

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ФІЛОСОФІЇ, СОЦІОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ**

**СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА ШКІЛЬНОЇ
ВІКТИМІЗАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ З НЕТИПОВОЮ
ЗОВНІШНІСТЮ**

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала: студентка 4 курсу 411 групи
Спеціальності 231 Соціальна робота
Освітньо-професійної програми
«Соціальна робота»
Олена ЗИК

Керівник: Світлана КОПИЛОВА, доцентка

Херсон-2022

ЗМІСТ

| | |
|--|-----------|
| РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВІКТИМІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ | 7 |
| 1.1 Основні підходи до вивчення віктимності..... | 7 |
| 1.2. Характеристика основних факторів віктимізації учнів підліткового віку | 15 |
| РОЗДІЛ 2 ПРОФІЛАКТИКА ВІКТИМІЗАЦІЇ УЧНІВ З НЕТИПОВОЮ ЗОВНІШНІСТЮ | 26 |
| 2.1. Сутність соціально-педагогічної профілактики віктимної поведінки учнів..... | 26 |
| 2.2. Модель профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю..... | 31 |
| 2.3 Авторський тренінг профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю..... | 37 |
| Додаток А..... | 49 |
| Додаток Б..... | 50 |

ВСТУП

Навчання в загальноосвітній школі може супроводжуватися негативним впливом соціального середовища на становлення особистості дитини. Набувають усе більшого поширення випадки булінгу, жертвами якого у першу чергу стають діти з нетиповою зовнішністю, соціально-вразливі категорії дітей (малозабезпечені, діти, позбавлені батьківського піклування), боязкі й невпевнені у собі підлітки. До групи ризику стати жертвою булінгу потрапляють діти, що мають: труднощі із успішністю, надмірну вагу, епілепсію, розлади аутичного характеру та інші хронічні хвороби [33, с. 21]. Це підтверджується даними статистики, за якими найчастіше причиною вчинення булінгу стає зовнішність жертви [12, с.275].

За останніми даними UNICEF в Україні відсоток жертв булінгу сягнув 37,9 [21, с.42]. Проблема цькування набула масового характеру, а вчинення булінгу перетворилось на «прийнятний» й достатньо поширений спосіб самоствердження серед підлітків.

Будь-яка соціальна взаємодія передбачає наявність двох сторін; основною рисою булінгу є їх нерівність. Взаємодія набуває асиметричний характер, адже булери у більшості випадків демонструють фізичні й психологічні переваги над жертвою. Вони добре «зчитують» слабкість жертви, її психологічний стан і майстерно маніпулюють її свідомістю. Їх метою є отримання влади, авторитету в колективі. Засобом досягнення цієї мети є спричинення шкоди іншим.

Переважно зародження булінгу відбувається в 6-11-річному віці, тобто бере початок з молодшої школи. У цей період відбувається перехід від дитинства до дорослості. Цей процес охоплює всі сторони розвитку підлітка, а його порушення є небезпечним для усієї подальшої життєдіяльності людини. Найбільш поширеним типом знущань є вербальна агресія. Такі прояви поведінки значно активізують процес

віктимізації, а саме: перетворення підлітка на жертву несприятливих умов соціалізації. Саме тому проблема віктимності підлітків та її профілактика займає вагомe місце серед інших актуальних проблем сучасності.

18 грудня 2018 р. було прийнято Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)». З одного боку, булінг розглядається як спосіб насильства, з іншого – як протиправне діяння. Цифри сигналізують про те, що навіть ті антибулінгові заходи, які проводяться Міністерством освіти і науки, Міністерством юстиції та громадськими організаціями не є достатньо ефективними. Одною з головних ознак булінгу є уразливість жертви. Тому одним із перспективних напрямів профілактики є робота із жертвами булінгу. Це спонукає науковців до більш глибокого теоретичного аналізу процесу віктимізації особистості.

Проблемам кримінальної віктимології присвятили дослідження Н.Барановський, А.Гаджієва, В.Полубинський, В.Рибальська, В.Рівман, Л.Франк. Соціологічний й психологічний аспекти віктимології відображено у наукових працях І.Вашенко, А.Сухарева, В.Тулякова. В.Афанасьєва, Т.Баширова, В.Бочелюк, Л.Вольнова, М.Шакурова присвятили увагу питанням віктимологічної профілактики. Особливості віктимізації неповнолітніх, у тому числі в ситуації булінгу, окреслено І.Баєвою, В.Білоус, Л.Гаязовою, Д.Олвеусом, Н.Опольською. Проблема нетипової зовнішності як чинника соціалізації особистості розглянута такими дослідниками як К.Крещук, О.Тіунова, О.Ткалич.

З урахуванням актуальності й недостатньої розробки нами обрана **тема дослідження:** Соціально-педагогічна профілактика шкільної віктимізації здобувачів освіти з нетиповою зовнішністю.

Мета дослідження: розробити модель профілактики віктимізації здобувачів освіти підліткового віку з нетиповою зовнішністю в загальноосвітній школі.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати основні підходи до визначення віктимології й уточнити поняття, що описують процес віктимізації особистості.

2. Охарактеризувати основні фактори формування віктимної поведінки та виділити фактори ризику віктимізації здобувачів освіти.

3. Виявити сутність соціально-педагогічної профілактики віктимної поведінки здобувачів освіти.

4. Розробити модель профілактики віктимізації здобувачів освіти підліткового віку з нетиповою зовнішністю.

Об'єкт дослідження: фактори віктимізації особистості в сучасному суспільстві

Предмет дослідження: соціально-педагогічна профілактика віктимізації здобувачів освіти підліткового віку з нетиповою зовнішністю в загальноосвітній школі.

Методи дослідження. Для виконання поставлених завдань було використано: аналіз науково-теоретичних джерел – для уточнення основних понять, системний аналіз – для встановлення факторів віктимізації особистості, моделювання – для розробки моделі профілактики віктимізації здобувачів освіти підліткового віку з нетиповою зовнішністю, узагальнення досвіду – для розробки програми соціально-психологічного тренінгу корекції самосприйняття підлітків.

Практичне значення дослідження полягає в розробці моделі соціально-педагогічної профілактики віктимної поведінки здобувачів освіти з нетиповою зовнішністю, а також розробці соціально-психологічного тренінгу корекції самосприйняття підлітків.

Апробація результатів роботи. Матеріали дослідження обговорювались на засіданні кафедри соціальної роботи, соціальної педагогіки та соціології (протокол від 19.10.2021р. №4), та засіданні кафедри філософії, соціології та соціальної роботи (протокол від 14.03.2022р. № 8 та протокол від 04.04.2022р. № 9).

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, двох розділів, шести підрозділів, висновків та списку використаних джерел, який містить 42 найменування.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВІКТИМІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

1.1 Основні підходи до вивчення віктимності

Актуальність проблеми профілактики віктимізації особистості змушує досліджувати закономірності відповідного процесу. На основі теоретичних уявлень і моделей, розроблених у різних соціальних дисциплінах (право, кримінологія, соціальна робота, конфліктологія, соціологія девіантної поведінки), виникла відносно нова галузь наукових знань – віктимологія, предметом якої є аналіз феномену жертви. Віктимологія розглядається і як науковий напрям у рамках кримінології, і як спеціальна соціологічна теорія.

Уперше проблема дослідження місця та ролі потерпілої особи у механізмі злочинної поведінки була поставлена у радянській юридичній науці. У кримінальній віктимології розроблене учіння про жертву злочину, розроблено моделі поведінки жертви з метою впливу на причини кримінальної активності.

Розпочати теоретичний аналіз проблеми віктимності доцільно з уточнення ознак «жертви». Якщо в кримінальній віктимології мова йде про жертву злочину, то сучасна віктимологія розглядається як комплексне учіння про осіб, що знаходяться у кризовому стані й заходи допомоги таким жертвам. Мова може йти не тільки про жертв злочинів, але й жертв економічного й політичного відчуження, біженців, тощо.

З позицій соціально-педагогічного підходу існує ряд категорій дітей, які є реальними або потенційними жертвами соціалізації через умови їх розвитку та життя. До них належать інваліди, діти-сироти й діти, позбавлені піклування батьків, безпритульні, діти з неблагополучних сімей тощо [36, с.22]. У підлітковому віці значущим фактором, на нашу думку, є особливості зовнішності. Діти з нетиповою

зовнішністю часто стають жертвами булінгу, що зумовлює віктимізацію даної категорії дітей.

М.В. Шакурова виділяє об'єктивні чинники, що можуть сприяти створенню ситуації, де групи або конкретні люди, у тому числі учні, особливо підлітки, можуть ставати жертвами несприятливих умов соціалізації. Наприклад, темперамент та деякі інші властивості, які характеризують людину, впливають на віктимізацію. Виявляється - особистісні характеристики людини впливають на схильність особи до того, щоб ставати жертвою несприятливих умов соціалізації. До таких параметрів, зокрема, відносять ступінь стійкості та міру гнучкості людини, також розвиненість у неї рефлексії саморегуляції, її ціннісні життєві орієнтації тощо [39,с.74].

Науковець В. І. Загвязинський виділяє такі види жертв несприятливих умов соціалізації: реальні, потенційні та латентні [15, с.76].

Перша група – це люди, яких можна охарактеризувати переважно негативними морально-психологічними властивостями, що зумовлюють їх віктимогенну поведінку у конфліктній ситуації. До цієї групи можна віднести осіб з різного роду відхиленнями у характері (психопатія, різні типи неврозів, схильність людини до афектів, підвищена демонстративність характеру тощо). Такі особистісні якості можуть бути джерелом психологічного напруження в міжособистісних відносинах і зумовлюють підвищений ризик віктимізації особистості.

Друга група – люди, яких можна охарактеризувати в цілому позитивно, але які стали жертвами зазіхання через свою необережну, необачну поведінку. Це люди, які через те, що мають невеликий досвід у житті неспроможні адекватно і своєчасно сприймати та аналізувати можливі негативні наслідки своєї ж поведінки. Поведінка цієї групи може змінюватись від необачної до провокуючої. Частина віктимогенного є, по суті, формою необачної поведінки. Наприклад,

людина, яка зазнала образи може з високим рівнем ймовірності отримати негативні для неї наслідки (фізична чи психологічна травма, або навіть загроза життю тощо).

Третя група - люди, які є жертвами певних обставин об'єктивного характеру. До цієї групи можуть бути віднесені особи з різного роду вродженими недугами (особи з інвалідністю з дитинства) або зовнішніми даними (діти з нетиповою зовнішністю), люди які пережили ті ситуації, що пов'язані з високим ризиком життя (жертви різноманітних катастроф, природних стихій тощо).

Роглянута класифікація дозволяє виділити три значущі напрями віктимологічної профілактики: корекція емоційно-вольової сфери й розвиток емпатії; формування навичок безпечної поведінки; формування адекватної самооцінки.

Одним із сучасних підходів є розгляд жертви на основі загальної теорії безпеки, а віктимологія розглядається як учіння про жертву соціально-небезпечного прояву. Предметом уваги стає поведінка, що відхиляється від норм безпеки. Віктимологія визначається як самостійний комплексний науковий напрям (кримінальної, деліктної й травматичної віктимології), що покликаний досліджувати й забезпечувати безпеку жертв соціально-небезпечних проявів [27, с.10]. Такий підхід відповідає сутності соціальної роботи й може бути прийнятий за основу при вирішенні проблеми профілактики віктимізації серед неповнолітніх.

До основних понять віктимології Л.В.Франк включає такі: віктимізація, віктимність, зв'язок «злочинець-потерпілий», оцінка дійсного стану злочинності через аналіз віктимізації тощо.

Віктимізація (від латинської *viktima* – що означає «жертва») розуміється як процес та в майбутньому результат перетворення людини на жертву злочину (за В. Д. Рівманом) [32,с.80]. З точки зору соціальної педагогіки поняття віктимізації тлумачиться ширше: «процес і результат

перетворення людини чи групи людей на той чи інший тип жертви несприятливих умов соціалізації»[14,с.14].

За Л.Франком, віктимізація – це процес перетворення особи на жертву злочину, а також результат функціонального впливу злочинності в цілому, що може виявлятися на різних рівнях впливу на потерпілих, членів їхніх сімей, соціальних груп та спільнот. В.Туляков визначає віктимізацію як процес перетворення особи або соціальної спільноти на жертву соціально-небезпечного прояву [36, с. 22]. Слід звернути увагу на індивідуальний і колективний рівні віктимізації. Другий пов'язаний із корпоративним порушенням прав споживачів, зловживанням владою з боку держави, маніпуляцією суспільною думкою з метою виправдання агресивної внутрішньої й зовнішньої політики тощо.

Віктимізація має свою певну структуру, в неї на індивідуальному рівні входять такі елементи : об'єкт та суб'єкт віктимізації. Суб'єктивну, тобто емоційно-вольову, та об'єктивну, тобто ситуативну, сторони віктимізації слід розглядати в єдності. Об'єкт віктимізації – це громадські блага і цінності, які знаходяться під охороною кримінального законодавства [32,с.81].

До визначення поняття «віктимність» різні автори підходять по-різному. Науковці пов'язують його зі «схильністю», «здатністю», «властивістю» людини. Феномен віктимності також пов'язують із формою реалізації девіантної активності, з видом соціальних девіацій; з ознакою, що іманентно властива процесу соціалізації визначеної частини населення.

А.В. Мудрик характеризує віктимність як схильність людини стати жертвою тих чи інших обставин [22, с.282; 34, с.64].

А.А. Гаджієва вважає, що під віктимністю конкретної людини слід розуміти її підвищену здатність ставати жертвою правопорушень, нещасних випадків, негативних життєвих обставин та інших негативних факторів, пов'язаних з будь-якими особливостями особистості,

психопатологічним станом та специфічною поведінкою [13, с.75]. Як бачимо, віктимність розглядається не тільки у зв'язку зі злочинністю. Віктимна поведінка людини також пов'язується з життєвими обставинами. Це підтверджує правомірність розгляду проблеми віктимізації особистості з позицій соціальної роботи.

На думку Д.В. Рівмана, віктимність – це об'єктивна властивість, тобто будь-який індивід віктимний у тій чи іншій мірі. Віктимність не може бути нульовою [32, с.14]. В.І. Полубинський, навпаки, вважає, що не можна говорити, що це об'єктивна властивість, віктимність може бути нульовою [28, с.31]. В.Я. Рибальська має думку, що віктимність як певний комплекс стабільних типових соціальних і (або) психологічних властивостей особистості – дуже складне поняття, оскільки вразливість особистості обумовлена факторами, що істотно розрізняються [31, с.33].

Певні особливості поведінки людини та особливості особистості, що визначають її можливість стати жертвою, називаються віктимністю, а така поведінка, що провокує людину, – віктимною. Тому, можна стверджувати, що якщо людина має високу віктимність, то створюється висока ймовірність стати жертвою. Для кожної людини важливо знизити свою віктимність, та уникати можливої віктимної поведінки [7, с.76].

Соціонормативне розуміння віктимності пов'язується з властивістю активності особистості, що відхиляється від норм безпечної поведінки (від безпечного способу життя). Безпека розглядається як стан або якість захищеності від реальних або потенційних загроз, страху, невпевненості, деривації тощо [13, с.126]. Це веде до підвищеної вразливості, доступності та привабливості жертви соціально небезпечного прояву [36, с.22].

П.І. Юнацкевич виділяє (з різних підстав) деякі види віктимності:

а) за вираженням у різних життєвих ситуаціях – політичну, кримінальну економічну, побутову, транспортну, військову та інші;

б) за панівними психологічними механізмами – пізнавальну, емоційно-вольову, мотиваційну, змішану;

в) за кількістю осіб, які беруть участь – індивідуальну, групову, громадську (масову);

г) в залежності від ставлення до професійної діяльності із забезпечення безпеки – професійну та непрофесійну (загальноцивільну);

д) за психологічним рівнем віктимності – сильно виражену, середньо виражену та слабо виражену ;

е) за часом протікання – відносно стабільну та ситуативну[20, с.38].

Учені виділяють два типи віктимності: 1) особистісну (якість, що об'єктивно існує у людини, що виражається у суб'єктивній здатності деяких індивідуумів через наявність сукупності психологічних властивостей ставати жертвами певного виду злочинів, в умовах, коли була реальна можливість уникнути цього); 2) рольову (характеристика деяких соціальних ролей, що об'єктивно існують у даних умовах життєдіяльності, яка виражається в небезпеці для осіб, що їх виконують, незалежно від своїх особистісних якостей підлягати певному виду злочинних посягань лише в силу виконання такої ролі [9, с.159].

Л.В. Франк до цього переліку додає ще один **вид віктимності** – соціальну. Він виділяє:

1. Особистісну – визначається як сукупність соціально-психологічних властивостей особистості, що визначають здатність стати жертвою злочинів.

2. Рольову, чи професійну, як «безособову» властивість, зумовлену виконанням людиною певних соціальних функцій;

3. Соціальну, яка визначається існуванням у суспільстві злочинності, яка об'єктивно ставить будь-яку людину в становище потенційної жертви.

В.І. Полубинський вважає, що віктимність може виявлятися на різних рівнях: індивідуальному, видовому та груповому [28,с. 57]. Ми поділяємо думку В.І. Полубинського, і виділятимемо індивідуальну, видову та групову віктимність. Індивідуальна віктимність – це певна якість індивіда, обумовлена сукупністю його соціальних, психологічних, психопатологічних і біофізичних якостей, що у певній життєвій ситуації сприяє формуванню здатності перетворення їх на жертву несприятливих умов соціалізації. Видова віктимність – це схильність окремих осіб з низки певних однотипних причин ставати жертвами подібних видів. Групова віктимність – це схильність окремих категорій, груп людей, які мають подібні демографічні, соціальні, біофізичні, психологічні, психопатологічні якості за певних умов ставати різними видами жертв несприятливих умов соціалізації.

Ми вважаємо, що ці види віктимності в реальному житті в чистому вигляді не зустрічаються, а супроводжують, накладаються один на одного. Також ми погоджуємося з Д.В. Рівманом і вважаємо, що віктимність не може бути нульовою, вона однаково притаманна всім членам соціальної групи, які опинилися в рівних несприятливих умовах. Проте стане той чи інший індивід за наявності негативних чинників жертвою, залежить від його особистісних характеристик (тип темпераменту, вольові якості, особливості психіки, генетична схильність до саморуйнування).

Крім поняття «віктимність» також виділяється поняття «віктимогенність». Якщо віктимність є тим, що індивід має схильність до становлення того, щоб ставати жертвою деяких несприятливих обставин життєдіяльності, то віктимогенність визначається наявністю в об'єктивних обставинах соціалізації таких характеристик та небезпек, вплив котрих може зробити особу жертвою обставин (наприклад, віктимогенна група, віктимогенний мікросоціум тощо) [15, с.36]. З позицій соціальної педагогіки поняття віктимогенності можна

розглядати як результат негативного впливу соціального середовища на людину, що передбачає наявність чинників порушення процесу формування самосвідомості, а внаслідок цього – віктимізацію особистості.

Таким чином, віктимізація є процесом та результатом перетворення людини чи групи людей на жертв соціально небезпечного прояву, внаслідок впливу об'єктивних та суб'єктивних факторів. Процес віктимізації має як об'єктивну, так і суб'єктивну сторони. Віктимізація – це з однієї точки зору, процес впливу на людину певної сукупності негативних зовнішніх факторів та умов, з іншої – це процес соціальних та психологічних змін особистості під негативним впливом зовнішніх факторів та умов, які формують у ньому «психологію жертви».

1.2. Характеристика основних факторів віктимізації учнів підліткового віку

Учені приділяли чимало уваги об'єктивним факторам віктимізації (А. В. Мудрик, В. Д. Рівман) та мезофакторам (Г. В. Гатальська, Ю. Б. Чернявська). Досліджень суб'єктивних факторів віктимізації в науковій літературі не так багато, оскільки останні мають прихований характер.

У науковій літературі найбільш ґрунтовне висвітлення отримали чинники віктимізації жертв злочинів. Н. А. Барановський виділяє такі фактори, що впливають на процес віктимізації:

- криміногенність особистості злочинця, його спосіб життя та передзлочинна поведінка;
- віктимогенність особистості жертви, її спосіб життя та передвіктимна поведінка;
- деструктивність соціальної взаємодії злочинця та жертви;
- сукупність віктимогенних та криміногенних соціально-ситуативних обставин [3, с.69].

Чинники віктимізації неповнолітніх не отримали належного аналізу у науковій літературі. Науковцями встановлено факт чутливості осіб того чи іншого типу та віку до різних віктимогенних факторів. Так, психофізичною специфікою підліткового віку є наївність, довірливість, інтерес, недостатність умінь швидкого пристосування до умов, безпорадність у конфліктних життєвих ситуаціях, а часто і просто фізична слабкість. Віктимізації підлягають молоді люди, які не мають досвіду життя, що зневажають попередження, погано розбираються в людях, нерозсудливі, необачні, азартні та інші. Це підтверджує необхідність урахування у віктимологічній профілактиці формування

навичок безпечної поведінки й адекватної самооцінки, порушення якої часто пов'язане з нетиповою зовнішністю.

У процесі шкільної віктимізації учня беруть участь щонайменше чотири складові:

1) ситуативні фактори, що мають віктимогенний характер – наприклад, пошкодження, що відбулися випадково або дитина стала учасником колективної бійки;

2) віктимогенні індивідуальні та психологічні особливості учня – це може бути агресивна поведінка, часті конфлікти з іншими, зухвалі вчинки, нахабство, або ж тривожність, прояви боязкості, невпевненості у собі, занижена самооцінка та інше;

3) своєрідне психоемоційне становище дитини – емоційне збудження або ж, навпаки, пригніченість, стомленість, та інші особливості;

4) віктимна (віктимогенна) поведінка – можливо провокування конфліктних ситуацій, бійок або навпаки, виявлення нерішучості, невпевненості і таке інше [19, с.73].

М.В.Шакуровою встановлено те, що жертвами віктимізації частіше стають молоді люди, які не мають життєвого досвіду, некомпетентні в питаннях причин і умов становлення жертвою несприятливих умов, що нехтують попередженнями, погано знаються на людях, необережні, ризиковані, азартні, з викликаючою зовнішністю та манерами поведінки, дуже довірливі, нерозбірливі в знайомствах, такі люди, що виявляють слабкість і безпорадність, зловживають спиртним і наркотиками, жадібні та інші [39,с.89].

Підлітковий вік характеризується формуванням самосвідомості, бажанням пізнавати самого себе, свої якості та здібності, що відрізняють їх від інших підлітків. Так і виникає прагнення до самоствердження, прояву цінних у їхньому оточенні якостей.

Традиційно при розгляді процесу соціалізації виділяють фактори макро-, мезо- й макрорівня.

На макрорівні фактором віктимізації є соціально-економічні й політико-правові умови життєдіяльності людини в суспільстві.

М.В. Шакурова у своїх дослідженнях з об'єктивної сторони виділяє такі чинники, що передбачають або сприяють створенню такої ситуації, коли групи людей або конкретні люди, у тому числі і підлітки, можуть ставати жертвами несприятливих умов соціалізації. Факторами віктимізації підлітка можуть стати суспільство та держава, в якій він живе. У будь-якому суспільстві є такі типи людей, які можуть стати жертвами віктимізації, як, наприклад, люди з інвалідністю та діти сироти, або позбавлені батьківського піклування, але умови їх життєдіяльності та соціалізації можуть дуже відрізнятись. Це залежить від рівня економічного розвитку та соціальної політики держави.

Не менш вагомим фактором віктимізації підлітків на макрорівні є стереотипи суспільної свідомості. І хоча їх вплив здійснюється опосередковано, цей фактор не можна залишати поза увагою. В.О.Туляков підкреслює значення ціннісно-нормативної структури суспільства і окремих соціальних груп у процесах віктимізації, залежність соціальної активності від сукупності позицій, заданих суспільством [36, с.10]. Це положення є важливим з точки зору проблеми віктимізації осіб з нетиповою зовнішністю, адже саме стереотипні уявлення про еталони зовнішності, що прийняті в суспільстві, негативно позначаються на зв'язку «злочинець-жертва» (стосовно неповнолітніх роль злочинця у багатьох випадках виконує булер).

Основним джерелом розвитку дитини на мезорівні є сім'я та освітні установи, що здійснюють найбільш істотний вплив як на стан дітей, так і у цілому на формування їх особистості. М.В. Шакурова вказує на те, що чинником віктимізації людини будь-якого віку може

бути сім'я. Сім'я, що схильна до асоціального способу життя, протиправної, неадекватної чи саморуйнівної поведінки може передавати такі характеристики, скажімо, у спадок. Завдяки тим механізмам соціалізації, які характерні для сім'ї, може сформуватися певний тип жертви. Наприклад, у неповній сім'ї може створитися кілька поколінь жінок, які мають ненависть до чоловіків, тобто вони отримують певний психічний комплекс, що позбавлятиме їх здатності створити благополучні сім'ї.

Об'єктивним фактором віктимізації людини у будь-якому віці може стати група осіб однолітків, якщо вона має асоціальний характер. Особливою небезпекою це є у підлітковому та юнацькому віці. Цей фактор є вагомим саме у підлітковому віці, адже у цей період особливого значення для учня набувають відносини з однолітками. Саме в системі міжособистісних відносин має місце прояв віктимізації. У цій взаємодії термін жертва відноситься до індивіда, який відчувається ображеним або безпосередньо є метою образливих дій іншої сторони у діадних відносинах. Агресор – це той бік у відносинах, який є відповідальним за заподіяння шкоди жертві. У школі процес віктимізації може розгортатися у двох площинах (у горизонтальній – «учень - учень», «вчитель - вчитель» та у вертикальній – «вчитель–учень», «учень-вчитель») та на двох рівнях – персональному та груповому [23, с. 109-118].

Н.Опольська досліджує булінг як протиправне суспільно-небезпечне діяння, яке порушує не тільки права дитини, а й веде до викривленого сприйняття дитиною навколишнього світу. Булінг є чинником криміналізації суспільства, отже, й віктимізації неповнолітніх. Одним із найбільш небезпечних проявів булінгу є цькування у шкільних колективах. Результатом є формування низької самооцінки жертви, підвищення її рівня репресивності та тривожності. Це є особливо небезпечним у період формування особистості дитини. До групи

підвищеного ризику булінгу належать діти 11-12 років. Встановлено, що 28% дітей щонайменше один раз піддавалися образам і приниженням за останні 12 місяців. В Україні суб'єктів булінгу удвічі більше, ніж у європейських країнах [24, с.102]. Отже, в 11-12 років підвищується ризик віктимізації школярів, що має небезпечні наслідки для всього подальшого життя.

На думку І. А. Баєвої та Л. А. Гаязової, «основною загрозою у взаємодії учасників освітнього середовища є отримання психологічної травми, внаслідок якої завдається шкоди позитивному розвитку та психічному здоров'ю, задоволенню основних потреб, тобто виникає перешкода по дорозі самоактуалізації» [2, с.9]. Насильство в процесі взаємодії закономірно стає основною загрозою психологічної безпеки освітнього середовища та загалом психологічному благополуччя особистості. Взаємодія у школі передбачає різні системи відносин.

Розглядаючи мікрорівень рівень віктимізації підлітка, можна стверджувати, що схильність до того, щоб стати жертвою несприятливих умов соціалізації залежить від характеристик індивіда й особистості, які можуть сприяти або перешкоджати віктимізації людини. До таких чинників, зокрема, можна відносити рівень стійкості та ступінь гнучкості людини, наявність розвитку її рефлексії саморегуляції, її ціннісні життєві орієнтації тощо. Індивідуальні особливості людини, зокрема фізичні характеристики, мають велике значення на суб'єктивне сприйняття людини себе жертвою [5, с.180]. Нетипова зовнішність (надмірна вага, кирпатий ніс, худорлявість, форма вух тощо) можуть призвести до того, що загалом благополучна людина може вважати себе невдахою, нещасною, бідолашною тощо. І при цьому відноситися до себе як до жертви несприятливих життєвих обставин. Це може стати причиною того що, поведінка людини і ставлення до неї оточуючих визначатиметься таким відношенням до себе, що ускладнюватиме її

життя, та навіть може призводити до психічних і соціальних відхилень, тобто трансформувати на реальну жертву [40, с.104].

Найбільш значущими для віктимізації ознаками особистості є такі: соціальні та демографічні характеристики; моральні та психологічні показники; та соціально-психологічні показники поведінки ролей людини [37, с. 79]. Багатьма науковцями як фактор віктимізації виділяються особливості зовнішності жертви.

Таким чином, підвищення ризиків віктимізації такої вікової групи як підлітки пов'язане: 1) не сформованістю емоційно-вольової сфери; 2) з недостатністю життєвого досвіду, наївністю, не сформованістю навичок безпечної поведінки; 3) порушенням самооцінки й самосприйняття, що є наслідком перетворення на жертв булінгу через особливості зовнішності й характеру. Через це у підлітків виникає велика кількість проблем, з якими без допомоги впоратися на вході в самостійне життя маса молодих людей не можуть. Тому їм необхідна соціально-педагогічна допомога.

1.3 Нетипова зовнішність як фактор віктимізації

Зовнішність, образ зовнішності та сприйняття власної зовнішності важливі не тільки з погляду естетичного сприйняття та враження, вони також істотно впливають на самопочуття індивіда, входять до структури Я-концепції, важливі для особистісної ідентичності, формування Я образу особистості. Вони формуються не тільки під впливом внутрішньо особистісних факторів, але також завдяки впливу соціальних та середовищних факторів: громадських норм, цінностей, стереотипів масової свідомості, і сформованих під впливом еталонів краси [12,с.282]. Домінування афективно-негативного сприйняття власної зовнішності під впливом стереотипів зовнішності деструктивно впливає на особистість, її діяльність, міжособистісні відносини, а отже вимагає теоретичного обґрунтування, емпіричного вивчення, та створення на їх основі соціально-психологічних технологій подолання впливу стереотипів зовнішності на самовідчуття, сприйняття себе, загальний розвиток особистості засобами психологічного консультування, психотерапії, соціально-психологічних тренінгів [20,с.38].

У підлітковому віці часто виникають труднощі. Можна сказати, що більше цей вік важкий, насамперед, для дорослого, який стикається з стрімким дорослішанням дитини. Для підлітка у цьому віці цікавіше проходить час для нових відкриттів у собі та навколишньому світі і основним його відчуттям є відчуття незвичайного, нового у житті, його різноманіття та можливість знайти в цьому житті своє єдине неповторне Я. Найважливішим моментом у становленні підлітка, його новій позиції у соціумі – усвідомлення свого «Я» [21, с.84]. Це усвідомлення відбувається і у самосвідомості, самооцінці і у відносинах з однолітками та дорослими. Часто є моральна потреба проаналізувати свої певні переваги та недоліки, з'являється прагнення зрозуміти, що у власних вчинках, діях та цілях є правильним чи неправильним та інше. У

підлітковому віці починається остаточне відокремлення від дорослих та становлення самостійності особистості. Психологічний зміст підліткового життя пов'язаний із розвитком саморегуляції, самосвідомості, формуванням моральної свідомості, особистого світогляду. Також формується певне значення уподобань та індивідуальних контактів у міжособистісних відносинах. У підлітковому періоді відбувається віддалення дитини від батьківської сім'ї, також збільшується кількість конфліктів із батьками та іншими дорослими, так як і з однолітками. Саме підлітковий вік є віком закладання основ свідомої поведінки, у людини вимальовується загальне спрямування у формуванні моральних уявлень і соціальних установок. У цьому віці сильно змінюються умови життя та їх діяльності, у свою чергу, це призводить до розбудови психіки, також до появи нових форм взаємодії між однолітками. У підлітка змінюється становище у колективі, статус, позиція. Підлітку починають пред'являти серйозніші вимоги від дорослих. А отже, у підлітка формується почуття дорослішання, яке проявляється через намагання бути незалежним та самостійним, відбуваються протести проти бажання дорослих «навчити» його [30, с.23].

У підлітковому віці нерідко обирають собі кумира (герой легендарного фільму, сильний, мужній дорослий, герой телепередачі, видатні спортсмени і таке інше), якого намагається копіювати, наслідувати: часто його зовнішньому вигляду та поведінці. Зовнішність для підлітка має важливе значення. Незвичайна, особлива зачіска, сережки, можливо дві та три у вухах, рвані або розмальовані джинси, яскравий макіяж та інші атрибути надають підлітку можливість проявити себе, відокремити себе від інших, утвердитися у групі однолітків. Усе це відбувається через зміни в емоційно – вольовій сфері. У підлітка проявляється прагнення до пізнання навколишньої дійсності, прагнення спілкуватися з однолітками, виникає потреба у дружбі з

урахуванням спільних інтересів та захоплень. У підлітка формується вміння керівництва своїми думками та діями, розвиваються наполегливість, витримка, терпіння, завзятість, витривалість та інші вольові якості. Дуже змінюються інтереси підлітка. Поруч із допитливістю, цікавістю і прагненням творчої діяльності, йому характерна розкиданість і нестійкість інтересів [41, с.118].

Власна зовнішність іноді може викликати невдоволення собою, особливо у підлітковому віці. Підліткам це властиво через специфіку вікової психології (становлення особистості, протестів, наслідування кумирів). Якщо такі думки про власну зовнішність, виникають епізодично, причин для хвилювання немає. Але вже можуть проявлятися як початок віктимізації людини:

- якщо дефекти зовнішності стають мало не центром світогляду людини;
- сприймаються як причини невдач у навчанні, соціалізації, особистому житті;
- визначають її поведінку;
- позначаються на працездатності;
- призводять до зниження соціальної активності.

Зазначається, що зовнішній вигляд є одним із об'єктів кібербулінгу – знущань у соціальних мережах. Мало того, що сучасні діти залежать від схвалення їхніх фотографій у віртуальному просторі, вони легко висміюють однолітків – із меншим ступенем обережності, ніж у реальному світі.

У підлітковому середовищі найчастіше критикуються об'єми тіла (у дівчат) та розвиненість мускулатури (у юнаків). Постійні образливі коментарі на очах широкої аудиторії здатні сформувати негативне ставлення до тіла. До того ж, соціальні мережі часто наповнюються низькоякісним дискримінаційним контентом. У результаті ті, чий параметри далекі від ідеалів, потрапляють під хвилю негативу і

набувають комплексів, що у результаті призводить до невпевненості й нерішучості, що є ознаками віктимної поведінки.

Соціальні установки та стереотипи, міфи та забобони щодо анатомо-фізіологічних особливостей людей (включаючи й особливості зовнішності) склалися століттями, і подолати їх надзвичайно складно, тим більше що за ними стоїть прагнення людства до виживання, оскільки для виживання людства загалом важливо, щоб переважна більшість людей за всіма показниками перебувала у межах анатомо-фізіологічної норми. Суспільство стрімко розвивається і поряд з інтересами всього людства важливо дбати і про інтереси окремої людини, окремої особистості, у тому числі і з нетиповою зовнішністю. Але соціальні установки і стереотипи мають значну інерцію, зберігаються як патерни емоційного реагування. Вони даються взнаки в будь-якому віці, причому дуже яскраво виявляються в дитинстві. Для дитини, у якої вже відклалися в пам'яті перцептивні зразки різних (але «нормальних») осіб - чоловічих, жіночих, дитячих, старечих та ін., дитина з нетиповою зовнішністю приверне увагу і викличе бажання, як усе несподіване, незвичайне розглянути, «вивчити» це нове для нього, невідоме. Мати ж, виховуючи дитину, з добрих спонукань тихо каже їй, що дивитися не треба («дивитися недобре», «не прийнято», «їй неприємно, що її розглядають» і т. д.), тим самим мимоволі підкреслюючи, що дитина з нетиповою зовнішністю «не така», «інша». Це може стати однією з причин віктимізації людей з нетиповою зовнішністю, адже під впливом ставлення інших до себе, формується негативне сприйняття своєї зовнішності[18,с.28].

Стереотипи, зокрема і щодо зовнішності, часто призводять до дискримінації тих, хто далекий від прийнятого зразка. Дискримінація здійснюється не тільки відкрито, а й латентним чином, у тому числі підтримкою та поширенням думок, суджень, міфів, пов'язаних із поведінкою, мисленням носіїв певної зовнішності. Стереотипи

зовнішності та пов'язана з ними дискримінація, являють собою соціальну та психологічну проблему особливого роду, насамперед, через свою латентність і широку поширеність: адже в основі дискримінації лежить неререфлексивна оцінка зовнішнього вигляду людини. Перевага одних людей над іншим формується на основі цінностей, установок, стереотипів, отриманих та засвоєних у процесі соціалізації. Дискримінація здійснюється у тому числі підтримкою та поширенням думок, суджень, міфів про зв'язок зовнішніх даних та внутрішнього змісту людини – у цьому аспекті велика роль у відтворенні стереотипів зовнішності належить ЗМІ [42,с.810].

Стереотипи зовнішності безпосередньо пов'язані з таким явищем як лукізм (lookism), який є, насправді, наслідком дії цієї групи стереотипів. Лукізм інтерпретується як форма дискримінації за зовнішністю і є соціальним феноменом сукупності позитивних стереотипів, забобонів, вибору поведінки по відношенню до фізично привабливих людей, а також тим, чия зовнішність відповідає культурно-соціальним уявленням і нормам того чи іншого суспільства [11,с.53].

РОЗДІЛ 2

ПРОФІЛАКТИКА ВІКТИМІЗАЦІЇ УЧНІВ З НЕТИПОВОЮ ЗОВНІШНІСТЮ

2.1. Сутність соціально-педагогічної профілактики віктимної поведінки учнів

На основі попереднього аналізу встановлено, що для підліткового віку характерні особливості, які підвищують ризик віктимізації. Це емоційна незрілість, недостатнє вміння контролювати власну поведінку, порівнювати бажання та можливості у задоволенні своїх потреб, підвищена навіюваність, бажання самоствердитися та стати дорослим. Щоб призупинити зростання жертв несприятливих умов соціалізації необхідна віктимологічна профілактика. Проведений аналіз дії віктимогенних факторів дозволяє виробити соціальні й психолого-педагогічні заходи віктимологічної профілактики. Профілактика, компенсація й корекція віктимності й віктимогенності у суспільстві є функціями віктимології.

Профілактика – сукупність запобіжних заходів, необхідних для збереження та зміцнення нормального стану, порядку. У соціальній сфері профілактика – це сукупність заходів: державних, громадських, соціально-медичних та організаційно-виховних, що спрямовані на попередження, усунення або нейтралізацію основних причин та умов, що викликають різноманітні соціальні відхилення [1, с.168].

Вагомий внесок у розробку теорії віктимологічної профілактики здійснив Д.В.Рівман. Він визначив основні напрями віктимологічної профілактики злочинності: максимальне використання оборонних можливостей потенційних потерпілих; навчання громадян прийомам вирішення небезпечних ситуацій; правова пропаганда й правове навчання; використання технічних засобів захисту.

На думку дослідника віктимологічна профілактика злочинів складається з трьох основних напрямів: 1) загальна віктимологічна профілактика, спрямована на виявлення та корекцію поведінки віктимогенних соціальних груп; 2) індивідуальна віктимологічна профілактика, спрямована на виявлення потенційних потерпілих, їх навчання і захист; 3) профілактика конкретних злочинів з використанням віктимологічної інформації, а також тактичних можливостей припинення злочинів певного типу в залежності від властивих їх віктимологічних особливостей [32, с.108].

I. Ващенко зазначає, що *«профілактика віктимної поведінки підлітків – це специфічна діяльність соціальних інститутів, спрямована на виявлення, усунення чи нейтралізацію факторів, обставин, ситуацій, які формують віктимну поведінку підлітків»* [9, с. 155].

П. І. Підкасистий вказує на те, що метою профілактики віктимної поведінки підлітків є виявлення і подолання різних віктимологічних процесів та явищ у напрямку громадських, неформальних, сімейних відносин, що впливають на віктимізацію особистості підлітка [**Ошибка! Источник ссылки не найден.**, с. 152].

Л. М. Вольнова вказує, що в межах загальноосвітнього навчального закладу профілактика має ґрунтуватися на вчасному виявленні та усуненні негативних факторів, а саме: педагогічні, психологічні, організаційні, інформаційні, що зумовлюють відхилення поведінці підлітків, в психічно-соціальному розвитку неповнолітніх, стані їх здоров'я, вплив на організацію життєдіяльності та дозвілля. Елементи соціальної профілактики, зокрема попереджувальні, що запобігають формуванню віктимної поведінки підлітків, займають важливе місце у системі соціального виховання, а елементи соціальної та педагогічної профілактики – в загальній виховній системі навчального закладу [10, с.62].

Профілактика віктимної поведінки дітей та підлітків передбачає:

- виявлення деструктивних сімей та робота з ними
- діагностика індивідуально-психологічних характеристик особистості підлітків з метою виявлення «групи ризику», схильності до віктимізації
- формування комунікативних навичок, прийнятних форм та стереотипів безпечної поведінки у різних ситуаціях
- просвітництво учнів та батьків про найбільш поширені злочини, пов'язані з зазіханням на життя та гідність громадян, обставини виникнення кримінальних ситуацій, ефективні способи виходу з них, особливості поведінки злочинців
- роз'яснювальні бесіди та психологічні тренінги, спрямовані на навчання способів попередження протиправних дій та вироблення стратегій поведінки в загрозованих для життя ситуаціях
- організація дозвілля дітей та підлітків у позаурочний час [6, с.102].

I. Ващенко виділяє такі пріоритетні **напрями** соціально-педагогічної профілактики віктимної поведінки підлітків:

1. Має сформуватися у людини система загальнолюдських цінностей: переважання гуманності, толерантного відношення, доброзичливості, емпатії, альтруїзму тощо.

2. Формування світоглядних понять, це має забезпечити здатність робити вірний соціально-етичний вибір моделей поведінки.

3. Розвиток особистої правосвідомості, людина повинна розуміти і застосовувати права та свободи кожної людини.

4. Необхідно сформувати моральну і правову культуру, покращити володіння знаннями і вміннями щодо моральних та етичних норм взаємодії й поведінки.

5. Розвиток критичного мислення і розвиток до здатності прогнозувати наслідки власної поведінки, зіставлення наслідків із правами інших людей.

6. Породження позитивного ставлення до свого здоров'я та здорового

способу життя.

7.Формування асертивної поведінки і розвиток навичок безагресивного, неконфліктного захисту своїх прав і гідності у відповідності з правовими і моральними нормами

8.Розвиток вмінь і навичок відповідальності та безпечної поведінки в різних складних життєвих обставинах [9, с. 156].

Найголовніше у профілактиці віктимної поведінки дітей та підлітків – це грамотне виховання та сприятливе психологічне середовище розвитку дитини в сім'ї. Адже сім'я – це не лише перший інститут соціалізації майбутньої дорослої особистості, а й мікросвіт, "довкілля" дитини. І за правильної її організації ризику віктимізації буде зведено до мінімуму.

Первинна профілактика віктимної поведінки реалізується в сім'ї та організованих дитячих колективах. Вона передбачає:

- виявлення неповнолітніх з групи ризику з розвитку віктимної поведінки та проведення комплексної роботи (педагогічна, психологічна, медико-соціальна, психотерапевтична) з ними та їх сім'ями;
- прищеплення дітям навичок поведінки у нестандартних ситуаціях (зокрема, віктимологічних);
- навчання батьків правильному загальному вихованню;
- формування в дітей вікової культури спілкування;
- запровадження у навчальну систему уроку, завданням якого буде інформування учнів про віктимну поведінку, а метою – сприяння профілактиці як злочинності загалом, і провокуючої поведінки зокрема [8, с.62-68].

Вторинна профілактика віктимної поведінки: цілеспрямована діяльність фахівців різних професій (психологів, соціальних педагогів та працівників соціальних служб, юристів, психологів, лікарів тощо), спрямована на: надання комплексної допомоги неповнолітнім, які вже

мають досвід віктимної поведінки та стали жертвами протиправних дій, у рамках корекційних психолого-педагогічних центрів, кабінетів кризової допомоги тощо; усунення різних віктимологічно значущих явищ і у сфері внутрішньосімейних, громадських, неформальних відносин, що зумовлюють віктимізацію підлітка як потенційної жертви злочинних посягань конкретного індивіда чи конкретних обставин [10, с.69]

2.2. Модель профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю.

Важливо вчасно виявляти та запобігати розвитку віктимної поведінки у дітей. Для цього також необхідно вдосконалювати форми та методи профілактики віктимізації підлітків. Це стає можливим завдяки врахуванню особливостей підліткового віку, а також прийняття до уваги такого фактору як нетипова зовнішність.

На основі попереднього аналізу встановлено, що особливостями підліткового віку є: емоційна незрілість; недостатньо розвинене вміння контролювати власну поведінку, порівнювати бажання та можливості у задоволенні своїх потреб; підвищена навіюваність. Зовнішність для підлітка має дуже велике значення. Незвичайна зачіска, сережки, рвані джинси, яскрава косметика та інші атрибути дають підлітку можливість відокремити себе від інших, утвердитись у групі однолітків. З іншого боку, нетипова зовнішність у багатьох випадках стає приводом для знущань, що зумовлює віктимізацію особистості підлітка.

Соціальні установки та стереотипи, міфи та забобони щодо анатомо-фізіологічних особливостей людей (включаючи й особливості зовнішності) склалися століттями. Стереотипи, зокрема і щодо зовнішності, часто призводять до дискримінації тих, хто далекий від прийнятого зразка. В основі цькування однолітків лежить нерелексивна оцінка їх зовнішнього вигляду. У результаті ті, чиї параметри далекі від ідеалів, потрапляють під хвилю негативу і набувають комплексів, що у результаті призводить до невпевненості й нерішучості, що є ознаками віктимної поведінки. Постійні образливі коментарі на очах широкої аудиторії здатні сформувати не тільки негативне ставлення до тіла, а й порушити процес становлення

особистості, сприяти її віктимізації. Домінування афективно-негативного сприйняття власної зовнішності під впливом стереотипів зовнішності деструктивно впливає на особистість, її діяльність, міжособистісні відносини.

Підлітковий вік - це той вік, коли за відсутності значного життєвого досвіду дитина повинна вирішувати різні завдання: звільнення від опіки дорослих, взаємини з особами іншої статі, однолітками, до певного часу виникає проблема вибору професії. Саме в цей період найактивніше формується особистість [33,с.16].

Для розробки моделі профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю доцільним є узагальнення зарубіжного досвіду профілактики булінгу, узагальнення положень віктимологічної профілактики.

У зарубіжній практиці накопичено корисний досвід профілактики віктимізації жертв булінгу. Створення більшості програм стало можливим завдяки дослідженням шкільного цькування.

У Великобританії у школах проводилось навчання м'якому урегулюванню конфліктів. Також набуло поширення навчання навичкам «активної дружби», тобто такій взаємодії підлітків, при якій вони: 1) поважають один одного та ставляться до інших як до рівних; 2) радуються успіхам інших; 3) можуть постояти один за одного; 4) не прикидаються та приймають один одного такими, якими вони є; 5) чесні та не прагнуть переробити один одного. Така програма у молодшій школі може бути реалізована під час гри, на перервах, після уроків на заняттях спортом. У середній школі частіше використовуються схеми наставництва або консультування із залученням старшокласників, які попередньо проходять курси всередині школи.

У США широке розповсюдження отримали програми, спрямовані на роботу з соціально-емоційним навчанням. Програма S.S. GRIN спрямована на допомогу дітям у підвищенні соціальних навичок. Вона

проводиться у форматі тренінгу з навчанням навичок соціальної адаптації для жертв боулінга і для дітей у складній життєвій ситуації. Тобто в цілому мова йде про жертв соціалізації, для яких характерна агресивність, занижена самооцінка, депресія, соціальна тривога. Причому програма також враховує когнітивні аспекти побудови взаємовідношень і роботу з емоціями (а не тільки формування соціальних навичок). Діти не тільки узнають про комунікаційні навички, але й вчаться використовувати їх свідомо, самостійно регулювати власні емоції, а також покращувати навички допінг-стратегії. Програма передбачає сполучення методів соціального навчання з методами когнітивно-поведінкової терапії.

В Іспанії розроблена програма в межах проекту SAVE, який став складовою національної компанії протидії цькуванню. Цей проект передбачає комплекс превентивних дій, направлених на скорочення випадків віктимізації та насильства у початковій та середній школі. Ці дії спрямовані на розвиток почуття добробуту, навичок комунікації, виділення загальних цінностей та смислів у підлітків. На особистісному рівні передбачається розвиток емпатії та здатності до рефлексії, розвиток навичок критичного мислення. Доведено, що завдяки цій програмі кількість жертв, які неодноразово опинялись в ситуації боулінгу на протязі року, скоротилась на 41%.

Італійська програма протидії булінгу Bulli & Pure спрямована на зміну поведінки окремих осіб, а також на формування згуртованості групи однолітків. Її метою є зниження рівня віктимізації та кількості випадків цькування. Передбачається використання навчальних відеороликів та буклетів, проведення дискусій та інших заходів. Змістовно робота ведеться навколо трьох основних тем, для кожної з яких знятий просвітницький ролик, підготовлено інтерактивні уроки. Навчання також передбачає групові обговорення та рольові ігри. Акцент зроблена на емоційній підтримці жертв з боку однолітків та

педагогічного складу, вирішенні конфліктів та допомозі жертвам у подоланні наслідків булінгу.

Програма по боротьбі з булінгом Donegal, реалізована в Ірландії, передбачає навчіння про соціальній поведінці, соціальним та емоційним навичкам та ненасильницькому вирішенню конфліктів. Навчання проходить у формі зібрань та групових занять, рольових ігор; застосовуються музична та театральна діяльність, підготовка сценаріїв до фільмів.

Метою профілактичної роботи є створення умов попередження віктимної поведінки підлітків з допомогою навчання їх методам безпечної поведінки, формування емоційно-вольової сфери й адекватної самооцінки. Зміна форм соціальної активності відбувається через засвоєння і застосування рекомендацій із набуття досвіду безпечної поведінки, розвиток рефлексії й саморегуляції, формування адекватного сприйняття навколишнього світу й себе у ньому.

У розробці моделі профілактики враховано ситуації, які на різних вікових етапах розвитку дитини представляють для неї небезпеку. Досвід жертви, що набувається у соціальних конфліктах веде до рецидиву віктимності. Це робить необхідним формування навичок безпечної поведінки.

Гнів, приниження, страх і депресія є супутниками віктимізації жертв. Ця обставина робить необхідним виділення специфічного напрямку профілактичної роботи – корекційно-терапевтичного. Соціальні установки й стереотипи різних соціально-культурних і статево-вікових груп визначають характер їх сприйняття тих або інших типів жертв і відношення до них суспільства. Це позначається на особливостях само сприйняття людиною себе як жертви. У зв'язку з цим важливим напрямом профілактики має стати корекція само сприйняття.

Відповідно до ризиків віктимізації підлітків як специфічної вікової групи, нами виділено три напрями діяльності: 1) корекційно-

терапевтичний (вплив на емоційно-вольову сферу); 2) соціально-педагогічний (вплив на життєвий досвід, формування навичок безпечної поведінки); 3) ціннісно-регулятивний (вплив на самооцінку й само сприйняття, попередження формування викривленого сприйняття дитиною навколишнього світу).

У школі процес віктимізації може розгортатися у двох площинах (у горизонтальній – «учень - учень», «вчитель - вчитель» та у вертикальній – «вчитель–учень», «учень-вчитель») та на двох рівнях – персональному та груповому. Це зумовлює необхідність при виборі форм і методів роботи врахувати ці особливості. Суб'єктивне сприйняття людини себе жертвою зумовлює важливість корекції само сприйняття, що зумовлює необхідність застосування рефлексивних практик [4, с.189].

Особливого значення для учня набувають відносини з однолітками, отже групові форми роботи є пріоритетними у віктимологічній профілактиці. Соціально-психологічні тренінги дозволяють вирішувати широкий спектр завдань, насамперед, пов'язаних із формуванням навичок безпечної поведінки.

Для підвищення адаптивних здатностей людини доцільним є навчання індивіда заходам безпечної поведінки. Для подолання відчуття страху й незахищеності, що закономірно виникають у моменти зіткнення з невідомим, доцільним є навчання типовим виходах зі стресової ситуації, що прийняті у тій або іншій культурі.

Особливістю нашої моделі є врахування наслідків вторинної віктимізації, пов'язаних з відношенням до жертви злочину осіб з найближчого соціального оточення (у даному випадку вчителів). Принизливі процедури, яким підлягає жертва після звернення до офіційних органів. Некоректна поведінка посадових осіб, їх відчуження і звинувачення жертви є додатковим стресовим фактором, що сприяє посиленню дезадаптації жертви. Отже, виникає необхідність включення

до програми віктимологічної профілактики підготовки педагогів до взаємодії з підлітками , що мають нетипову зовнішність.

2.3 Авторський тренінг профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю

Проведення психолого-педагогічної профілактики із використанням тренінгових занять дозволяє підліткам засвоювати інформацію швидше; разом з отриманням інформації – уточнювати та прояснити для себе неясні моменти, ставити питання та відразу закріплювати отримані знання на практиці, формувати навички поведінки. Для профілактики віктимізації учнів нами розроблено соціально-психологічний тренінг.

Даний тренінг розрахований на проведення протягом 4 днів, по 6 годин у день. Розроблена програма тренінгу, у якій підібрано описані основні вправи, які можна використовувати при роботі з підлітками для вирішення поставлених завдань. Для підвищення ефективності тренінгової роботи, крім основних вправ передбачено допоміжні. Наприклад, руханки, розминки, – їх можна обирати на власний розсуд. Охарактеризуємо деякі методичні особливості розробленого тренінгу.

У будь-якій діяльності важливе значення має підготовчий етап. У перший день потрібно організувати знайомство учасників, сприяти налагодженню між ними дружньої, довірливої атмосфери, згуртуванню між собою. Усе це забезпечує можливість подальшої активної взаємодії.

На початку кожної зустрічі обов'язково має бути передбачений ритуал привітання. Наприклад, одним із варіантів є виконання завдання, яке передбачає надання учасником інформації про себе з одночасним повторенням сказаного попереднім учасником. Ця процедура дає змогу не тільки познайомитися один з одним, а й налагодити атмосферу більш довірливого ставлення одне до одного серед учасників. Бажано, щоб вияви активності учасників у процесі знайомства один із одним були

спонтанними, без будь-якого примусу. Учень має розповісти про себе стільки, скільки сам того бажає і те, що вважає необхідним.

Важливим етапом тренінгового заняття є прийняття правил проведення тренінгу в групі. Тому необхідно продумати, які правила будуть потрібними, та обговорити їх разом з учасниками. У тренінг ми додали підказки для тренерів щодо прийняття, пояснення та погодження правил.

Обов'язковим елементом тренінгу є активізація учасників взаємодії. Для цього передбачені спеціальні вправи, які допомагають розслабитися й розкритися учням. Їх побічним ефектом є створення позитивного настрою.

Основний етап передбачає виконання вправ, що забезпечують досягнення поставлених завдань. Наприклад, для формування адекватної самооцінки підбрано вправи, які дають змогу виділити свої дійсні характеристики та прийняти усі свої недоліки, зрозуміти, що потрібно розвиватися, не замикатися у собі та своїх думках. Завдання тренера при цьому полягають у тому, що виділити важливі моменти для обговорення.

Другий день присвячений корекції емоційно-вольової сфери та розвитку емпатії. Для цього дня підбрані вправи, які сприяють саморозкриттю й емоційному самоусвідомленню. Учасники повинні розповісти про себе через опис певного явища або тварини чи щось інше. Або, наприклад, вправа «Словник емоцій та почуттів» пропонується для того, щоб розширити знання учасників про почуття та емоції. Вправа «Знамення впевненості» направлена на розвиток позитивного ставлення до себе; вона передбачає необхідність створення символу своєї впевненості за допомогою образу; це дозволяє педагогу зрозуміти як дійсно себе почуває дитина, та що їй заважає проявляти впевненість у собі.

Корекції власної емоційно-вольової сфери сприяє розуміння емоцій та стану інших людей. Тому до програми тренінгу включено вправу «Те, про що говорять жести». Завданням є повторення рухів та емоції іншого, потім знаходження правильного пояснення стану іншої людини. Ця вправа допоможе краще розуміти інших людей. Цьому завданню відповідає ще одна вправа – «Явище». Вона спрямована на розвиток емпатії учасників.

Після вправ слід обов'язково проводити обговорення результатів виконання завдань учасниками. Також доцільно акцентувати увагу на труднощах, які виникли під час виконання вправ.

Третій день присвячений формуванню навичок безпечної поведінки. У цей день особлива увага звертається на корекцію само прийняття. Як було доведено вище, нетипова зовнішність є одним із чинників віктимізації особистості. Тому важливо сприяти позбавленню дитини комплексів неповноцінності, пов'язаним із особливостями зовнішності. Для цього підібрано спеціальні вправи.

Наприклад, одна із вправ складається з двох частин, у першій – перегляд відеоролику, у другій – обговорення та створення оди власному тілу. Це допоможе зрозуміти власну цінність, побачити не тільки недоліки, але й переваги, а також зрозуміти, що всі оцінки відносні. Ще одна вправа присвячена «життєвому шляху» свого тіла.

Методичною особливістю при вирішенні завдань цього дня є використання метафор і образів, що мають терапевтичний вплив. Наприклад, пропонується прочитання притчі та її обговорення. Завдяки образам здійснюється обговорення та міркування щодо власної поведінки та поведінки інших.

Останній день стосується формування адекватної самооцінки. Комплекс вправ цього дня забезпечує відпрацювання умінь само презентації («Мій друг сказав би про мене, що я..»), вироблення вмінь аналізувати та виділяти негативні сторони своєї особистості та обирати

шляхи боротьби з ними (Вправа «Мій дракон, мої недоліки»), підвищення самооцінки (опис улюблених персонажів).

Обов'язковою складовою тренінгових занять є рефлексія. Вона відбувається у кінці кожної вправи, кожного дня, тренінгової програми в цілому (за підсумками чотирьох днів). У першому випадку з'ясовуються труднощі у процесі виконання вправ і відчуття учасників, у другому випадку передбачаються вправи прощання (їх вибір може бути довільним), у третьому – головний фокус зосереджується на тому, які позитивні зміни відбулися з учасниками тренінгової програми.

ВИСНОВКИ

Поширення булінгу в підлітковому середовищі актуалізує необхідність вирішення проблеми віктимізації особистості. Якщо в кримінальній віктимології мова йде про жертву злочину, то сучасна віктимологія розглядається як комплексне учіння про осіб, що знаходяться у кризовому стані й заходи допомоги таким жертвам. Мова може йти не тільки про жертв злочинів, але й жертв економічного й політичного відчуження, біженців, тощо. З позицій соціально-педагогічного підходу існує ряд категорій дітей, які є реальними або потенційними жертвами соціалізації через умови їх розвитку та життя. До них належать інваліди, діти-сироти й діти, позбавлені піклування батьків, безпритульні, діти з неблагополучних сімей тощо.

У кримінальній віктимології розроблене учіння про жертву злочину, розроблено моделі поведінки жертви з метою впливу на причини кримінальної активності. Одним із сучасних підходів є розгляд жертви на основі загальної теорії безпеки, а віктимологія розглядається як учіння про жертву соціально-небезпечного прояву. Безпека розглядається як стан або якість захищеності від реальних або потенційних загроз, страху, невпевненості, дериважації тощо. Предметом уваги стає поведінка, що відхиляється від норм безпеки. Такий підхід відповідає сутності соціальної роботи й прийнятий за основу при вирішенні проблеми профілактики віктимізації серед неповнолітніх.

Під віктимізацією будемо розуміти процес та результат перетворення людини на жертву соціально-небезпечного прояву (злочину, конфлікту, агресивних дій, нещасних випадків, життєвих обставин тощо) внаслідок впливу об'єктивних та суб'єктивних факторів. Слід виділяти індивідуальний і колективний рівні віктимізації.

Поняття «віктимність» науковці пов'язують зі «схильністю», «здатністю», «властивістю» людини. Феномен віктимності також

пов'язують із формою реалізації девіантної активності, з видом соціальних девіацій; з ознакою, що іманентно властива процесу соціалізації визначеної частини населення. Під віктимністю будемо розуміти комплекс властивостей особистості, що зумовлює її схильність ставати жертвою соціально-небезпечних проявів. Виділяють три види віктимності: особистісну, рольову й соціальну. Для уникнення небезпечних наслідків для кожної людини важливо мінімізувати свою віктимність, яка виявляється у віктимній поведінці.

Якщо віктимність пов'язана з індивідом, то віктимогенність визначається наявністю в об'єктивних обставин соціалізації, які містять приховану небезпеку (наприклад, віктимогенна група, віктимогенний мікросоціум тощо).

Підвищений ризик віктимізації особистості мають особи з відхиленнями у характері (схильність до афектів, психопатія), з обмеженим життєвим досвідом, що зумовлює необережну поведінку (відсутність прогнозування наслідків власних рішень), особи з вродженими недугами й нетиповою зовнішністю. У підлітковому віці значущим фактором, на нашу думку, є особливості зовнішності. Діти з нетиповою зовнішністю часто стають жертвами булінгу, що зумовлює віктимізацію даної категорії дітей. Розглянута класифікація дозволяє виділити три значущі напрями віктимологічної профілактики: корекція емоційно-вольової сфери й розвиток емпатії; формування навичок безпечної поведінки; формування адекватної самооцінки.

Підвищення ризиків віктимізації підлітки пов'язане з дією таких факторів: 1) несформованість емоційно-вольової сфери; 2) недостатність життєвого досвіду, наївність, несформованість навичок безпечної поведінки; 3) порушенням самооцінки й самосприйняття, що є наслідком перетворення на жертв булінгу через особливості зовнішності й характеру. Через це у підлітків виникає велика кількість проблем, з якими без зовнішньої допомоги вони справитись не в змозі.

Соціальні установки та стереотипи, міфи та забобони щодо анатомо-фізіологічних особливостей людей (включаючи й особливості зовнішності) склалися століттями, і подолати їх надзвичайно складно. Стереотипи, зокрема і щодо зовнішності, часто призводять до дискримінації тих, хто далекий від прийнятого зразка. Лукізм – це форма дискримінації за зовнішністю, що визначається дією стереотипів, забобонів, вибору поведінки по відношенню до фізично привабливих людей, а також тих, чия зовнішність відповідає культурно-соціальним уявленням і нормам того чи іншого суспільства. Саме тому у більшості випадків діти з нетиповою зовнішністю стають жертвами булінгу, що посилює їх віктимізацію. До того ж слід враховувати, що в підлітковому віці власна зовнішність часто викликає невдоволення собою.

Щоб призупинити зростання жертв несприятливих умов соціалізації необхідна віктимологічна профілактика. Проведений аналіз дії віктимогенних факторів дозволив розробити соціальні й психолого-педагогічні заходи віктимологічної профілактики. Під профілактикою віктимізації підлітків будемо розуміти специфічну діяльність соціальних інститутів, спрямовану на виявлення, усунення чи нейтралізацію факторів, обставин, ситуацій, які формують їхню віктимну поведінку.

Для розробки моделі профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю доцільним є узагальнення зарубіжного досвіду профілактики боулінгу, узагальнення положень віктимологічної профілактики. Метою профілактичної роботи є створення умов попередження віктимної поведінки підлітків з допомогою навчання їх методам безпечної поведінки, формування емоційно-вольової сфери й адекватної самооцінки.

За змістом профілактика віктимізації підлітків орієнтована на підвищення адаптивних здатностей людини, передбачає навчання індивіда заходам безпечної поведінки. Для подолання відчуття страху й незахищеності, що закономірно виникають у моменти зіткнення з

невідомим, доцільним є навчання типовим виходах зі стресової ситуації, що прийняті у тій або іншій культурі.

Пріоритетними у віктимологічній профілактиці є групові форми роботи. Соціально-психологічні тренінги дозволяють вирішувати широкий спектр завдань, насамперед, пов'язаних із формуванням навичок безпечної поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Афанасьєва В. В. Соціально-педагогічна профілактика девіантної поведінки підлітків у діяльності загальноосвітньої школи. Луганськ, 2011. 289 с.
2. Баєва И. А., Гаязова Л. А. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение. 2012. № 3. С. 9-10.
3. Барановський Н.А. Введення у віктимологію. Мінськ: Амалфея, 2002. 186 с.
4. Баширова Т. Н. Профілактика віктимної поведінки: підручник. Казань: видавництво «Фоліант», 2015. 252 с.
5. Білоус В.П. Чинники віктимізації неповнолітніх в Україні / Питання кримінального права, кримінології та кримінально-виконавчого права. 2016. № 2. С.179-183.
6. Бочелюк В. В. Особливості роботи психологів з попередження віктимної поведінки учнів підліткового віку / Збірник наукових статей. Психологічні науки. 2012. № 11. С. 99-105.
7. Бумаженко Н. І. Віктимологія: навчально-метод. посіб. Вітебськ: «ВДУ ім. П. М. Машерова», 2010. 115 с.
8. Вакуліч Т. М. Аналіз проблеми психологічної компетентності освітян щодо попередження розвитку віктимної поведінки суб'єктів навчально-виховного процесу. Вісник післядипломної освіти. 2010. Вип. 1 (2). С. 62–70.
9. Ващенко І. Формування моральної поведінки як напрям віктимологічної профілактики / Соціальна психологія. 2007. Спецвипуск. С. 155-162.
10. Вольнова Л. М. Зміст і напрями соціально-педагогічної профілактики девіантних проявів у поведінці важковиховуваних підлітків / Соціальна робота в Україні: теорія і практика. 2012. №

3-4. С. 60-70.

11. Волянчук Н. Ю. Віктимологія та агресологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів. Рівне: Принт Хауз, 2010. 256 с.
12. Вотерс Е. Структура уваги, соціометричний статус і домінування: взаємозв'язки, біхевіоральні кореляції та відношення до соціальної компетентності / Психологія розвитку. 1981. № 17. С. 275-288.
13. Гаджієва А.А. Віктимологія та її роль у профілактиці злочинів: дис. канд. юрид. наук. Махачкала. 2000. 206 с.
14. Журлова І.В. Соціально-педагогічна віктимологія. Мозир. 2010. 172 с.
15. Загвязинський В.І. Теорія навчання і виховання: навч. посіб. Москва: «Академія», 2001. 192 с.
16. Козирев Г. «Жертва» як феномен соціально-політичного конфлікту (теоретико-методологічний аналіз): автореф. дис. д-ра соціол. наук. 2008. 42с.
17. Крещук К. Ю. Теоретичний аналіз зарубіжної літератури з проблеми стереотипів. Проблеми екстремальної та кризової психології: збірник наукових праць. Харків : НУЦЗУ, 2015. Вип. 16. С. 157–165.
18. Максименков А. А., Майоров А. В. Психологічні аспекти віктимності. Віктимологія. 2015. №4 (6). С. 26-30.
19. Малкіна-Пых І. Г. Психологія поведінки жертви. Москва: «Ексмо», 2006. 292с.
20. Малкіна-Пых І.Г. Віктимологія. Психологія поведінки жертв. Санкт-Петербург: Пітер, 2017. 832 с.
21. Мельников В.М., Юров І.А. Системно-комплексна структура особистості. У збірнику: Від витоків до сучасності – 130 років організації психологічного суспільства Московському університеті: збірник матеріалів ювілейної конференції: у 5 т. Відповідальний редактор: Богоявленська Д.Б. 2015. С. 84-85.

22. Мудрик А.В. Соціалізація людини: навч. посіб. «Академія», 2006. 304 с.
23. Олвеус Д. Булінг у школі: що ми знаємо і що вміємо. Оксфорд, 1993. С. 109-118.
24. Опольська Н. Булінг: юридичний склад адміністративного проступку / Адміністративне право і процес. 2019. № 10. С. 101-106.
25. Основи соціальної педагогіки: навч. посіб. / В. І. Загвязинський, М. П. Зайцев, Г. Н. Кудашов, О. А. Селіванова, Ю. П. Строков, 2002. 160 с.
26. П.І. Підкасистий. Педагогіка: навч. посіб. Москва: «Педагогічне товариство Росії», 1998. 640 с.
27. Полубинский В.И. Правовые основы учения о жертве преступления. Горький, 1979. С. 10.
28. Полубинський, В.І. Практичні аспекти кримінальної віктимології: навч. посіб. Москва. 1982. 80 с.
29. Психологія Словник /За ред. А.В. Петровського, М.Г. Ярошевського. 1990. 607 с.
30. Ремшмідт Х. Підлітковий та юнацький вік: Проблема становлення особистості: за ред. Гудкова Т.А. «Мир», 1994. 319с.
31. Рибальська В.Я. Віктимологічні дослідження в системі кримінологічної розробки проблем профілактики злочинів неповнолітніх / Питання боротьби зі злочинністю. Юридична література. 2004. 216 с.
32. Рівман В.Д. Кримінальна віктимологія. Санкт-Петербург: Пітер. 2002. 304 с.
33. Страйер Ф. Ф., Страйер Дж. Етологічний аналіз соціального агонізму та домінантних відносин серед дітей дошкільного віку / Розвиток дитини. 1976. № 47. С. 980-988.

34. Сухарєв А.А. Психологічні фактори особистісної віктимності. Вітебськ, Білорусь. 2018. 282 с.
35. Ткалич, М.Г. Психологія гендерної взаємодії персоналу організацій: монографія. Київ-Запоріжжя: ЗНУ, 2015 . 180 с.
36. Туляков В.А. Віктимологія. Київ, 2003. 148 с.
37. Франк Л.В. Потерпілі від злочину та проблеми радянської віктимології. Душанбе: «Ірфон», 1977. 238 с.
38. Хаселлагер Г. Дж. Т. Однокласники. Непідготовлена медична дисертація. Нідерланди. 1997. 157с.
39. Шакурова М.В. Методика и технология работы социального педагога: учеб.пособ. для студ. высш. пед. учеб. заведений. 2 изд., стерео-тип. «Академия», 2004. 272 с.
40. Шакурова М.В. Соціальне виховання у школі. Москва. «Академія», 2005. 289 с.
41. Ягофаров Д.А. Поняття та генезис ювенальної віктомології / Основи держави і права. 2004. №2. С.110-129.
42. Perry D. G., Kusel SJ, Perry L. C. Victims of peer aggression / Психологія розвитку. 1988. № 24. С. 807-814.

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Я, Зик Олена Ігорівна,
учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

- дотримуватися:
 - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
 - принципів та правил академічної доброчесності;
 - нульової толерантності до академічного плагіату;
 - моральних норм та правил етичної поведінки;
 - толерантного ставлення до інших;
 - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
 - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
 - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
 - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
 - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
 - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
 - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
 - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
 - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
 - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
 - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
 - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
 - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
 - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
 - не підроблювати документи;
 - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
 - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
 - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
 - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
 - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
 - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
 - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

11.03.2020

(дата)

Е.І.

(підпис)

Олена Зик

(ім'я, прізвище)

Авторський тренінг профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю

Метою профілактичної роботи є створення умов попередження віктимної поведінки підлітків з допомогою навчання їх методам подолання провокуючої поведінки та формування самоконтролю. Зазначимо, що проведення психолого-педагогічної профілактики із використанням тренінгових занять дозволяє підліткам засвоювати інформацію швидше, разом з отриманням інформації уточнювати та прояснити для себе неясні моменти, ставити питання та відразу закріплювати отримані знання на практиці, формувати навички поведінки..

Однією з обов'язкових процедур кожного заняття є групове привітання, рефлексія та прощання.

Розглянемо тренінг профілактики віктимізації підлітків з нетиповою зовнішністю.

Мета – розвиток впевненості у собі через любов; закріплення сприятливого ставлення себе.

Учасники: підлітки 14 – 16 років.

Форма роботи: групова.

Час: 4 дні по 6 годин.

1 день «Знайомство. Згуртування»

Ритуал привітання.

Знайомство з підлітками може виглядати так:

– Здрастуйте, друзі! Перш за все, давайте познайомимося. Я пропоную аби кожен по черзі називав своє ім'я, а також одне зі своїх реальних хобі, захопленнь та одне бажане хобі, те, яке Ви хотіли б мати, але яке поки що з якихось певних причин не здійснилося.

Той, хто представлятиметься другим, третім і т.д., перш ніж розповісти про себе, повторить сказане попередніми учасниками нашого тренінгу. Отже, ім'я, хобі реальне та хобі бажане.

Правила проведення тренінгу в групі

Запропонуйте групі прийняти правила роботи і спілкування під час тренінгу.

ПРАВИЛА

- Цінувати час
- Говорити по черзі
- Говорити коротко і не часто, по темі
- Говорити тільки від свого імені
- Бути позитивними до себе та до інших (Бути +)
- Правило додавання (Я + Ти + Ми)
- Правило поваги до своєї і протилежної статі (♀ + ♂)
- Правило добровільної активності
- Правило конфіденційності

Тренерські підказки

Дуже важливо, щоб усі присутні прийняли кожне правило, погодилися з ним. Тому після того, як правило записується, групі пропонується прийняти його: « Чи приймаємо правило? Приймаємо. Дякую!»

Коли хтось із групи пропонує додаткове правило, його можна додати в перелік, якщо воно відповідає дружній атмосфері, не суперечить іншим правилам і група його приймає.

До прийняття нових правил потрібно ставитися обережно.

Якщо хтось із учасниць чи учасників не погоджується з одним або декількома правилами, варто роз'яснити, що це правило корисне для досягнення мети тренінгу. Можна запитати думку групи. Якщо докази усе ж виявляться непереконливими для людини, варто просто попросити

довіритися Вам і прийняти правило, а пізніше можна буде обговорити його доцільність.

Упорядкування правил разом із групою створює атмосферу спільних зусиль, а не нав'язаних установок (це цінується аудиторією).

Деякі правила можна записати символами, які ми показали в дужках.

Можливий варіант пояснення групі кожного правила

Перше наше правило - **цінувати час**. Зверніть увагу на наш План проведення тренінгу. За досить короткий час нам доведеться розглянути досить складні проблеми. Тому давайте приймемо це правило, яке зобов'язує нас бути уважними, не відволікатися від запропонованої теми обговорення, намагатися укластися у відведений для кожної справи час. Група погоджується з цим правилом?

Наступні два правила – це правила ввічливості, які допоможуть нам виконати наше перше правило – берегти час. Отже, пропоную правило – **говорити по черзі**, не перебиваючи одне одного. Група погоджується з цим правилом?

Нас тут багато, але думка кожного і кожної цінна і необхідна для наповнення нашої загальної скарбнички досвіду. Тому давайте будемо говорити **коротко і не часто**. Нехай ті з нас, хто може висловитися з усіх питань, дадуть можливість висловитися й іншим. Також, з огляду на нашу обмеженість у часі (адже тренінг не безкінечний), пропонується говорити винятково **по темі**. Група погоджується з цим правилом?

Давайте приймемо правило **говорити тільки від свого імені**: «Я думаю..., я так вважаю..., на мій погляд...». Будемо вважати порушенням висловлення типу: «Всі так думають..., так всіма/ скрізь заведено..., всі так вважають..., всі жінки такі..., всі чоловіки так чинять..., так завжди було/ не було...» і тому подібні. Якщо наводиться інформація, отримана з певних джерел (книг, статей, повідомлень ЗМІ), то потрібно зазначити це джерело. Група погоджується з цим правилом?

Наступне наше правило - **правило “плюс”**. Давайте домовимося висловлювати позитивні ідеї і пропонувати позитивні дії, шанувати себе й інших. Це правило можна ще назвати **правилом напівповної**, а не напівпорожньої **склянки**. Це коли дві людини тримають дві однакові посудини, наповнені до половини рідиною. Але одна людина скаже: «Як все жахливо. Моя склянка наполовину порожня...» – і далі буде розповідати про складність, розмір проблеми, про недосконалість законів і самого життя. А інша скаже: «Прекрасно! Адже моя склянка до половини повна!» – і потім, крім розуміння проблеми, буде шукати вихід з неї, пропонувати нові, нестандартні рішення, робити власні реальні кроки. Тому пропоную вважати нашу «склянку» напівповною. Група погоджується з цим правилом?

Давайте приймемо **правило додавання**, тобто правило уваги і поваги до всіх присутніх. Мова іде про толерантність, повагу до чужих думок і висловлювань. Це означає, що думки й ідеї додаються до вже висловлених, а не заперечують їх. Кожна думка має право на існування (крім, звичайно, висловлювань, які порушують наші правила, які не мають відношення до теми тренінгу чи ображають гідність присутніх, їхню стать, національність та ін.). Отже, на одне запитання може бути безліч правильних відповідей, тому що це погляд і позиція різноманітних людей. Група погоджується з цим правилом?

Ми домовилися шанувати себе й інших. Але цей світ складається з чоловіків і жінок. Тому давайте приймемо правило: шануючи себе, будемо **шанувати свою і протилежну стать**, а також не будемо утискати права людей протилежної статі. Накладемо заборону на образливі висловлення щодо статі, дурні і недоречні жарти на цю тему (пізніше, під час виконання вправ, ми докладно зупинимося на цій проблемі). Будемо уважними до проблем людей різних статей. Давайте пам'ятати, що існують чоловіки і жінки, і коли ми шануємо їхню стать, то цю повагу варто виявляти й у мові. Тому домовимося, що будемо

використовувати жіночі закінчення слів і жіночі визначення, коли говоримо про жінку, і чоловічі закінчення, коли мова іде про чоловіка. Не будемо лінуватися говорити «кожен» і «кожна», «учасник» і «учасниця» та т.п. Група погоджується з цим правилом?

Правило **добровільної активності** означає, що якщо під час виконання вправи потрібний/ потрібна людина для виконання певного завдання, то присутні мають право пропонувати тільки свою кандидатуру. Група погоджується з цим правилом?

Правило **конфіденційності** означає, що інформація про приватне життя присутніх, яка прозвучить на заняттях, не повинна обговорюватися; вона має залишитися в нашому дружньому колі. Група погоджується з цим правилом?

Вправа «Знайшов, доторкнувся».

Мета: створення умов розвитку міжособистісного спілкування. та активізація позитивного настрою на заняття.

Інструктор пропонує хаотично розійтися по кабінету. Дітям потрібно уважно слухати.

– Готові! Тоді почнемо.

Отже, знайдіть та доторкніться до:

- чогось червоного;
- холодного на дотик;
- квадратного;
- залізного;
- блакитного;
- прозорого;
- зеленого;
- футболки;
- ручки.

Молодці, друзі. Скажіть, що допомогло виконати завдання? Які проблеми зазнали?

Вправа «Не можу полюбити себе».

Мета: створення умов підвищення впевненості у собі.

Впродовж найближчих 15 хвилин підлітки мають скласти якомога докладніший список причин, через які вони не можуть полюбити себе. Якщо дитині не вистачить відведеного часу, вона може писати далі, але в жодному разі не менше виділеного часу. Далі варто викреслити усе те, що стосується загальних правил, принципів типу: «Любити себе нескромно», «Людина повинна любити інших, а не себе».

– Подібні висловлювання – лише ширма, за якою невдаха ховається від реальних причин своїх невдач. Тож нехай у списку залишиться лише те, що пов'язане особисто з вами.

Тепер перед вами перелік ваших недоліків. Цей список, короткий чи довгий, список того, що псує вам життя.

А тепер подумайте: якби ці недоліки належали не вам, а якійсь іншій людині, яку Ви дуже любите, які з них Ви пробачили б їй? Викресліть ці риси, адже вони не могли завадити вам любити іншу людину і, отже, не можуть завадити полюбити себе.

Позначте ті риси, ті недоліки, які б Ви могли допомогти їй подолати. Чому б вам не зробити те саме для себе? Чому не допомогти самому собі? Випишіть їх до окремого списку, а з цього викресліть.

Ну що, чи багато лишилося? Давайте зробимо з ними таким чином: скажемо собі, що вони у нас є, треба навчитися жити з ними та думати, як з ними впоратися. Ми ж не відмовимося від коханої людини, якщо дізнаємося, що деякі її звички нас, м'яко кажучи, не влаштовують.

Вправа «Встаньте перед дзеркалом».

Мета: створення умов підвищення впевненості у собі.

Підлітки мають стати або сісти перед дзеркалом (важливо, щоб це дзеркало дозволило бачити дитині себе у весь зріст).

Завдання – спокійно декілька хвилин постояти перед дзеркалом, дивлячись собі в очі, а потім сказати, назвавши себе на ім'я: «Я люблю

тебе (ім'я) таким, яким ти є». Просто, чи не так? Після цього ще трохи постояти, дивлячись собі у вічі відкрито та довірливо, і повторити ще раз: «Я люблю тебе... таким, який ти є». Те, що ми зараз з вами зробили, – дуже проста проба на любов до себе або, користуючись прийнятим у науковій літературі виразом, прийняття себе.

– А тепер опишіть у своїх щоденниках, що Ви при цьому відчували. Думаю, ті, хто не зміг виконати завдання, для кого воно виявилось важким чи неприємним, не люблять, не приймають себе.

Але важливо інше – відсутність любові до себе, уваги до себе та турботи про себе лежить в основі багатьох проблем та труднощів нашого життя. Тому вам необхідно полюбити себе, полюбити щиро та відкрито.

Рефлексія.

– Чим сьогоднішнє заняття було корисним?

– Чи змінилася ваша думка про себе? Чи дізналися щось нове?

– Які висновки зробили для себе?

2 день «Корекція емоційно-вольової сфери й розвиток емпатії»

Привітання

Вправа «Якщо я погода, то яка...»

Мета: саморозкриття, поглиблення емоційного самоусвідомлення за допомогою метафор, формування інтересу до емоційних переживань.

Попросити учасників описати найбільш відповідну до їхнього характеру погоду або назвати тваринку, з якою вони себе ідентифікують, і пояснити чому.

Основне в цій вправі – розповісти якомога більше про себе через опис погоди або тваринки. Можна допомагати першим учасникам у пошуку й розкритті метафор. Як показує досвід, після цього більшість починає захоплено виконувати вправу, з легкістю пояснюючи, чому в них, як у сіамської кішки, часто змінюється настрій, або чому вони непередбачувані, як літня гроза.

Обговорення.

Ваші враження?

Який досвід здобули?

Коментар. Використання метафор при описі поведінки допомагає краще усвідомлювати себе, свої емоції.

Вправа «Словник емоцій та почуттів»

Мета: збагачення учасників інформацією про почуття та емоції.

Опис. Першим кроком розвитку емоційної компетентності є фіксація факту наявності емоції в конкретний момент життя та її розуміння, наприклад – гнів, розчарування, пригніченість, сум, страх, неспокій, радість... Іноді людина може переживати дві та більше емоцій одночасно. Усвідомлення емоції передусє її вираженню. Інколи людині важко повідомити про свої емоції, підібрати «правильні слова». Для опису емоцій та почуттів потрібний достатній словниковий запас, тому складемо спеціальний словник – емоцій та почуттів. Виконання цієї вправи можна організувати як змагання між двома командами або ж як загальногруповий «мозковий штурм». Попросіть учасників пригадати якомога більше слів, які вживаються для опису емоцій та почуттів. Якщо з'ясується, що це нелегко, можна запропонувати певні ситуації, наприклад: «Що буде почувати людина, якій належить ухвалити дуже важливе рішення?» (збентеженість, хвилювання, сум, злість тощо). Ведучий акцентує увагу на емоціях і почуттях, які часто виникають у діловому спілкуванні, особистісних контактах. Результатом спільної роботи групи є укладання словника емоцій та почуттів, який відобразатиме емоційний досвід групи.

Обговорення. Зазвичай учасники називають більше негативних, ніж позитивних емоцій. Коли так буде у вашій групі, запитайте про це.

Як пояснити той факт, що названо більше негативних, ніж позитивних емоцій і почуттів?

Які емоції наснажують людину?

Які емоції позбавляють сил?

Коментар. Кожна мить життя є емоційно забарвленою. Емоції та почуття можна порівняти з палітрою художника, на якій є сотні різних кольорів і відтінків, з тією різницею, що все це розмаїття кольорів передає внутрішній стан людини. У мові є достатньо слів, за допомогою яких можна висловити емоції і почуття. Наприклад, санскрит відомий тим, що містить понад дев'ятсот слів, які дозволяють описати емоційний стан. На жаль, не завжди люди говорять про емоції, а ігнорують чи пригнічують їх. На питання, як себе відчуваєш, здебільшого, можна почути відповідь «добре», «нормально» або «погано». Люди не завжди знаходяться «в контакті» зі своїми почуттями, тому важко їх зафіксувати, тим більш висловити. Є й інша причина зайвої стриманості – традиції, що регулюють емоційні прояви. Наприклад, в японській культурі, навіть про свої нещастя прийнято повідомляти з ввічливою усмішкою, щоб не викликати незручність у сторонньої людини. Дехто, особливо чоловіки, вважають, що говорити про емоції й почуття недоречно. Як наслідок, виникають проблеми: така людина виявляється «глухою», нечутливою до емоцій інших людей, а це унеможливорює побудову комфортних стосунків. Лише усвідомлюючи власні емоції, можемо навчитися розуміти емоції інших людей, а також причини, що їх викликали. Фіксувати наявність емоції, ідентифікувати і висловлювати її коректно – означає управляти нею.

Вправа «Знамення впевненості».

Мета: створення умов для позитивного прийняття себе.

Тренер пропонує учасникам заплющити очі та уявити будь-який предмет, рослину чи тварину, яку вони вважають символом своєї впевненості. Важливо подумки опрацювати цей образ у деталях та злитися з ним воєдино.

Потім підлітки розповідають про свій символ, чому вибрали саме його.

Вправа «У пошуку друга».

Мета: створення умов підвищення впевненості у собі. Розвиток позитивних почуттів.

Впродовж 20-30 хвилин учасники мають підготувати оголошення до газети на замітки: «Шукаю друга». Далі кожен учасник презентує його. У результаті вибирається найцікавіше оголошення. Обговорення труднощів, що виникли.

Вправа «Самоцінність».

Мета: формування позитивного само відношення та ставлення до інших.

У центрі аркуша необхідно намалювати коло, з написаною всередині літерою «Я», а довкола намалювати ще кола, кількість на розсуд. У цих колах написати імена людей, які говорили про вашу унікальність, цінність. Від кожного імені намалювати стрілки до свого «Я», поруч зі стрілками написати коротко те, що говорили ці люди, можна використовувати різнокольорові ручки.

Вправа «Ті, що говорять жести»

Мета: розуміння стану партнера через його жести.

Учасники стоять навпроти один одного.

Інструкція: «Нехай кожен з нас по черзі зробить рух, що відбиває його внутрішній стан, і ми будемо повторювати цей рух 3-4 рази, намагаючись співпереживати в стан людини, зрозуміти цей стан».

Після завершення вправи можна поставити запитання «Яке, на вашу думку, стан кожного з нас?». Після того як щодо стану учасника буде висловлено кілька гіпотез, слід звернутися до нього за поясненням його дійсного стану.

Вправа «Я в промінчиках сонця».

Мета: усвідомлення своїх переваг.

Необхідно намалювати сонце з променями, у його центрі написати своє ім'я та схематично намалювати себе. Вздовж промінь опишіть свої добрі риси, переваги, досягнення.

Вправа «Пісня про себе».

Мета: створення умов для позитивного усвідомлення своєї особистості.

На аркуші паперу необхідно написати хвалебну пісню про себе у 5-10 реченнях. Головне, хвалити себе, бажати успіхів, щастя, здоров'я, кохання.

Часто за якісь наші вчинки нам буває соромно, ми караємо себе, хвилюємось, переживаємо. А чому? Тому що ми не вміємо прощати себе.

Прощення себе – це важливий крок на шляху пізнання свого внутрішнього світу. Давайте спробуємо зараз пробачити собі те, що Ви переживаєте.

Вправа «Явище»

Зображення предметів та явищ природи. Складання розповідей від імені цих явищ.

Мета вправи: розвиток емпатії.

Вправа виконується в невеликій групі.

Для роботи знадобляться картки з назвами предметів і явищ природи. Наприклад: сонце, гроза, річка, пароплав, чайник, велосипед і т.д.

Учасникам роздаються картки з назвами предметів і явищ природи. Задача кожного учасника — пластично (пантомімічно) зобразити даний предмет чи явище і вигадати невеличку розповідь від імені предмету (явища). Інші учасники повинні відгадати, що було зображено.

Після того, як предмет (явище) відгадано, учасник розповідає історію від імені предмету (явища)

Рефлексія.

- Чим сьогоднішнє заняття було корисним?
- Чи змінилася ваша думка про себе? Чи дізналися щось нове?
- Які висновки зробили для себе?

3 день «Формування навичок безпечної поведінки»

Привітання

Вправа «Ода моєму тілу»

Вправа складається з двох частин. У першій частині ведучий пропонує учасникам переглянути відео “Яке воно, моє тіло?!” та поміркувати над запитанням “За що я ціню своє тіло?”.

Після перегляду ведучий пропонує учасникам по черзі відповісти на поставлене запитання, а сам тезово занотовує основні відповіді учасників на великому аркуші паперу. Друга частина вправи присвячена створенню оди власному тілу. Для виконання завдання ведучий пропонує учасникам, використовуючи допоміжні матеріали (журнали, олівці, фломастери та ін.), створити оду власному тілу, яка б відображала основний зміст правила “Моє тіло – моя цінність”.

Другу частину вправи “Ода моєму тілу”, залежно від особливостей групи та кожного учасника, можна проводити як індивідуально, так і в міні-групах. У цій частині вправи учасників необхідно зорієнтувати навідними запитаннями:

За що ви хочете подякувати своєму тілу?

Від чого/кого ви хочете захистити власне тіло?

Чому ваше тіло є особливим?

Після завершення роботи над одою ведучий пропонує бажаючим поділитись своїми напрацюваннями та відповісти на запитання:

Яка основна ідея ваших поетичних пісень про тіло?

Що важливого ви хотіли передати у своєму зверненні до власного тіла?

Яким чином у повсякденному житті ви можете запроваджувати основні ідеї ваших поетичних пісень?

Яким чином ваша ода пов'язана із правилом “Моє тіло – моя цінність”?

Яким чином дотримання правила “Моє тіло – моя цінність” допоможе вам у майбутньому?

Вправа "Життєвий шлях мого тіла"

Інструкція: Потрібно нанести на вісь координат основні події, які відбувалися з вашим тілом з народження до

Потім відзначити ті життєві ситуації, які ви сприймаєте позитивно.

Аналіз роботи у групі

- Оцініть, чи є ваше життя суб'єктивним, тобто змістовним?
- Які емоції найчастіше вбирало ваше тіло?
- Якщо ваше життя описати в якомусь літературному творі, то в якому жанрі воно має бути написане?
- У чиїх руках найчастіше знаходиться пульт керування вашим тілом?
- Чи ви самі є господарем свого тіла, який дійсно зацікавлений в його добробуті та здоров'ї?
- Які основні труднощі має ваше тіло?
- Що було б ідеальним вирішенням усіх проблем?

Інструкція: Тепер нанесіть на вільну частину шляху – ту, яку ви маєте пройти, ті події, які ви хотіли б побачити зробленими.

Аналіз роботи у групі

- Які події вашого життя ви замовили своєму тілу для виконання?
- Розподіліть ці події за чотирма основними сферами свого життєвого світу: 1. тіло та його органи 2. спілкування 3. діяльність 4. усамітнення та самоосвіта

- У якій сфері ви маєте намір найчастіше напружувати своє тіло? Які частини тіла виявляться найбільше задіяними? Яка сфера при цьому виявиться дещо обділеною присутністю вашого тіла?

- Яка саме допомога буде потрібна вашому тілу, щоб вона змогла успішно досягати поставлених вами цілей? (Учасники вчаться складати «План турботи про своє тіло»).

Вправа «Притча»

Притча «Відро яблук»

Купив собі чоловік новий будинок — великий, гарний і садок із фруктовими деревами. А у старенькій хатинці неподалік жив заздрісний сусід, який завжди намагався всім зіпсувати настрій: то сміття викине під ворота, то ще якусь капость зробить. Прокинувся одного разу чоловік у доброму гуморі, вийшов на ганок, а там — відро з поміями. Узяв він його, помії вилив, відро вишкріб аж до блиску, назбирав у нього найбільших, стиглих і смачних яблук, та й пішов до сусіда. Сусід, почувши стукіт у двері, зловтішно подумав: «Нарешті я йому допік». Відчиняє, очікуючи скандалу, а чоловік протягує йому відро з яблуками і каже: — Хто чим багатий, той тим і ділиться!

Запитання для обговорення:

- Яку поведінку демонстрували персонажі притчі?

Підсумуйте: «Треба ділитися один з одним тільки добром!»

Рефлексія.

– Чим сьогоднішнє заняття було корисним?

– Чи змінилася ваша думка про себе? Чи дізналися щось нове?

– Які висновки зробили для себе?

4 день «Формування адекватної самооцінки»

Привітання

Вправа «Яким я себе бачу, яким я буду в майбутньому»

Мета вправи тренінгу: навчитися виробляти об'єктивну самооцінку себе, навчитися фокусувати увагу на результаті, який потрібно досягти.

Цю вправу треба проводити в групі. Необхідно взяти листочок, олівці і намалювати таким, яким себе бачите. Чим яскравіше буде малюнок, тим краще. Домальовуйте важливі елементи вашого життя: хобі, захоплення, улюбленого вихованця і т. Д. Після чого всі листочки потрібно зібрати і перемішати, після чого всі діляться враженнями з приводу кожного малюнка.

Використовуючи листочок і олівці, знову намалювати себе, але тільки тепер в майбутньому. Вголос необхідно вимовити свого роду «захист» малюнка.

Вправа «Мій друг сказав би про мене, що я...».

Мета: відпрацювати вміння позитивної самопрезентації. Хід вправи. Учасники сідають у коло, кожен по черзі називає своє ім'я і говорить фразу, яка починається зі слів: «Мій друг сказав би про мене, що я...». Висловлюються всі, починаючи з ведучого.

Вправа «Мій дракон, мої недоліки».

Мета: вироблення вмінь аналізувати та виділяти негативні сторони своєї особистості та обирати шляхи боротьби з ними.

Ведучий розповідає учасникам про те, що в кожного є «свій дракон» - це наші недоліки, які заважають нам жити, але з якими ми примирюємось.

Учасникам пропонується намалювати «свого дракона» і назвати його в цілому і кожену голову окремо. Після виконання завдання учасники придумують історію про те, як вони переможуть своїх драконів. Бажаючі можуть об'єднуватись в групи і придумувати загальну історію, але і драконів, і героїв має бути стільки ж, скільки членів групи. Для написання історії відводиться 25-30 хвилин. Потім бажаючі розповідають або показують свої історії.

Вправа на підняття самооцінки.

Мета: Допомогти учасникам зрозуміти та описати свої позитивні якості.

Хід проведення. Кожному учаснику потрібен чистий аркуш паперу і ручка. Аркуш розділіть по вертикалі на три великих колонки.

У першій з них потрібно написати в стовпчик 10 (не менше) імен реальних історичних особистостей / вигаданих персонажів книг / фільмів / мультфільмів, не важливо, реальні вони чи ні. Важливо інше – вони повинні вам подобатися (діапазон: від подобається до “я захоплююся”).

Написали? Чудово, йдемо далі.

У другій колонці напишіть у стовпчик (навпроти кожного імені) 2-3 якості, які вам найбільше подоюаються в цьому персонажі.

Третій розділ особливий. Підрахуйте повторювані якості з першого стовпчика і напишіть їх у порядку спадання. Наприклад, якщо слово “мужність” повторювалося три рази, слово “харизма” – п’ять разів, а “терпіння” – тільки один раз, то й записати потрібно в стовпчик: харизма, мужність, терпіння.

А тепер свіжим поглядом перечитайте те, що ви написали. Що бачимо? По суті – це ви і є. Тому що подібне притягується до подібного – ви ніколи не вибрали б якості, які не звучали б в унісон з вашими. Може ви здивуєтеся тому, що побачите, може ні, але це тепер ваше дзеркало. Кожного разу, коли ви сумніваєтеся в собі – подивіться в це дзеркало.

Рефлексія.

- Чим сьогоднішнє заняття було корисним?
- Чи змінилася ваша думка про себе? Чи дізналися щось нове?
- Які висновки зробили для себе?

Також потрібно кожного дня проводити розминки, використовувати можна будь-які.

Четвертий (останній) день присвячений обговоренню всіх дій, що були зроблені упродовж усього тренінгу. Акцент спрямований на спілкування, взаємодію, висловлення власних думок.

Вправа «Прощання».

Ось і підійшло наше заняття до кінця. Дуже важливо, щоб кожен із вас зробив висновки з проведеного тренінгу! Іноді нам доводиться вирішувати не прості завдання, що виникають на нашому життєвому шляху. Я бажаю всім вам бути усвідомленими при прийнятті рішень та намагатися розуміти, що за цим рішенням може стояти. Будьте впевнені у своїх силах та не бійтеся труднощів.

Рада була з вами познайомитись, бажаю успіхів, до побачення!

Насамкінець зауважимо, що важливо звертати увагу на зворотний зв'язок, який є інструментом, що дає уявлення про рівень досягнення поставленої мети, виявлення проблемної ситуації.