст узгоджує з одним із батьків про час повернення додому пізно ввечері.

В. Група ровесників: протагоніст домовляється з друзями про долю участі в організації дозвілля і відпочинку.

Коментар. Уміння домовлятися – це вміння, що передбачає здатність зрозуміти почуття інших (вміння 14). Пропонуємо повторити вміння 18 перед навчанням умінню дійти згоди, яке в багатьох аспектах схоже на вміння 15 (переконувати інших). Однак уміння досягати згоди вводить поняття компромісу, яке варте обговорення перед рольовою грою з напрацювання цього уміння.

Уміння 20. Вітати суперника з перемогою після завершення гри.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай, як грав ти і твій суперник. 2. Продумай щирий комплімент, який ти можеш зробити суперникові стосовно гри. 3. Передбач його ймовірну реакцію на те, що ти можеш сказати. 4. Вибери найкращий, на твою думку, комплімент і зроби його.	Скажи: «Ти добре старався», «Вітаю», «Ти сьогодні грав краще, ніж я». Реакцією може бути задоволення, гнів або збентеження.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст вітає університетського друга, який створив спортивну команду.

Б. Вдома: протагоніст програє у грі «Монополія» в меншого брата чи сестри і вітає його (її) з перемогою.

В. Група ровесників: новий знайомий протагоніста добре грає в теніс.

Уміння боротися зі стресом, давати раду власним емоціям: саморегуляція, самоконтроль (Група IV)

Уміння 21. Володіти собою.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Прислухайся, що відбувається з твоїми емоціями; це допоможе виявити, що ти можеш втратити контроль над собою. 2. Виріши, що зумовило у тебе такий стан. 3. Продумай способи оволодіння собою. 4. Вибери найкращий шлях оволодіти собою і зроби це.	Проаналізуй, чи ти напружуєшся, гніваєшся, тобі гаряче у стресовій ситуації, ти важко вгамовуєш збудження. Візьми до уваги зовнішні події або внутрішній стан. Спинися, порахуй до десяти, відстоюй свою позицію, піди геть, зроби щось інше.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: студент стримує гнів на викладача, поки той піддає його критиці.

Б. Вдома: протагоніст стримує себе, коли один із батьків негативно реагує на тривалі і пізні заняття улюбленою справою.

В. Група ровесників: протагоніст стримує себе, коли його друг бере щось без дозволу.

Коментар. Часто буває корисним обговорення різних способів володіння собою перед тим, як програвати уміння. Список прийомів

самоконтролю може бути поданий на дошці і використовуватися в різних ситуаціях

Уміння 22. Реагувати на чужий гнів.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Вислухай особу, яка гнівається. 2. Спробуй зрозуміти, що говорить і почуває розгнівана людина. 3. Виріши, чи можеш ти щось сказати або зробити, щоб відреагувати на цю ситуацію. 4. Якщо можеш, прореагуй на гнів.	Не перебивай, залишайся мовчазним. Запитай розгніваного, щоб отримати пояснення того, чого ти не зрозумів. Прокрути все у своїй уяві. Продумай шляхи реагування на проблему. Ти можеш просто вислухати, бути емпатійним, зробити щось, щоб виправити ситуацію, проігнорувати проблему або залишатися непохитним.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст пропонує розгніваному педагогу через неробочу обстановку в аудиторії, об'єднати зусилля.

Б. Вдома: протагоніст пропонує одному з батьків, який гнівається за безлад у домі, виконати важку частину домашньої роботи.

В. Група ровесників: протагоніст реагує на гнів друга, який не визнає своєї причетності до того, в чому його звинувачують старші.

Коментар. Це уміння навчає долати гнів, спрямований на тренуваного. Якщо так, воно вимагає певних зусиль, щоб оволодіти ситуацією. Тренер має змусити тренуваного використати кроки вміння 1 (слухати) при виконанні першого кроку цього уміння.

Уміння 23. Уміння долати страх.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи злякався ти чогось 2. Подумай, чого ти міг злякатися 3. Проаналізуй, чи твій страх має підстави. 4. Зроби кроки, щоб зменшити свій страх.	Застосуй уміння усвідомлювати свої почуття. Продумай різні причини свого стану і вибери найімовірнішу. Чи справді предмет, якого ти боїшся, становить загрозу? Ти можеш перевірити це з іншою людиною або використати додаткову інформацію. Ти можеш поговорити з кимось, щоб залишити або поступово наблизитися до ситуації, що лякає.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст боїться розплати за скоєння негативного вчинку і обговорює свої почуття з одним із батьків.

Б. Вдома: протагоніст боїться залишатися надовго один удома і організовує гостину друга.

В. Група ровесників: протагоніст боїться, що його поб'є старший сусід, і робить кроки, щоб уникнути зустрічі з ним сам на сам.

Коментар. Достатньо корисним може бути групове обговорення того, наскільки реалістичними є деякі особливі страхи. Тренер повинен правильно сприйняти той факт, що треновані можуть неохоче згадувати перед ровесниками про свої побоювання. Моделювання жахливих ситуацій допоможе їм перебороти таке небажання.

Уміння 24. Долати збентеження.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Збагни, чи відчуваєш ти себе збентеженим. 2. З'ясуй, чи сталося щось таке, що викликало в тебе збентеження. 3. Подумай, що допоможе тобі відчутти себе менш збентеженим, і зроби це.	Усунь причину, зведи «її до мінімуму» проігноруй, відверни увагу інших, вдайся до гумору, заспокойся.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст долає збентеження після того, як підвів товариша.

Б. Вдома: мати застала протагоніста в той час, коли він обіймав свою подругу.

В. Група ровесників: протагоніст зняксовів від того, що хтось підслухав обговорення його приватної справи.

Уміння 25. Реагувати на знехтування.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи тобою знехтували. 2. Подумай, чому могли знехтувати тобою і з якої причини. 3. Запропонуй, як ти зможеш відреагувати на цю проблему. 4. Прореагуй.	Чи тебе проігнорували, не взяли до уваги? Ти можеш почекати, розповісти іншим, як їхня поведінка вплинула на тебе, або попросити, щоб тебе прийняли до компанії.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст говорить про своє розчарування від того, що його не обрали до студентського комітету.

Б. Вдома: протагоніст просить брата чи сестру взяти його на заплановану зустріч з друзями.

В. Група ровесників: протагоніст залишився осторонь планування вечірки.

Уміння 26. Як реагувати на переконування.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Вислухай думки співрозмовника з приводу чогось. 2. З'ясуй, що ти думаєш на цю тему. 3. Порівняй те, що він сказав, з тим, що ти думаєш сам. 4. Виріши, яка ідея тобі подобається більше, і скажи про це.	Проведи паралель і визнач відмінності між думками іншого і власними. Встанови розбіжність між власними думками та думками інших. Погодись, не погодись, виправ, відклади вирішення.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст реагує на рекламування продавцем свого товару.

Б. Вдома: протагоніст долає натиск одного з батьків, який змушує його вратися по-особливому для зустрічі у відділі кадрів.

В. Група ровесників: протагоніст має справу з переконливою аргументацією друга щодо вживання алкоголю.

Уміння 27. Як реагувати на невдачу чи поразку.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай, чи потерпів ти в чомусь поразку. 2. З'ясуй, чому ти потерпів невдачу. 3. Обміркуй, що ти можеш зробити, щоб запобігти таким невдачам у майбутньому. 4. Виріши, чи хочеш це спробувати знову. Спробуй ще раз втілити свою нову ідею.	Невдача може бути міжособистісна, в навчанні або спорті. Вона може бути зумовлена чимось іншим або просто невезінням. Визнач, що ти у змозі змінити: якщо проблема в умінні – тренуйся, в мотивації – спрямуй більших зусиль, в обставинах – продумай шляхи їх зміни.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст отримав на іспиті низьку оцінку

Б. Вдома: протагоніст не зміг допомогти молодшому братові чи сестрі у складанні якогось проекту.

В. Група ровесників: протагоністові відмовили у побаченні.

Уміння 28. Як реагувати на суперечливі повідомлення.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи хтось повідомляє тобі водночас дві протилежні речі. 2. Продумай, яким чином ти можеш сказати іншій особі про нерозуміння того, що вона має на увазі. 3. Вибери найкращий спосіб і скажи співрозмовникові про суперечливість отриманої інформації	На словах це може бути одне, а в невербальній поведінці – інше, або говорять одне, а роблять інше. Постав людину перед фактом, вступи у конфронтацію, задай запитання.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним:* протагоніст має справу з викладачем, який на словах його хвалить і водночас сердито дивиться.

Б. *Удома:* протагоніст ставить одного зі своїх батьків перед фактом, коли той на словах довіряє йому, але відмовляє в дозволі повернутися додому пізніше зазначеного часу.

В. *Група ровесників:* протагоніст має справу з другом, який робить загальну пропозицію, але, по суті, ніколи не запрошує його до себе.

Коментар. У навчанні цьому умінню важливо заохотити студентів до уважного спостереження за поведінкою присутніх. Простежте, чи зможуть вони уявити собі людину, яка каже «так» і водночас заперечливо хитає головою. З'ясуйте, чи уявляють вони особу, яка говорить: «Не поспішай» і водночас змушує їх не баритися. Тобто впевнено впроваджуйте ситуації, в яких йдеться про протилежні речі, а також ситуації, в яких людина говорить одне, а робить зовсім інше. В кроці 1 таке розшифрування повідомлення необхідне, інакше тренований не може розпочати кроки 2 і 3.

Уміння 29. Як реагувати на звинувачення.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай, у чому тебе звинуватив співрозмовник.	Звинувачення правдиве чи безпідставне?
2. З'ясуй, чому людина могла тебе звинуватити.	Що звучить конструктивного на твою адресу, а що деструктивне?
3. Обміркуй різні способи відповіді на звинувачення.	Ти завдав збитків чийсь власності? Чи хтось пустив про це чутки?
4. Вибери найкращий спосіб поведінки і дотримуйся його.	Заперечуй, поясни свою поведінку, виправ чийось неправильну точку зору, відшкодуй збитки.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним:* протагоніста звинувачують у тому, що він зіпсував майно в навчальній аудиторії.

Б. *Вдома:* один із батьків звинувачує протагоніста в ображненні почуттів сестри.

В. *Група ровесників:* друзі звинувачують протагоніста у брехні.

Уміння 30. Як реагувати на глузування.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясуй, чи не насміхаються з тебе.	Чи інші глузують над тобою, шепочуться за твоєю спиною?
2. Продумай способи реагування на дошкуляння.	Благородно прийми це, проігноруй, перетвори на жарт.
3. Вибери найкращий спосіб реагування і дотримуйся його.	Якщо можливо, уникай альтернатив, як-от: глузування у відповідь на висміювання, підбурювання до агресії, капітуляції.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст ігнорує глузування одногрупника за добровільну згоду допомогти педагогові впорядкувати аудиторію після занять.

Б. Вдома: протагоніст говорить братові або сестрі, щоб він (вони) перестали дошкуляти йому щодо нової зачіски.

В. Група ровесників: протагоніст реагує на глузування товариша з приводу своєї подруги і перетворює це на жарт.

Уміння асертивної поведінки (Група V)

Уміння 31. Відстоювати власну позицію без нанесення шкоди іншій людині.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Зверни увагу на те, що коїться з твоїм організмом; це допоможе дізнатися, що ти незадоволений і хотів би обстояти себе. 2. З'ясуй, яка подія викликала в тебе незадоволення. 3. Обміркуй способи, що допомогли б тобі обстояти себе, і вибери один із них. 4. Навчись обстоювати себе належним чином	Ознаками незадоволення можуть бути напружені м'язи, біль у животі, тремтіння. Тебе використовують, ти відчуваєш себе знехтуваним, тебе ігнорують, з тобою не так поводяться, провокують, кепкують над тобою? Шукай допомоги, скажи, що думаєш, вибери слухний час і місце.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст звертається до викладача після несправедливого покарання.

Б. Вдома: протагоніст розмовляє з одним із батьків про своє бажання побути наодинці.

В. Група ровесників: протагоніст розмовляє з ровесниками після того, як його не зарахували у члени команди.

Коментар. Це уміння, відоме ще як упевненість у собі, особливо важливе для занадто сором'язливих, а також для тих, чії типові реакції носять агресивний характер.

Уміння 32. Приймати рішення.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Подумай про проблему, яка вимагає вирішення 2. Обміркуй можливі рішення, які ти можеш прийняти. 3. Збери точну інформацію про ці можливі варіанти, переглянь свої можливі рішення. 4. Прийми найкращий варіант рішення.	Сформулюй низку можливих альтернатив, уникай випадкових, пересічних варіантів. Запитуй інших, читай, спостерігай.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст обдумує, за яку роботу братися.

Б. Вдома: протагоніст розмірковує, як витратити зароблені гроші.

В. Група ровесників: протагоніст вирішує, чи відпочивати разом із друзями у вихідні.

Уміння 33. Переконувати інших.

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясує, чи хочеш ти переконати когось. 2. Висловлює свої думки, ідеї. 3. Запитай людину, що вона думає. 4. Поясни, чому ти вважаєш що твоя ідея слухна. 5. Попроси обміркувати твою ідею перед тим як приймати рішення.	Це може бути виконання чогось з твоєї ініціативи, по-твоєму (так як пропонуєш ти), інтерпретація подій або оцінка ідей, думок. Спрямуй увагу на думки і почуття, котрі відображають твою точку зору. Це вимагає уміння слухати і висловлюватися з цього приводу.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст переконує власника магазину в тому, що він заслуговує саме на таку роботу і має хист до торгівлі.

Б. Вдома: протагоніст переконує одного з батьків у своїй, відповідальності за затримку допізна.

В. Група ровесників: протагоніст переконує свого друга залучити до гри нового учасника.

Коментар. У переконанні когось у чомусь необхідно зрозуміти обидві точки зору. Вироблення цього уміння передбачає, як можливий, такий варіант: коли іншу особу запитують про її позицію і немає суттєвої відмінності в поглядах, рольова гра може закінчитися на третьому кроці.

Уміння 34. Давати вказівки.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Виріши, що необхідно зробити. 2. Серед різних людей, які могли б це зробити, вибери одну кандидатуру. 3. Попроси людину виконати те, що ти хочеш. 4. Запитай, чи вона розуміє, що треба робити. 5. Зміни або повтори вказівку, якщо це тобі потрібно.	Це може бути якась робота у будинку або допомога комусь. Якщо завдання складне, розкажи, як його виконати. Це крок на твій вибір.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст розподіляє обов'язки під час прикрашання актової зали до свята.

Б. Вдома: протагоніст пояснює сестрі, як виймається диск з комп'ютера.

В. Група ровесників: протагоніст дає вказівки друзям, як доглядати домашніх тварин.

Коментар. Це вміння залучає інших осіб до виконання завдання і тому вимагає від молодшої людини уміння, як розподіляти відповідальність.

Уміння 35. Виконувати вказівки.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Уважно слухай, коли тобі розповідають, що треба зробити. 2. Запитай про те, чого ти не зрозумів. 3. Виріши, чи ти маєш бажання виконувати вказівки, і доведи своє рішення до відома іншої особи.	Виконуй те, про що тебе просили. Зроби помітки, якщо це тобі необхідно, кивай головою, кажи: «М-м-г-м» Мета – робити вказівки більш конкретними і зрозумілими. Повтори своїми словами.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. Навчальний заклад чи поза ним: протагоніст виконує інструкції, дані викладачем.

Б. Вдома: протагоніст дотримується вказівок одного з батьків у вибористанні домашньої техніки.

В. Група ровесників: протагоніст ремонтує велосипед за вказівками друга.

Коментар. Це вміння має відношення до згоди виконувати вимоги іншої особи. Якщо завдання здається недоцільним, можливо, слід вдатися до іншого уміння – наприклад, висловити скаргу або зуміти домовитися.

Уміння співпрацювати (Група VI)

Вміння 36. Приєднуватися до гурту.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Виріши, чи хочеш ти приєднатися до діяльності, якою займаються інші. 2. Обери найкращий спосіб приєднання. 3. Вибери слухний час, щоб прилучитися. 4. Приєднайся до гурту.	Порівняй переваги і недоліки. Переконайся в тому, що ти хочеш брати участь і не ставатимеш на заваді тому, чим займаються інші. Ти можеш запитати, попросити, розпочати розмову або відрекомендувати себе. Вибери зручний час, звичайно протягом перерви в діяльності або перед тим як вона починається.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст хоче вступити до спортивної команди за місцем проживання.

Б. *Вдома*: протагоніст долучається до сім'ї під час відпочинку.

В. *Група ровесників*: протагоніст приєднується до ровесників під час розмови.

Вміння 37. Уникати неприємностей у спілкуванні з іншими (уміння конструктивної комунікації).

Кроки	Вказівки для тренера
1. З'ясууй, чи опинився ти в ситуації, що може призвести до неприємностей. 2. Подумай, чи хочеш ти знайти вихід із ситуації. 3. Скажи, що ти вирішив і чому. 4. Запропонуй інші можливі варіанти поведінки. 5. Зроби, як вважаєш найкращим для себе.	Передбач епізодичні і довготривалі наслідки своєї поведінки. Врахуй можливий ризик в отриманні ймовірного виграшу. Розглянь просоціальні альтернативи

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст говорить товаришам, що буде заважати працювати іншим разом із ними.

Б. *Вдома*: протагоніст хоче скористатися автомобілем батьків, усупереч їхній волі.

В. *Група ровесників*: протагоніст вирішує не приєднуватися до ровесників, які хочуть вчинити дрібну крадіжку.

Коментар. У кроці 3 цього вміння причини рішень можуть бути різноманітними залежно від рівня морального судження. Наприклад: страх покарання, соціальний конформізм, інтереси інших чи убоління за ближнього.

Вміння 38. Уникати суперечок.

Кроки	Вказівки для тренера
1. Спинись, обміркуй, чому ти хочеш сперечатися. 2. Виріши, чого ти хочеш врешті-решт досягти. 3. Подумай про інші шляхи виходу із ситуації, окрім сварки. 4. Знайди найкращий вихід із ситуації.	Які наслідки довготривалої суперечки? Ти можеш дійти згоди, обстоювати чи захищати свої права, попросити про допомогу або заспокоїти свого суперника.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст говорить одногрупникові, що хоче з'ясувати причини суперечки між ними замість сварки.

Б. *Вдома*: протагоніст уникає сварки зі старшим братом, просить одного із батьків втрутитися.

В. *Група ровесників*: протагоніст намагається припинити сварку, яку ровесники вчинили на сходах університету.

Вміння 39. Реагувати на тиск з боку групи.

Кроки	Вказівки для тренера
1.Збагни, що гурт хлопців хоче змусити тебе зробити і чому. 2.З'ясуй, що тобі хочеться робити. 3.Виріши, як сказати групі про те, що тобі хочеться робити. 4.Повідом своїх друзів про своє рішення.	Вислухай кожного, виріши, яке справжнє значення сказаного, намагайся зрозуміти те, про що йдеться. Чинити опір, відкласти справу, домовитися, погоджуватися. Звертатися лише до однієї особи, відкласти справу, бути настирливим, наводити аргументи.

Рекомендовані ситуації для моделювання вміння:

А. *Навчальний заклад чи поза ним*: протагоніст протистоїть груповому натискові завдати неприємностей сусідові.

Б. *Вдома*: протагоніст протистоїть сімейному натискові щодо припинення дружби з однокласником.

В. *Група ровесників*: протагоніст реагує на пресинг збурити бійку зі своїм приятелем.

Рефлексія. Аналіз самостійної роботи над собою.

1. Які вміння Ви будете використовувати?

2. Які кроки реалізації цього уміння?

3. Де Ви будете намагатися використати це уміння?

4. З ким Ви будете випробовувати це уміння?

5. Коли Ви будете намагатися використати це вміння?

Заповніть після виконання завдань:

1. Що відбувалося під час виконання відповідного завдання?

2. Яких кроків реалізації уміння Ви дотримувалися?

3. Наскільки добре Ви впоралися з використанням цього уміння? (підкресліть): *відмінно; добре; посередньо; погано.*

4. Що, на Вашу думку, має бути наступним завданням для самостійної роботи над собою?

Заповніть після виконання домашнього завдання:

1. Коли ти виконував домашнє завдання, що мало місце, як усе відбувалося?

2. Яких кроків для реалізації уміння ти в дійсності дотримувався?

3. Наскільки добре ти впорався з використанням цього уміння? (підкресліть): *відмінно, добре, посередньо, погано.*

4. Що, на твою думку, має бути наступним завданням для домашньої роботи?

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Акімова Ольга Вікторівна – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Галузяк Василь Михайлович – кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Волошина Оксана Василівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Давидюк Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Каплінський Василь Васильович – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Коломієць Алла Миколаївна – доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Столяренко Оксана Василівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри іноземних мов Вінницького національного технічного університету.

Столяренко Олена Вікторівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Фрицюк Валентина Анатоліївна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Хамська Неліна Болеславівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Холковська Ірина Леонідівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри педагогіки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Шахов Володимир Іванович – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри психології Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Шахов Владислав Володимирович – асистент кафедри психології Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського.

Наукове видання

Акімова Ольга Вікторівна
Галузяк Василь Михайлович
Волошина Оксана Василівна
Давидюк Марина Олександрівна
Каплінський Василь Васильович
Коломієць Алла Миколаївна
Столяренко Оксана Василівна
Столяренко Олена Вікторівна
Фрицюк Валентина Анатоліївна
Хамська Неліна Болеславівна
Холковська Ірина Леонідівна
Шахов Владислав Володимирович
Шахов Володимир Іванович

РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ У МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ

Монографія

Видання здійснене в авторській редакції

Підписано до друку 30.06.16 р.
Формат 60х84/16. Папір офсетний.
Друк цифровий.
Гарнітура Times New Roman.
Умов. друк. арк. 15,8. Обл.-вид. арк. 14,75.
Наклад 300 прим. Зам. № 4564.

Віддруковано з оригіналів замовника.
Видавець і виготовлювач ТОВ «Нілан-ЛТД»
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до
Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів
видавничої продукції серія ДК №4299 від 11.04.2012 р.
21027, м. Вінниця, вул. 600-річчя, 21
Тел.: (0432) 69-67-69; 603-000
e-mail: info@tvoru.com.ua
hppt://www.tvoru.com.ua