Вправа - рольова гра «Країна духовності»

Мета вправи – розвиток духовних якостей особистості, формування здорового соціально-психологічного клімату в навчальному колективі; розвиток ціннісного ставлення до духовних якостей характеру.

Психолог пропонує учням (педагогам) провести гру «Країна духовності».

Спочатку всі учні, незалежно один від одного, створюють (в уяві) свою країну. Такий підхід дає можливість кожному учню творчо позитивно проявити себе. Далі кожен учень робить презентацію своєї країни духовності, її традицій, законів, норм (наприклад, учень розповідає про те, які в його (її) країні духовності норми спілкування, взаємодії, про духовні традиції, закони і т.д.). Після презентації кожної країни духовності психолог звертається до групи з питанням, у чому полягає корисність даної країни для гармонійної саногенної (такої, що сприяє збереженню та зміцненню здорового соціально-психологічного клімату в колективі, в родині, в колі друзів) життєдіяльності людства.

Потім психолог моделює ситуації, в яких всім учням потрібно об'єднати свої зусилля або допомогти один одному. Тому психолог пропонує учням об'єднатися в групи по 3-4 країни та створити «королівства» зі спільними законами, традиціями, нормами духовності, зберігаючи при цьому власні цінності, переконання, норми духовності. Це важливий етап гри, який дозволяє учням, котрі мають проблеми спілкування (конфлікти, бійки, відчуження) працювати в команді. Збереження (в цій грі) власних поглядів, переконань, принципів дозволяє кожному учню задовольнити свої соціально-психологічні потреби – потребу в повазі та потребу в спілкуванні.

Крім того, учням можна запропонувати знайти спільні інтереси з іншими «королівствами» та домовитися з ними про соціально корисну і цікаву взаємодію (ділову, наукову, культурну) на визначених взаємно умовах. Такий підхід дозволяє учням перейти від агресивного стилю спілкування до ведення переговорів та розуміння потреб інших.

Така вправа дозволяє всім учасникам гри розвивати навички духовності, здорового співробітництва, міжособистісного спілкування (зокрема павички активного слухання інших, вироблення спільного взаємоприйнятного шляху вирішення проблем, розв'язання суперечок), аналізу проблемних чи конфліктних ситуацій з різних позицій (я, ти, вони), що сприяє формуванню духовності, здорового соціально-психологічного клімату в навчальному колективі.

***Методика «Визначення домінуючої гуманістичної (соціоцентричної) чи егоїстичної спрямованості школяра» [6 c.30 -314]***

Дана методика являє собою стандартизоване інтерв'ю. Вихідним положенням у доборі запитань інтерв'ю було те, що за всієї суперечливості ставлення людини до самої себе можна виокремити деякі тенденції, пов'язані з переважно позитивним чи переважно негативним ставленням. Вказані тенденції проявляються у прийнятті індивідом себе як цілого, терплячому ставленні до свого минулого, в усвідомленні значущості себе як суб'єкта діяльності, як особистос­ті, як суб'єкта спілкування, в задоволеності своїм соціальним статусом, у вірі в здійсненність бажаного особистістю, у задоволеності своєю зовнішністю та ін.

Оцінка цього здійснюється за дихотомічною (так – ні) шкалою. При цьому позитивне ставлення до себе про­являється у згоді з твердженнями, які відбивають перелічені вище елементи. Таку ж кількість тверджень утримують ті самі елементи зі знаком «–». Згода з ними означає негативне ставлення до себе. У цілому ставлення до себе проявляється в перевазі згоди з твердженнями того чи іншого знака. При цьому максимально можливе негативне ставлення до себе відповідає -16 ум. од., а мак симально позитивне – +16 ум. од. Таким чином, реальному ставленню людини до себе відповідає точка на шкалі в інтервалі від -16 до +16 ум. од.

Подібним чином визначається ставлення особистості до суспільства, яке також є неоднозначним. Під суспільством у даному разі розуміють і окрему людину, і сім'ю, і країну, і людство в цілому.

Однак у школяра (особливо у підлітка) ставлення до суспільства в широкому значенні, як правило, актуально ґрунтується на ставленні до найближчого оточення. Хоча це ставлення також неоднозначне, але можна виокремити переважно позитивні чи переважно негативні тенденції. Ці тенденції проявляються у прийнятті іншої людини такою, якою вона є в цілому, у визначенні значущості іншого як суб'єкта діяльності, як особистості, як суб'єкта спілкування, загалом – у позитивному ставленні до оточення, до свого народу, до його теперішнього, минулого і майбутнього.

Оцінка цього ставлення теж здійснюється за дихотоміч­ною шкалою. При цьому позитивне ставлення до суспіль­ства проявляється у згоді з твердженнями, які відобража­ють перелічені вище елементи. Негативне ставлення до суспільства визначається за згодою з твердженнями, у яких містяться ті самі елементи, але зі знаком «–».

За переважанням тверджень того чи іншого знака у відповідях досліджуваних визначається в цілому ставлен­ня до суспільства. При цьому максимально можливе не­гативне ставлення до суспільства відповідає –16 ум. од., а максимально позитивне – +16 ум. од. Таким чином, ре­альному ставленню людини до суспільства відповідає точка на шкалі в інтервалі від –16 до +16 ум. од.

Переважання позитивного ставлення до себе позна­чається як Я «+»; негативного – як Я «–». Переважання позитивного ставлення до суспільства – як С «+», нега­тивного як С «–». Опитувальник складається із 40 тверд­жень (8 з яких – «Шкала неправди»). У кожному еле­менті основного тексту опитувальника міститься ставлення особистості до самої себе і до суспільства.

Відповідно до інструкції опитуваний погоджується з твердженням, якщо він погоджується з обома його части­нами. Такий спосіб постановки тверджень ставить осо­бистість у ситуацію вибору, що підвищує надійність от­риманих результатів.

За переважання тверджень того чи іншого знака, а також їх поєднання у відповідях досліджуваних визна­чається в цілому ставлення особистості до себе й до сус­пільства та особистісної спрямованості.

*Інструкція для досліджуваного:* ***Дорогий друже!*** Твоїй увазі пропонується ряд висловлювань, визначивши своє ставлення до яких, ти зможеш побачити особливості твоїх взаємовідносин з ровесниками, дорослими і самим собою, а якщо є складнощі, то ти зможеш визначити деякі їхні причини. Це допоможе тобі зробити перші кроки на шляху поліпшення стосунків із оточенням. Своє ставлення до висловлювань слід виявити, користуючись такими визначеннями:

1. Це так.
2. Мабуть, так.
3. Важко відповісти.
4. Мабуть, не так.
5. Ні, це не так.

У бланку відповідей поряд із номером висловлювання по­став цифру, що виражає твоє ставлення до нього. Наприклад:

1.5 (якщо з даним висловлюванням ти категорично не згоден: Ні, це не так).

2.1 (якщо ти цілком згоден із висловлюванням).

Більшість висловлювань складається з двох частин. Ти мусиш виявити своє ставлення до висловлювання в цілому, а значить, погодитися з ним (визначення 1 і 2) ти можеш у тому разі, якщо згоден з обома його частинами.

Намагайся довго не замислюватися над відповідями: як правило, те, що першим спливає на думку, найбільш адекватно відображає внутрішній стан людини, її ставлення. Чим щирішими будуть твої відповіді, тим точнішу й повнішу інформацію ти можеш одержати про себе.

Бажаємо успіху!

*Текст опитувальника*

1. Я уникаю спілкування з дорослими, бо вони ставляться до мене і поводяться зі мною як з маленьким, а я впевнений, що слід зважати і на мої погляди, й на мої інтереси.
2. Мене найбільше бентежить, коли люди не можуть відкласти якісь свої справи, щоб зробити щось важливе для колективу, для класу.
3. Коли хвалять інших, мені теж хочеться досягти таких успіхів, щоб помітили й мене.
4. Я не порушую своїх обіцянок.
5. Мені здається нісенітницею багато з того, що робить більшість людей, але й те, що роблю я, теж має мало сенсу.
6. Мені багато в чому не подобається наша компанія, зате я почуваю себе там на рівних зі всіма, я почуваю себе до­рослою людиною.
7. Якщо говорити про повагу, то поважають того, у кого «кру­ті» знайомі і хто класно «прикинутий», а у мене цього немає.
8. Коли я стану дорослим, то хочу заробляти багато грошей, але витрачатиму їх не тільки на себе, а й на інших, наприк­лад допомагатиму бідним.
9. Я майже завжди роблю так, як говорять дорослі. Вони пога­ного не порадять.
10. Коли потрібно взяти участь у якійсь спільній для класу справі, а це суперечить моїм інтересам (немає часу, бажання та ін.), я завжди прагну знайти компроміс, щоб і дітям було добре, і щоб себе не скривдити.
11. Я ніколи не здійснюю вчинків, за які мені буває соромно.
12. Моя власна думка? Кому вона потрібна? Все вирішують ті, хто зверху, – вчителі, батьки, президент. Але на їхню думку мені особисто теж начхати.
13. Більшість моїх приятелів тільки й роблять, що скиглять про нудне, нецікаве життя, а я сам роблю своє життя таким, яким хочу; все від самої людини залежить.
14. Мені важливо, що думають про мене діти, і я часто пого­джуюсь з ними тільки тому, щоб вони не змінили ставлення до мене.
15. Кожна людина – особистість; у кожній є те, за що її можна поважати. Я завжди прагну побачити це, тому й до мене більшість ставиться з повагою.
16. Я ніколи не спізнююсь.
17. Мені дуже важливо, що думають про мене знайомі мені до­рослі, і мені дуже хочеться заслужити їхню повагу.
18. Я завжди спочатку роблю уроки, а вже потім відпочиваю.
19. Я часто думаю, що я нікому не потрібен, та й у мене немає потреби в інших.
20. Я вважаю, що якщо ти особистість, то мусиш мати свою думку і відстоювати її, незважаючи ні на що.
21. Мені здається, що життя інших людей цікаве, яскраве, а її мене все якесь буденне й сіре.
22. Коли мене несправедливо ображають мої приятелі, я не об­ражаюсь і не відповідаю грубістю, позаяк вважаю це негід­ним і до того ж гадаю, що вони так поводяться не тому, що погані, а тому, що так складаються обставини (настрій, стан, незнання ситуації тощо).
23. Я завжди говорю тільки правду.
24. У мене часто виникає думка, що нічого доброго з мене не вийде, гадаю, що й із більшості приятелів навряд чи вийде щось путнє.
25. Я завжди виконую прохання батьків про допомогу.
26. Буває, що я виконую доручену мені справу, не замислю­ючись, кому й навіщо це потрібно; доручили – і виконую, щоб не приставали або щоб уникнути покарань.
27. Часто буває, що я погано поводжуся з кимось не тому, що я погана людина, а тому, що мене не розуміють, та й розуміти не хочуть.
28. Діти не дуже поважають і цікавляться моєю думкою, І, чесно кажучи, я думаю, що їх судження, думки дійсно більш цікаві.
29. Мені й більшості моїх приятелів у сьогоднішньому непрос­тому житті вдається знаходити способи й привід для радості і надії на краще майбутнє.
30. Я ніколи не пліткую.
31. Я часто буваю безвідповідальним, неправдивим, поступаю непорядно, але для більшості людей «відповідальність», «правдивість», «чесність» — це тільки гарні слова, а на­справді вони такі самі, як і я.
32. Для того щоб досягти чогось значного в житті, слід думати лише про себе, а всі розмови про користь для інших зава­жатимуть досягненню мети.
33. Взагалі-то дорослі мають рацію, коли говорять, що я погана людина. Тільки вони мусять розуміти, що я про них міркую так само.
34. Я гадаю, що люди, які говорять, що для них більш важли­вими є інтереси суспільства, ніж свої власні, найчастіше ка­жуть неправду.
35. Порівняно з іншими я сам і мої успіхи здаються мені не¬значними
36. Я з повагою ставлюсь не тільки до своїх думок, переконань, інтересів, а й до думок, переконань, інтересів інших людей.
37. У мене ніколи не виникає роздратування стосовно моїх батьків.
38. Бувають хвилини, коли мені не хочеться жити, тому що я сам собі стаю бридким і бачу, наскільки неприємні люди, які мене оточують.
39. Коли люди, які мене оточують, навчаться поважати мене, тоді і я стану з повагою до них ставитися.
40. Іншим дітям вдається все набагато легше, ніж мені. Гадаю, і в майбутньому вони зможуть досягти якихось успіхів простіше, ніж я.

**Ключ до опитувальника**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Я+ С– | 21. Я– С+ |
| 2. Я – С+ | 22. Я+ С+ |
| 3. Я+ С+ | 23. Неправда |
| 4. Неправда | 24. Я – С– |
| 5. Я – С– | 25. Неправда |
| 6. Я+ С– | 26. Я – С– |
| 7. Я – С+ | 27. Я+ С– |
| 8. Я+ С+ | 28. Я– С+ |
| 9. Я – С+ | 29. Я+ С+ |
| 10 Я+ С+ | З0. Неправда |
| 11. Неправда | 31. Я – С– |
| 12. Я – С– | 32. Я+ С– |
| 13. Я+ С– | 33. Я – С– |
| 14. Я– С+ | 34. Я+ С– |
| 15. Я+ С+ | 35. Я – С+ |
| 16. Неправда | 36. Я+ С+ |
| 17. Я+ С– | 37. Неправда |
| 18. Неправда | 38. Я – С– |
| 19. Я – С– | 39. Я+ С– |
| 20. Я+ С– | 40. Я– С+ |

**Бланк відповідей**

Прізвище, ім’я, по батькові (або код)

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |



Розташування номерів відповідей подібним чином дає можливість значно спростити процедуру обчислення та аналізу результатів, а також провести якісний аналіз. Представленість відповідей відповідно до того чи іншого типу спрямованості можна наочно побачити, розкресливши бланк по діагоналі. По горизонталі – представленість відповідей за критеріями.

*Процедура обчислення та аналізу*

У кількісній обробці беруть участь тільки відповіді, що ви­ражають згоду досліджуваного, тобто позначені цифрами 1 і 2.

У разі п'яти і більше позитивних відповідей за «Шкалою неправди» (висловлювання 4, 11, 16, 18, 23, 25, З0, 37) в анкеті до отриманих результатів не можна ставитися як до досто­вірних. Перевищення за «Шкалою неправди» може свідчити про неадекватні уявлення особистості про саму себе, про небажання розкриватися, а також, можливо, про прийняті нею ідеальні бажані уявлення про себе, але такі, що видаються за дійсні.

*Обробка даних*

Підраховується сумарне алгебраїчне значення за шкалою «Я» і шкалою «С».

За одержаними значеннями «Я» і «С» визначається тип особистісної спрямованості. Поєднання Я «+» С «+» означає гу­маністичну спрямованість особистості, поєднання Я «+» С «–» – егоцентричну спрямованість особистості, поєднання Я «–» С «+» – соціоцентричну спрямованість особистості, поєднання Я «–» С «–» – негативістичну спрямованість особистості.

Переважання «крайніх» відповідей (1 і 5) порівняно з «серединними» (2 і 4) може свідчити про впевнену, можливо, авторитарну позицію, про високу самостійність особистості.

Значна кількість відповідей, позначених цифрою «3», мо же свідчити про боязнь презентувати свою позицію, про конформну поведінку автора анкети, про відсутність у нього стійкої осмисленої, самостійної позиції.

**II** Для виявлення особливостей розвиненості емоційно-почуттєвої складової духовної культури педагогічного персоналу ми рекомендуємо колективний «Опитувальник для виявлення рівня розвитку духовної культури педагогічних працівників», або авторську анкету, розроблену Е.О. Помиткіна.

***Авторська анкета Е.О. Помиткіна (для педагогів):***

1. Скільки емоцій Ви проявляєте, як правило, у процесі взаємодії з учнями?

2. Перелічіть, будь-ласка, їх у порядку частоти проявів.

3. Які емоції Ви активізуєте в учнів у процесі навчання?

4. Якими засобами Ви це робите?

5. Яким чином Ви керуєте власними емоційно-почуттєвими станами?

6. Як Ви керуєте емоційно-почуттєвими станами учнів?

7. Які фрази Ви найчастіше використовуєте на уроці?

Якщо в результаті опитування виявлено незначну обізнаність педагогів з власною емоційною сферою, запропонуйте повторно відповісти на 1-3 запитання, але з використанням дидактичного матеріалу (*таблиця 1*).

Для учнів ми рекомендуємо апробувати таку редакцію цієї анкети:

***Анкета для учнів:***

1. Скільки емоцій Ви проявляєте, як правило, у процесі взаємодії з вчителями?

2. Перелічіть, будь-ласка, їх у порядку частоти проявів.

3. Які емоції Ви викликаєте в учителів у процесі навчання? (під час уроків та після них)

4. Яким чином Ви це робите?

5. Яким чином Ви керуєте власними емоційно-почуттєвими станами на уроці?

6. Чи впливаєте Ви на емоційно-почуттєві стани вчителів на уроці?

7. Як Ви це робите?

*Таблиця 1*

***Перелік типових емоційно-почуттєвих станів особистості***

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Агресивність | 61 | Екзальтація | 121 | Незворушність | 181 | Приреченість |
| 2 | Азарт | 62 | Екстаз | 122 | Невдоволення | 182 | Прихильність |
| 3 | Активність | 63 | Енергійність | 123 | Невпевненість | 183 | Провина  |
| 4 | Апатія | 64 | Ентузіазм | 124 | Недовіра | 184 | Прозріння |
| 5 | Афект | 65 | Єдність | 125 | Незавершеність | 185 | Просвітлення |
| 6 | Безпека | 66 | Жорстокість | 126 | Незадоволеність | 186 | Протиріччя |
| 7 | Безтурботність | 67 | Жага | 127 | Незручність | 187 | Пустота |
| 8 | Бадьорість | 68 | Жалість | 128 | Ненависть  | 188 | Радість |
| 9 | Байдужість | 69 | Жаль | 129 | Необхідність | 189 | Ревнощі |
| 10 | Безжалісність | 70 | Жах | 130 | Непотрібність | 190 | Розгубленість |
| 11 | Беззахисність | 71 | Завзятість | 131 | Непримиренність | 191 | Роздратування |
| 12 | Безпека | 72 | Загроза | 132 | Неприязнь | 192 | Розчарування |
| 13 | Безпорадність | 73 | Задоволеність | 133 | Несамовитість | 193 | Розчулення |
| 14 | Безсилля | 74 | Зайнятість | 134 | Нетерпіння  | 194 | Самотність  |
| 15 | Благоговіння | 75 | Заздрість | 135 | Неуважність | 195 | Сарказм |
| 16 | Благодать | 76 | Закоханість | 136 | Нехтування | 196 | Свобода |
| 17 | Благополуччя | 77 | Занепокоєння | 137 | Ніжність | 197 | Святковість |
| 18 | Близькість | 78 | Заклопотаність | 138 | Ніяковіти | 198 | Симпатія |
| 19 | Біль | 79 | Залежність | 139 | Низькість | 199 | Скорботи |
| 20 | Боязнь | 80 | Засмучення | 140 | Ностальгія | 200 | Сконцентрованість |
| 21 | Буденність | 81 | Замішання | 141 | Нудьга | 201 | Слава |
| 22 | Важливість | 82 | Засудження | 142 | Обережність | 202 | Смак |
| 23 | Вдячність | 83 | Захват | 143 | Обов'язок | 203 | Сміх |
| 24 | Великодушність | 84 | Захищеність | 144 | Обожнення | 204 | Смиренність |
| 25 | Велич | 85 | Захоплення | 145 | Образа | 205 | Смуток |
| 26 | Веселощі | 86 | Заціпеніння | 146 | Обурення | 206 | Сором |
| 27 | Відвага | 87 | Зацікавленість | 147 | Огида | 207 | Співчуття |
| 28 | Відвертість | 88 | Збентеження | 148 | Острах | 208 | Співзвучність |
| 29 | Відданість | 89 | Збудження | 149 | Осяяння  | 209 | Спокій  |
| 30 | Відкритість | 90 | Зверхність | 150 | Ошелешеність | 110 | Справедливість |
| 31 | Відповідальність | 91 | Здивування | 151 | Пасивність | 211 | Спрага |
| 32 | Відраза | 92 | Зібраність | 152 | Патріотизм  | 212 | Сприйнятливість |
| 33 | Відстороненість | 93 | Злість | 153 | Перевага | 213 | Спустошеність |
| 34 | Відчай | 94 | Зловтіха | 154 | Передчуття | 214 | Стомленість  |
| 35 | Відчуженість | 95 | Зневага | 155 | Переляк | 215 | Страждання |
| 36 | Віра | 96 | Зніяковіння | 156 | Печаль | 216 | Страх |
| 37 | Виключність | 97 | Зосередженість | 157 | Пиха | 217 | Стурбованість |
| 38 | Влада | 98 | Значущість | 158 | Піднесення  | 218 | Суєта |
| 39 | Вознесеність | 99 | Зневіра | 159 | Підозрілість | 219 | Сум |
| 40 | Впевненість | 100 | Інертність | 160 | Підтримка | 220 | Сумнів |
| 41 | Врівноваженість | 101 | Інсайт | 161 | Плаксивість | 221 | Сум'яття |
| 42 | Гармонія | 102 | Інтерес | 162 | Повага | 222 | Суперництво |
| 43 | Героїзм | 103 | Іронія | 163 | Подив | 223 | Супротив |
| 44 | Гидливість | 104 | Краса | 164 | Подяка | 224 | Схвильованість |
| 45 | Гідність | 105 | Лагідність | 165 | Покірність  | 225 | Такт |
| 46 | Гіркота | 106 | Лінь | 166 | Поміркованість | 226 | Теплота |
| 47 | Гнів | 107 | Лукавство | 167 | Помста | 227 | Тривога |
| 48 | Голод | 108 | Любов  | 168 | Порожнеча | 228 | Туга |
| 49 | Гордість | 109 | Лють | 169 | Потворство | 229 | Турбота |
| 50 | Горе | 110 | Міра | 170 | Похмурість | 230 | Умиротворення |
| 51 | Гумор | 111 | Милування | 171 | Почесті | 231 | Унікальність |
| 52 | Дисгармонія | 112 | Милосердя | 172 | Правота | 232 | Упередженість |
| 53 | Дисонанс | 113 | Надія | 173 | Презирство | 233 | Урочистість |
| 54 | Доброзичливість | 114 | Напруження | 174 | Привітність | 234 | Хвилювання |
| 55 | Доброта | 115 | Наполегливість | 175 | Прив'язаність | 235 | Холодність |
| 56 | Довіра | 116 | Насолода | 176 | Пригніченість | 236 | Царственість |
| 57 | Допитливість | 117 | Настороженість | 177 | Приголомшеність | 237 | Цікавість |
| 58 | Досада | 118 | Натхнення  | 178 | Приналежність | 238 | Цинізм |
| 59 | Дружба | 119 | Небезпека | 179 | Приниження | 239 | Честь |
| 60 | Ейфорія | 120 | Невинність | 180 | Пристрасть | 240 | Щастя |

**Вправа «Спрямованість на дотримання норм духовності»**

Мета вправи – розвиток мотивації дотримання норм духовності.

«Мета цієї вправи – змусити вас поміркувати про те, як духовні якості характеру та дотримання норм духовності дозволить вам досягти успіху в різних сферах вашої життєдіяльності. Отже, запишіть….

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Аспекти життя | Як духовні якості характеру дозволяють досягти успіху | Чого б ви хотіли досягти (змінити або поліпшити в найближчому майбутньому) |
| активне продуктивне діяльне життя |  |  |
| збереження і зміцнення свого здоров'я |  |  |
| цікаве успішне навчання |  |  |
| любов |  |  |
| матеріальне забезпечення |  |  |
| суспільне визнання |  |  |
| самовдосконалення |  |  |
| розваги |  |  |
| свобода |  |  |
| щасливе сімейне життя; |  |  |
| творча самореалізація |  |  |
| життєва мудрість |  |  |
| упевненість у собі |  |  |