

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КАМ'ЯНЕЦЬ-ПОДІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ОГІЄНКА  
ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА МЕТОДИК  
ДОШКІЛЬНОЇ І ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ

# ВИХОВАННЯ ДИСЦИПЛІНОВАНОСТІ ДІТЕЙ У ЗАКЛАДАХ ІНТЕРНАТНОГО ТИПУ

---

---

Навчально-методичний посібник  
з вивчення навчальної дисципліни  
«Організація життєдіяльності дітей  
в умовах закладів інтернатного типу»  
для студентів педагогічного факультету

*2-ге видання, перероблене і доповнене*

м. Кам'янець-Подільський  
2014

УДК 37.018.32:37.091.5(075.8)  
ББК 74.24(4Укр)731.167  
В54

**Рецензенти:**

*Карташова Л.А.*, доктор педагогічних наук, професор кафедри інформаційних технологій Київського національного лінгвістичного університету

*Бендера І.М.*, доктор педагогічних наук, професор кафедри професійної освіти та фізичного виховання Подільського державного аграрно-технічного університету

*Моцик Р.В.*, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри інформатики Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

**Укладач:**

*Бахмат, Н.В.*

*Рекомендовано вченою радою  
Кам'янець-Подільського Національного університету  
імені Івана Огієнка.  
(протокол № 1 від 30 січня 2014 року).*

**В54 Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу :**

Навчально-методичний посібник / Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка ; уклад. Н.В. Бахмат – 2-ге вид., переробл. і доповн. – Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький, 2014. – 72 с.

**ISBN 978-617-608-050-3**

Навчально-методичний посібник підготовлено відповідно до програм і навчальних планів за напрямом підготовки 6.010102 – «Початкова освіта» для студентів денної форми навчання.

УДК 37.018.32:37.091.5(075.8)  
ББК 74.24(4Укр)731.167

ISBN 978-617-608-050-3

=====**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**  
**ВСТУП**

Відповідно до «Стандартів організації опікунсько-виховної роботи в помешканнях для дітей», прийнятими для реалізації у закладах інтернатного типу (ЗІТ), трансформованих у помешкання для дітей, опікуни-вихователі не можуть застосовувати жодних форм психічного чи фізичного насилля. В стандарти також включено методи ефективної дисципліни, які можна використовувати, а також визначають способи прийняття правил у помешканнях для дітей.

Принципи ефективної дисципліни можна застосовувати лише за умови їх розуміння. Важко собі уявити, щоб хтось міг використовувати методи позитивної дисципліни під примусом та без особистісного переконання в їх результативності. З іншого боку існує міф, згідно з яким позитивна дисципліна – це передача повної влади дітям. Цей міф повторюють ті педагоги, які зазвичай мають обмежені знання з питань позитивної дисципліни.

Насправді, метод цей є дуже вимогливим як щодо для дітей, так і (а може перш за все) для дорослих. Це вимагає тренування та ґрунтовної підготовки опікунів-вихователів, а також чіткої послідовності в її застосуванні. Мабуть, найважчою для дорослих є також необхідність визначення всіма дорослими (які мають відношення до дітей в ЗІТ) спільних принципів послідовної реалізації інструментів позитивної дисципліни. Наприклад, «логічні наслідки», описані у цьому матеріалі, є дуже важким інструментом, який вимагає від вихователя логічного мислення, вразливості, розуміння поведінки дитини та іноді важких до сприйняття наслідків, особливо коли педагогів та дітей поєднують близькі емоційні відносини і у нас виникає бажання «попустити» дитині. Є в цьому методі певний нюанс: наприклад, логічні наслідки стосуються як дітей, так і дорослих. Дорослі повинні бути авторитетом у дітей не наказами та заборонами, а власним прикладом. Метод цей базується на кількох принципах, які його добре описують. Один з них – «коли дитина робить те, що тобі

**Навчально-методичний посібник**

не до вподоби, то задумайся, чого ти ще не зробив, якщо вона так поводиться?» Інший принцип такий: «Діти, якими добре опікуються, не мусять себе погано поводити». Позитивна дисципліна – це важке завдання для дорослих. Але також обов'язок, оскільки прірва, яка є між поколіннями, прямим способом поглиблюється. А без правильного взаєморозуміння, близькості, емпатії, коригування поведінки дитини – ми не допоможемо дітям, які були віддані нам під опіку.

І ще одне. Пам'ятаймо, що діти, які живуть у наших будинках та помешканнях для дітей, пережили вже насилля, відторгнення, а деколи навіть знущання чи сексуальне насилля. Чого може навчити їх застосування нами осуджень та насилля? Наскільки гостру систему нагород та покарань нам треба би було застосовувати, щоб це промовило до скривджених вже дітей?

Метод індивідуальних планів роботи з дитиною та сім'єю, який застосовують у трансформованих будинках для дітей, невід'ємно пов'язаний з індивідуальною відповідальністю опікуна (вихователя) за декількох дітей. Ця відповідальність означає дуже добру обізнаність у ситуації дитини та її сім'ї, аналіз міцних сторін та потреб у всіх аспектах життя дитини. Це означає також налагодження близьких емоційних стосунків. Отож, потрібні вихователі, які можуть бути і прикладом, і, також, другом. Які зможуть показати як жити і діяти, а не тільки говорити. Які, зрештою, будуть вимогливими і щодо себе, і щодо дитини, але зможуть виразити свої почуття та співчуття. Дуже важко виховати дітей, але ще важче знайти хороших вихователів, які вміють знайти рівновагу між вимоганнями та любов'ю...

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**  
**Вправа 1. «Мої покарання в дитинстві»**

У цій вправі ми пригадаємо собі ситуацію з дитинства, коли дорослі (батьки чи хтось інший) покарали нас і нам здавалося, що покарання було несправедливим.

Під час вправи у вас буде нагода пригадати цю ситуацію. Що ти тоді відчував (відчувала)?

Чи хочемо ми, щоб такого роду почуття мали до нас діти з будинку для дітей?

Чим є покарання, а чим – дисципліна?

**А. Порівняння покарання та дисципліни**

Процес впровадження вихователями дисципліни є для них нелегким завданням. Діти, які перебувають у будинках для дітей, мають багатий життєвий досвід з дорослими, які намагались захопити чи примусити дитину відповідно себе поводити. Можливо, ці діти взагалі не знають, що таке дисципліна, але встигли відчувати на собі гіркий досвід суворих покарань, мали декілька опікунів-вихователів, які часто змінювались. Тому уявлення цих дітей про дисципліну може значно відрізнитись від того, яке ви прагнете впроваджувати в будинку для дітей. Важливо й те, що діти часто агресивно реагують на розлуку чи якусь втрату. Ви хочете виховувати дитину, яку народив хтось інший, якою опікувалось (краще чи гірше) багато людей (соціальні працівники, вчителі, батьки), і тому все, що стосується дисципліни буде нелегким завданням для вас, оскільки може значно відрізнитись від вашого уявлення. Все це може викликати труднощі – особливо, коли визнаєте, чого реально можні очікувати від дитини, а також як реагувати, щоб якнайкраще забезпечити її потреби. Крім того, є ще одна проблема – у закладах інтернатного типу є декілька вихователів. Як реалізувати те, щоб усі виховували дітей подібним способом?

**Що насправді означає слово «дисципліна»?**

Це слово має латинське походження і походить від двох слів «discere» і означає – вчитися та «disciples» – що означає учень.

А отже, особа, яка дисциплінує – це хтось, хто вчить. Другий учасник процесу – це учень, хтось, хто чогось навчився.

Ви як вихователі будете вчителями та провідниками, наставниками, які допомагатимуть дитині навчитися.

Слово дисципліна вживається в багатьох значеннях. Часто його відносять до окремої техніки зміни поведінки, чи теж як визначення реакції на не стосовну поведінку. Але, якщо ви дійсно хочете бути «провідниками та вчителями», то стає зрозумілим, що дисципліна є чимось більшим, ніж певна техніка чи метод.

Дисципліна має на меті розвиток у дитини самоконтролю, поваги до самої себе, відповідальності та порядку. Інакше кажучи, дисциплінована особа – та, хто вміє панувати над собою та керується системою внутрішніх норм та правил. Ось чому дисципліна є довготривалим процесом, який повинен розвиватись та змінюватись відповідно до потреб дитини, що дорослішає. Систематичне застосування дисципліни концентрується на тому, що ми хочемо, щоб дитина зробила, опинившись на наступний раз в тій самій ситуації. Наприклад, наш обов'язок захистити дитину від гарячої кухонної плити, тобто управляти його діями. Але важливішим є те, щоб в майбутньому дитина не попеклася.

Слово «кара» (латин. Punire) – означає – карати, платити за щось чи завдавати біль. Карається той, хто зробив щось погане. Карати – це ранили, забирати волю чи власність, або ж завдавати фізичного болю. Покарання можуть включати биття (ляпанці), висміювання дитини, погрози, наказування («не дістанеш вечері»), штрафні санкції, ізоляцію, позбавлення привілеїв чи ліквідацію улюблених іграшок чи інших речей, які є власністю дитини та є їй дорогі.

Вже з самих визначень видно різницю між дисципліною і карою. Кара є короткотривалим рішенням, та таким, що не приносить конструктивного результату. Дисципліна натомість захоплює дитину до того, щоб вона була відповідальною впродовж тривалого періоду часу.

Покарання можна використати як ефективну складову процесу впровадження дисципліни. Коли пропонуємо дитині запла-

Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу тити за заподіяну кривду, чи швидше повернутись, бо минулого разу спізнилась, або забираємо у трирічного хлопчика іграшку за те, що кидав нею в свою молодшу сестру, – все це може бути дієвим способом регулювання поведінки дитини.

Покарання може бути складовою впровадження дисципліни, але ніколи її головною частиною! Покарання як головний елемент виховання ніколи не навчить дитину самоконтролю. Покарання означає, що це дорослий контролює процес. Це може бути єдиним виходом у певних ситуаціях, але функціонування карі на правах виключного правила позбавляє дитину нагоди взяти відповідальність за свої вчинки. Також сувора кара, позбавлена любові, чи така, що завдає фізичного болю, не буде ніколи ефективним елементом впровадження дисципліни. Процес опанування самоконтролю вимагає того, щоб дитина відчувала себе впевнено, адекватно до своїх можливостей. Натомість, вид покарань, який був описаний вище, негативно впливає на почуття власної гідності та провокує чи викликає уникання, страх чи злість у дитини.

## Вправа 2. Чим відрізняється дисципліна від покарань?

Спробуймо відповісти на питання:

1. Чи дитина має вплив на те, яке покарання буде застосоване? А як з дисципліною?
2. Чи покарання застосовують до чи після нестосовної поведінки? А що з дисципліною?
3. Хто є відповідальним за накладення покарання? Що відбувається при застосуванні дисципліни?
4. Чого вчить кара? Чого вчить дисципліна?
5. До чого мотивує дітей кара? А дисципліна?
6. Що викликає покарання?
7. Як покарання впливає на відчуття власної гідності? А як впливає дисципліна?
8. Що спільного має покарання з партнерством до роботи у складі групи дорослого і дитини?

Таблиця, що знаходиться нижче, підсумує Вашу дискусію:

### Різниця між дисципліною та покаранням

Дисципліна	Покарання
А. Вихователі впроваджують її дітям.	А. Вихователі нав'язують її дітям
Б. Може запобігти наступним проблемам.	Б. Належить до проблем питань по факту.
В. Розвиває самоконтроль та збільшує відчуття відповідальності у дитини.	В. Відповідальність за зміну в поведінці несе особа, яка контролює поведінку дитини.
Г. Дає дитині правила та ставить дорослого в ролі провідника.	Г. Нав'язує санкції та примус.
Д. Вчить як правильно розв'язувати проблеми, або їм запобігати.	Д. Хоч часто гамає погану поведінку, то не вчить доброї.
Е. Заохочує дітей брати відповідальність за власні рішення.	Е. Не дозволяє дітям приймати власні самостійні рішення.
Є. Заохочує до правильної поведінки.	Є. Може посилити погану поведінку, якщо для дитини це єдиний спосіб звернути на себе увагу батьків.
Ж. Має на меті захист та навчання дітей.	Ж. Часто завдає емоційного чи фізичного болю.
З. Може покращити хороше самопочуття дитини, яка почне вірити в те, що здатна відповідально реалізувати свої потреби.	З. Може ослабити почуття гідності, особливо коли покарання є принизливим.
І. Заохочує дітей до того, щоб вони покладались на власних правилах поведінки.	І. Припускає, що відповідальна поведінка вимагається тільки в присутності авторитетів.
Ї. Пропагує співпрацю та позитивні взаємовідносини між дітьми та дорослими.	Ї. Збільшує страх та «унікання».

З таблиці видно, що процес впровадження дисципліни повинен бути пов'язаний з:

1. забезпеченням дитині захисту та опіки у фізичному та психологічному аспектах розвитку;

2. підтримкою дитини на її чергових етапах розвитку;
3. забезпеченням потреб дитини;
4. навчанням дитини як уникати проблем, а також як їх розв'язувати, коли такі з'являться;
5. зміцненням взаємовідносин між вихователем та дитиною;
6. допомогою дитині у контролюванні власної поведінки та набутті відповідальності;
7. вмінням застосовувати такі виховні засоби, щоб поведінка дитина була відповідною до наших очікувань.

### Аргументи за застосування дисципліни без фізичного та словесного покарання:

- Діти, яким необхідна інституційна опіка, вже зазнали в своєму житті багато втрат: втрати близьких, здоров'я, матеріальних речей, а також дуже часто втрати почуття власної гідності.
- Найчастіше причиною цих втрат було занедбання, фізичне, психічне чи сексуальне насилля.
- Деякі діти після багаторічного досвіду фізичних покарань та інших видів насилля є емоційно застрашеними. Травми, які виникли внаслідок цього, нелегковилікувати. Для цього потрібен час. Якщо таку дитину продовжувати карати, то ми не допоможемо їй позбутись негативних наслідків, викликаних попереднім досвідом фізичного насилля.
- Для дітей, яких суворо фізично карали, покарання у вигляді ляпасу не викличе особливої реакції. Якщо ви опікуєтесь дитиною, яку сильно били в минулому та припалювали сигаретою, чи може ляпас викликати будь-яку реакцію?
- Інші форми фізичних та емоційних покарань (приниження чи обмеження в їжі) не мають сенсу для дітей, які пережили значні втрати, наприклад, як розлука з власною сім'єю.
- Багато дітей щодо яких застосовували колись жорстокі фізичні покарання, не реагуватимуть на жодну кару, хіба що вона буде ще більш жорстокою, ніж попередні. Для інших же дітей, навіть найменша кара може бути важким пере-

живанням і вони можуть дуже бурхливо та глибоко на це реагувати.

- Метою опіки в будинках для дітей є забезпечення дитині умов, необхідних для її повноцінного фізичного, емоційного розвитку та таких умов, за яких дитина би почувала себе впевнено та безпечно. Ці умови дозволять дитині збудувати наново відчуття власної гідності. Фізичні чи емоційні покарання напевне не допоможуть у цьому.

### Б. Негативні наслідки фізичних покарань

Задумайся тепер над тим, чим власне є кара. Почніть з себе. Пам'ятаючи про те, які відчуття мала дитина, яку карають, подумайте, які відчуття з'являються у нас, коли ми застосовуємо «силові» покарання, використовуючи фізичну чи психічну силу.

Чи з'являється тоді у нас відчуття влади і сили? Чи є у нас бажання порозмовляти з дитиною, чи ми просто нав'язуємо дитині свою волю?

Фізичні покарання чи інші силові методи нав'язування нашої волі дитині приносять такі результати:

1. вчать дітей, що дорослі використовують силові методи, аби заборонити щось меншим. Рідко можна зустріти слабшу особу, яка застосовує насилля щодо сильнішої від неї особи. Це в свою чергу збільшує ймовірність, що старші діти будуть бити та ображати молодших та менших від себе;
2. вчать дітей, що силовим методом можна розв'язати конфлікти та проблеми, а також, що слід реагувати саме так;
3. збільшує ймовірність того, що особа, яку колись карали, буде відчувати себе ображеною;
4. знижує відчуття власної гідності дитини через те, що її тіло не шанують. Діти не завжди сприймають кару як наслідок їх неправильної поведінки. Замість цього вони можуть подумати, що вони нічого не варті, або ж, що навколишні їх не люблять;

5. дослідження у галузі дитячого розвитку та психології довели, що фізичне покарання зупинить негативну поведінку, але не на довго. Це означає, що дитина перестане так поводитися у присутності батьків;
6. фізичні покарання викликають вороже ставлення дитини до того, хто її застосовує. Варто пам'ятати, болісні відчуття можуть викликати більш серйозну і тривалу травму, ніж фізичний біль;
7. вчать дітей, що найважливіше не бути впійманим. Дитина вчиться приховувати свої вчинки і вчиться маніпулювати.

### Чи варто вдаватись до ляпанців?

Подумайте, що можуть викликати, здавалося б невинні ляпанці у дитини, яка в минулому була покинута, можливо бита, занедбана, чи над якою знущались:

1. ляпанці викликають ворожість та злість. Ніхто не любить, коли його б'ють.
2. ляпанці ще збільшують проблему, впроваджуючи елемент злості в і так конфліктну ситуацію.
3. ляпанці можуть у майбутньому привести до фізичного насилля. Більшість дітей, які приходять у прийомні сім'ї, в минулому були жертвами фізичного насилля. Прийомні сім'ї зобов'язані подбати про безпеку дитини.
4. особа, яка дає ляпанці, стає моделлю агресивної поведінки. Він чи вона ризикує, що дитина навчиться виражати свою злість, б'ючи інших. Дитина може повторювати такі взірці.
5. ляпанці викликають у дитини бажання помститися тій особі, від якої дістала ляпанці.
6. ляпанці викликають страх та уникання.
7. ляпанці порушують право дитини на безпеку. Якщо би дорослій особі хтось дав ляпанець, то вона може поскаржитись на побиття.

### В. Вправа 3. Популярні думки щодо застосування легких фізичних покарань (ляпанців)

- **«мої батьки давали мені ляпанці і тепер все нормально, мені нічого погано не сталося».** Дійсно, багато з нас діставало в дитинстві ляпанці чи переживало інші фізичні покарання і нічого поганого нам не сталося. Очевидно, що наші батьки окрім того, що деколи нас карали, робили багато інших речей, які позитивно на нас впливали і допомагали нам в майбутньому вирішувати свої проблеми. Інакше кажучи, вони не постійно карали нас фізично.
- **«деякі діти аж самі «просяться».** Діти, над якими фізично знущалися і яких принижували колись, могли навчитися, що єдиним дієвим способом, щоб звернути на себе увагу, є невідповідна поведінка та неслухняність. Деякі діти не усвідомлюють, що вони погано поведуться. Дитина, яка очікує або прагне фізичного покарання, має емоційні проблеми. У цьому випадку фізична кара не покращить, а ще більше погіршить дану ситуацію.
- **«ви говорите про те, щоб до всіх дітей ставитися однаково, а я своїм дітям даю ляпанці».** Ставитись до всіх дітей однаково означає справедливе ставлення, з гідністю та повагою. Батьки не відносяться однаково як до немовляти, так і до підлітка; очікування щодо них значно відрізняються. Фізичне покарання дитини, яка зростала в атмосфері тепла та любові, значно відрізняється від такого ж покарання дитини, яка зазнала фізичних, сексуальних чи емоційних знущань та приниження. Окрім того, прийомні батьки розповідали, що їх власні діти були дещо дезорієнтовані, коли самі діставали від батьків ляпанці, а прийомні діти – ні. Ця проблема більш усвідомила батькам негативні наслідки ляпанців, і багато вихователів взагалі перестало їх застосовувати.
- **«дитина, яка погано себе поводить повинна знати, що я дуже злюсь».** Після IV сесії ми знаємо, що злість є другорядним почуттям. Вона настає після втрати. Зазвичай це втра-

та власної поваги та любові. Діти, які погано себе поведуть, повинні знати, що їхня поведінка кривдить когось іншого.

- **«діти повинні знати – тут я керую».** Дорослі, які застосовують силові методи вирішення конфліктної ситуації, насправді не панують над ситуацією.

### Г. Вправа 4. Мої сильні сторони та потреби

Якщо йдеться про дисципліну, то дуже важливою є оцінка власних сильних сторін та потреб. Як вже було раніше сказано, дисципліна – це допомога іншим при одночасному використанні власних вмінь та досвіду. Тому ми маємо усвідомлювати, які ми маємо сильні сторони, та що наприклад ми можемо передати дітям. Ми повинні також знати, які у нас потреби, оскільки тільки так ми зможемо чогось навчитись від інших, в тому числі і від дітей.

Збережіть цю самооцінку. Можливо, ви схочете повернутись до неї через деякий час та знову оцінити свої сильні сторони та потреби. Можливо, вас зацікавить те, як ви розвиваєтесь та вчитеся позитивної дисципліни.

#### Вміння забезпечувати потреби вихователем:

	Сильні сторони	Потреби
Забезпечення дитині відчуття безпеки (знання, що стосуються потреб дитини, вміння, емпатії, особливі вміння, наприклад, прийняття дитини вдома в перший день, забезпечення безпечного місця і т.д.)		
Забезпечення відповідного харчування (знайомство основ здорового харчування, кулінарні вміння)		
Піклування про фізичний вигляд дитини		
Вбрання (обізнаність з потребами дітей, з тенденціями молодіжної моди, можливість «залагоджувати» одяг		
Піклування про формування території дитини		
Вміння розвивати в дитини відчуття гідності		

**Потреби розвитку дітей**

	Сильні сторони	Потреби
Здоров'я (обізнаність з етапами розвитку, потреб, вміння опікуватись під час хвороби, перша медична допомога і т.д.)		
Фізичний розвиток (обізнаність з етапами розвитку, можливість зміцнення дитини у цій сфері; організація занять тощо)		
Забезпечення освітніх потреб (можливість визначити етап розвитку, на якому перебуває дитина, можливість допомогти, або вміти організувати допомогу)		
Зацікавлення (особисті зацікавлення, вміння розвивати та зміцнювати зацікавлення)		
Вищі потреби (особисті вищі потреби, вміння розбудити ці потреби у дитини – у галузі релігії, культури, знання про світ тощо)		
Емоційні (вміння розпізнавати та виражати емоції)		
Відчуття власної гідності (відчуття власної гідності вихователя та вміння зміцнювати відчуття гідності у дитини)		
Життєві навички (життєві навички вихователя, вміння навчити цього дитину)		
Розваги та приємності (знає гри, вміє бавитись з дитиною, підказує форми ігор та способ проведення вільного часу тощо)		

**Потреба зміцнення взаємин з біологічною сім'єю**

	Сильні сторони	Потреби
Обізнаність з методами роботи з сім'єю, знання та використання в роботі інструментів, готовність працювати з родиною		

**Потреба зміцнення тривалих взаємовідносин з ровесниками та дорослими**

	Сильні сторони	Потреби
Готовність та вміння створювати тривалі, позитивні взаємовідносини з дитиною, допомогти дитині будувати інші взаємостосунки, вміння допомогти дитині формувати позитивні зв'язки з ровесниками		

**Суспільні потреби (вміння співпрацювати в групі):**

	Сильні сторони	Потреби
Робота у складі групи вихователя, вміння співпрацювати з громадою, допомога дитині здобувати вміння функціонувати в групі		

**Значення поведінки дитини**

**А. Вправа 5. «Крадіжка в магазині та агресивна Юля»**

Найчастіше дисципліну використовують з метою коригування чи припинення невластивої поведінки. Щоб дієво змінювати певний спосіб поведінки, ми повинні розуміти значення та мету цієї поведінки. Розуміння значення поведінки є першим кроком, завдяки якому ми можемо відповідно реагувати. Також ми повинні пам'ятати, що кожна поведінка має дві сторони – внутрішню та зовнішню.

Уявіть, що ми перебуваємо у великому магазині, де помічаємо молодого хлопця, який бере різні речі з прилавків і ховає у кишені. Пізніше ми бачимо, як цей хлопець швидко проходить повз каси, не розраховуючись, і наближається до виходу. Очевидним є факт, що хлопець взяв речі, які йому не належать. Однак, не зважаючи на те, що ви бачили і знаєте, існує ще щось, про що ви не знаєте.

Подумайте в малих групах, які ще могли бути причини такої поведінки. Зовнішній бік поведінки проявляється відкрито, що можна наочно побачити. Нещодавно ви бачили хлопця, який за-



**Навчально-методичний посібник**  
брав продукти з прилавків, не розраховуючись. Що ж його доштовхнуло до цього вчинку?

- Він міг бути дуже голодним.
- Він міг взяти ці речі, щоб дати комусь, хто не має змоги їх собі придбати.
- Він міг хотіти взяти ці речі, щоб пізніше їх продати, а гроші використати на задоволення інших потреб.
- Він міг це зробити для того, щоб відчутти «жилку азарту», втікаючи з чимось, що йому не належить.
- Хтось міг погрожувати хлопцеві та змусити його до таких дій.
- Він міг це зробити для того, щоб комусь заімпонувати, або ж, щоб, ризикуючи, здобути впевненість у собі.
- Це могла бути помста власнику магазину чи фірмі.
- Хлопець міг також хотіти бути затриманим за щось, що суперечить праву.

Придивімося тепер до зовнішнього боку поведінки іншої молоді особи і спробуймо відповісти на питання – який може бути внутрішній бік її поведінки.

В дитинстві над Юлею фізично знущалися, вона досить рано залишилась без опіки своїх батьків, а пізніше дуже часто змінювала сім'ї з різних причин. Одними з причин були важка хвороба перших прийомних батьків, сувора дисципліна інших вихователів, а пізніше вона знову потрапила у інтернат. Згодом Юля стала агресивною. Вона дедалі частіше сварилася зі своїми ровесниками, кривдила, ображала їх та іронізувала відносно них та їхніх родин. Часто була менших дітей в школі та на подвір'ї. Юля робить все можливе, аби уникнути виконання складних завдань, а також незнайомих людей та місць. Нищить предмети в школі та пізно повертається додому. Її хочуть виключити зі школи, а прийомні батьки забороняють їй виходити з дому, даючи їй багато обов'язків.

### **Забезпечення яких потреб домагається Юля, демонструючи таку поведінку?**

Жертви фізичних чи емоційних знущань мають, як правило, дуже низьку самооцінку і відчують себе безсильними. Юля

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу** намагається повернути контроль та владу над різними ситуаціями. На жаль, за прояви поведінки, яку вона собі обрала платять інші. Небажання ризикувати та порушення установлених правил (пізні повернення одому) є своєрідною маскою, за якою ховається правда про можливості та здібності дівчинки. Ця поведінка є також демонстрацією того, «хто тут насправді керує».

### **Чому розуміння причин поведінки є таким важливим?**

Прояви поведінки, про які ми говорили на прикладі двох ситуацій (молодого хлопця та Юлі), є тільки одними з багатьох можливих способів поведінки, з якими можливо вам доведеться у зустрічі у майбутньому. Якщо ви захочете припинити чи змінити певну поведінку дитини, вам необхідно буде перш за все зрозуміти, що спричинює саме таку, а не інакшу поведінку. Надто часто ми реагуємо на саму поведінку дитини, легковажачи факт, що кожна поведінка має свою мету. Чим важча до прийняття поведінка дитини, тим більша ймовірність того, що ми не побачимо справжньої причини та мети, які можуть бути добре схованими. Коли ж свою енергію ми використаємо на спроби контролю поведінки дитини, або її зміну, то в цей час дитина знайде інший спосіб, аби виразити свої потреби.

Власне, це видно у ситуації Юлі. Юля відчуває себе безсильною та позбавленою контролю над власним життям, отож шукає інші способи досягнення відчуття певної влади чи контролю над іншими.

Коли увагу ми концентруємо не тільки на поведінці дитини, але й на спробах розпізнати та «прочитати» потреби дитини, тоді нам набагато легше реагувати на складну поведінку дитини, і власне тоді ми помагаємо дитині забезпечити її потреби. Забезпечення потреб дитини є однією з цілей дисципліни.

### **Подумайте тепер, як вихователь міг би допомогти Юлі повернути відчуття влади над своїм життям.**

Ви як майбутні вихователі можете формувати та впливати на ситуації, завдяки яким Юля матиме відчуття певного контролю над своїм життям, а що головніше, це не буде відбуватися за

**Навчально-методичний посібник**

рахунок інших людей. Тут йдеться перш за все про збільшення сфери її відповідальності, про те, щоб навчити приймати правильні та ефективні рішення, допомогти стати відповідальною за свої вчинки та рішучою особою, заохочення до вільного вираження своїх думок, поглядів та потреб, пошанування її поглядів та думок, залучення дівчини до прийняття рішень та до активної участі в житті будинку для дітей. Все це є важливими складовими процесу впровадження дисципліни.

Найчастіше дисципліна має на меті корекцію чи зміну невластивих способів поведінки. Щоб ці зміни у поведінці були тривалими та результативними, нам необхідно знайти причину чи мету даної поведінки. Розуміння сенсу поведінки є першим кроком позитивної дисципліни.

Надто часто ми реагуємо на саму небажану поведінку, особливо коли вона нас шокує чи ображає, ігноруючи водночас приховані мотиви. Коли свої сили ми спрямовуємо на контролювання чи корекцію поведінки, дитина встигає знайти нові способи поведінки, щоб задовольнити свої потреби.

Більш ефективною є концентрація не стільки на самій поведінці, яка нас непокоїть, як на ідентифікації потреб, які дитина виражає таким чином. Тоді у нас появиться більше шансів навчити дитину правил, які в майбутньому допоможуть їй в житті. Адже це є основним завданням ефективної дисципліни.

### **Б. Чинники, що впливають на поведінку дитини**

- Людські вчинки та поведінка є дуже складним процесом; існує багато пояснень поведінки дитини.
- На поведінку впливає багато чинників, включаючи вроджені фізичні і психічні риси.
- Способи поведінки, яких вчиться і які цінує людина, є результатом впливу оточуючого середовища та самовиховання.
- Зовнішні обставини та етапи розвитку дитини мають значний вплив на поведінку дитини.

### **Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**

- Сімейне середовище дитини очевидно має найбільший вплив на способи її поведінки. Виховні традиції, взаємостосунки між батьками та дитиною, а також те, наскільки були забезпечені потреби дитини та атмосфера у сім'ї, – це тільки декілька чинників, які впливають на людські вчинки.
- В умовах будинку для дітей, коли в одному домі живе разом навіть 14 дітей та ними опікуються декілька дорослих, дитина піддається багатьом впливам та має багато контактів. Існує дуже багато збудників, які можуть впливати на зміну настрою та поведінки.

Всі ці перераховані чинники впливають на нашу поведінку. Натомість, щоб добре зрозуміти та вміти впоратись з небажаною поведінкою дитини, слід усвідомити, що прояви поведінки є одним із засобів забезпечення потреб. Способи поведінки мають конкретну ціль та є завченими. Коли з'являється різниця між реальністю та нашими бажаннями, то ми починаємо діяти. Якщо способи поведінки, які ми застосували, приносять бажаний результат, то в майбутньому ми застосовуємо їх знову.

### **В. Потреби, які керують нашою поведінкою**

Людські потреби, які впливають на поведінку, не включають тільки **основні потреби**, необхідні для продовження життя (їжа, одяг, житло, відчуття безпеки). Керують нами також психічні потреби.

У людини є також потреба **приналежності**, що означає, що ми хочемо належати до якоїсь групи чи громади. На нашу поведінку має вплив ще й потреба **бути потрібним та люблячим**. Виникає у нас сильна **потреба влади та контролю над своїм оточенням**. Ми робимо речі, які задовольняють нашу **потребу у відчутті задоволення**. Очевидним є те, що у людини є потреба бути вільним. Цю потребу ми реалізуємо тоді, коли у нас є вибір і в своєму житті ми можемо керуватися власною системою цінностей та вартостей.

Стверджуючи, що людська поведінка є дуже складним процесом, все ж уважно спостерігаючи за поведінкою дитини, ми можемо про неї багато дізнатись.

**Перш за все, ми повинні дивитись на те, як ми самі реагуємо на поведінку дитини. Наші почуття чи реакції можуть багато сказати про мотиви дитини (що дитини хотіла нам виразити, поводячи себе саме так, а не інакше).**

**По-друге, ми повинні зважати, як дитина реагує на наші реакції на її поведінку.**

Повернімося ще раз до крадіжки в магазині. Мотивами такої поведінки може бути їжа, необхідна для життя; потреба приналежності (я повинен це зробити, щоб стати членом якогось угруповання); потреба у визнанні (своїми вміннями та відвагою я зроблю сильне враження); потреба влади (ризик або помста тим, хто «все мають»); потреба у відчутті задоволення («адреналін»); або ж потреба у відчутті свободи (я це роблю, бо вважаю, що маю право так робити).

Так само, мала дитина, розкидаючи навколо їжу з тарілки, може виражати потребу визнання («Ого, як я це роблю, то всі крутяться навколо мене!»), або ж потребу у владі («Вони не можуть контролювати того, що я роблю»), чи теж потребу у відчутті приємності чи задоволення («Але ж каша смішно літає!»).

Наприклад, коли мала дитина вередує, розкидаючи їжу, а ви відчуваєте себе безсилим, то скоріше за все дитина відчуває владу над вами. Ви можете придумати якийсь інший, більш гігієнічний спосіб для того, щоб дитина могла відчути владу. Коли мала дитина так поводить, то всі навколо починають звертати на неї увагу.

Все це може бути допоміжним, якщо йдеться про боротьбу за владу. Розуміння мотивів даного способу поведінки є дуже помічним при виборі дисциплінуючої техніки.

Цей двоетапний процес набагато полегшує нам щоденне життя з дітьми, які звертають нашу увагу поганою поведінкою. Такі діти, забезпечуючи потребу приналежності, праг-

Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу нуть за всяку ціну звернути нашу увагу на них (погано себе поводять), не допускаючи нашого ігнорування. Щоб допомогти таким дітям, нам слід так реагувати на їхню поведінку, щоб діти зрозуміли, що можуть досягнути визнання свого оточення, проводячи себе в прийнятний у групі спосіб. Натомість, якщо її поведінка тільки зверне увагу групи на дитину, а дії будуть для неї шкідливими, то таким способом дитина не здобуде визнання.

Це також стосується дітей, які прагнуть здобути перевагу та контроль у своїх взаємовідносинах з іншими, втягаючи дорослих у боротьбу, яка має показати, хто сильніший. У таких випадках ми не можемо допустити до того, щоб дитина втягнула нас у цю боротьбу та не показувати того, що ми знервовані. Якщо ми будемо відповідати силою на силу, то навчимо дитину того, що власне такий спосіб є правильним і тільки збільшимо бажання дитини здобути владу будь-якою ціною.

#### **Г. Чотири помилкові цілі поведінки (за Джейн Нельсен<sup>1</sup>):**

1. Увага: «Я відчуваю себе потрібним тільки тоді, коли ти звертаєш на мене увагу».
2. Влада: «Я відчуваю себе потрібним тільки тоді, коли виграю, контролюю ситуацію, чи принаймні тоді, коли не дозволяю тобі виграти».
3. Помста: «Мене дуже болить те, що я відчуваю себе непотрібним (брак відчуття приналежності), але я принаймні можу тебе скривдити».
4. Брак віри в себе самого, в свої сили: «Я піддаюсь. Я ніяк не можу відчути себе потрібним».

За Джейн Нельсен, ключовою справою є усвідомлення, що це помилкова ціль. Після того ми зможемо ефективно допомогти дитині досягнути справжньої мети: приналежності та власної значущості. Щоб знайти помилкові цілі поведінки, можуть допомогти дві вказівки:

<sup>1</sup> Jane Nelsen, Pozytywna dyscyplina, Wydawnictwo REBIS, 2000

1. Реакція дорослого на погану поведінку дитини.
  - Якщо ти дратуєшся, нервуєш, відчуваєш себе винним, то дитина очевидно хоче звернути на себе увагу;
  - Якщо відчуваєш себе спровокованим чи відчуваєш певну загрозу, то дитина швидше за все прагне влади. Якщо зреагуєш авторитарно, розпочнеться боротьба за владу;
  - Якщо відчуваєш себе ображеним чи скривдженим («Як вона може так поступати зі мною, якщо я так стараюсь бути хорошим батьком?»), розчарованим, то дитина скоріше за все хоче помститися; якщо зреагуєш злістю, то почнеш ходити по колу помсти;
  - Якщо губиш відчуття гідності («Як врешті решт я можу достукатись до цієї дитини?»), відчуваєш себе безпорадним, то дитина скоріше за все прагне до підтвердження свого переконання про низьку самооцінку. Якщо дозволиш, щоб це відчуття опанувало тебе, то так само піддаєшся, як дитина.
2. Реакція дитини, коли говориш їй, щоб перестала себе погано поводити.
  - Увага: дитина зупиняється на певний момент, але, як правило, погана поведінка невдовзі повертається і дитина так само чи інакше пробує звернути твою увагу на себе.
  - Влада: дитина надалі погано себе поводить, словесно чи пасивно опирається. Часто ситуація набирає обертів і починається боротьба за владу між тобою і дитиною.
  - Помста: дитина мстить, коли завдає якусь кривду чи щось нищить. Існує небезпека постійного повторення такої поведінки.
  - Брак віри в свої сили: дитина пасивна та надіється, що невдовзі ти залишиш її в спокої.

Ці вказівки допоможуть нам побачити справжні причини поганої поведінки дитини та розшифрувати її поведінку.

За Джейн Нельсен «дитина, яка відчуває постійну підтримку дорослого, не поводить себе погано».

Таблиця помилкових цілей поведінки (за Джейн Нельсен)

Ціль дитини	Вихователь відчуває себе...	Відповідь дитини:	За поведінкою дитини ховається переконання, що:	Вихователь повинен зреагувати, мотивуючи та заохочуючи:
Звернути на себе увагу, хоч сама ситуація цього не вимагає (щоб хтось зайнявся дитиною чи звернув спеціальну увагу)	Роздратовано, почувася себе винним та знервованим	Деякий час дитина переставала себе так поводити, але невдовзі застосовує той самий, або подібний спосіб поведінки	Я відчуваю себе важливою тільки тоді, коли хтось звертає на мене увагу і займається мною.	Знайди дитині якість практичне заняття. «Я тебе люблю і...» (приклад: ти для мене дуже важливий, наступного разу ми проведемо разом більше часу»). Унікальним спеціальним ставленням до дитини. НЕ говори нічого два рази, дій. Заплануй проведення спільного з дитиною часу. Визнач для себе постійні години. Присвяти час, щоб навчити дитину. Організуйте сімейні зустрічі. Знаходь порозуміння з дитиною без слів. Вживай не-вербальну лексику.

Влада (хоче бути шефом)	Спровокованим, переможе ним, поставленим перед викликом, відчуває загрозу	Бороться з дитиною і піддаючись, думає: «Це тобі так просто не минеться», або «Я тобі покажу», залишаючи останнє слово за собою	Погана поведінка стає більш інтенсивною, дитина збунтована, відчуває, що виграла, якщо вихователь є знервованим. Пасивна влада.	Я відчуваю себе важливим тільки тоді, коли відчуваю владу, контролюю чи паную над ситуацією. А також коли доведу всім, що ніхто крім мене не може бути господарем ситуації. «Ти мене до нічого не примусиш».	Визнай, що не можеш примусити дитину і попроси про допомогу. Не змагайся і не піддавайся. Вийди з конфлікту. Будь рішучим та приємним. Дій, не говори. Визначся, що хочеш робити. Нехай гостодарем ситуації буде спільно з дитиною складений план. Будуй взаємоповіря. Дай дитині обмежений вибір. Залучай дитину до спільного вирішення питань (в розумних межах). Заохочуй, скеровуй владу у потрібному напрямку. Використовуй родинні зустрічі.
Помста (хоче помститись)	Розчарованим, відчуває недовіру, знеохочення та біль	Мститись, шукаючи нагоди для реваншу, думаючи: «Як ти міг так зі мною погано поводитися?»	Мститись, завдаючи біль іншим, нищить предмети, шукає реваншу, погана поведінка стає більш	Мені здається, що я не є важливим. Я відчуваю себе скривдженим та зраненим, а тому буду кривдити інших. Я нікому	Примирись з болісними відчуттями. «Гвоя поведінка свідчить, що ти відчуваєш себе скривдженим. Може порозмовляємо про це?» Уникай покарань та помсти. Уважно слухай. Виразжай свої почуття. Змінюй на краще

Брак віри в самого себе (піддається та спокій)	Вихователь перебуває у розпачі, він відчуває себе безпорадним, безвартісним	Піддається, виручаючи черговий раз дитину, допомагаючи там, де необхідно	Пасивність, інертність дитини, брак відповіді чи реакції, «втечі»	Я не вірю в тебе, що можу бути для когось важливим, а тому переконаю навколишніх, що вони нічого від мене не можуть очікувати. Я – нездара, безталання та до нічого непридатний. Немає сенсу намагатись щось змінити та щось пробувати, бо мені і так нічого не вдасться.	свою поведінку. Заохочуй до того, щоб показувати та використовувати сильні сторони. Використовуй родинні зустрічі.
Брак віри в самого себе (піддається та спокій)	Вихователь перебуває у розпачі, він відчуває себе безпорадним, безвартісним	Піддається, виручаючи черговий раз дитину, допомагаючи там, де необхідно	Пасивність, інертність дитини, брак відповіді чи реакції, «втечі»	Я не вірю в тебе, що можу бути для когось важливим, а тому переконаю навколишніх, що вони нічого від мене не можуть очікувати. Я – нездара, безталання та до нічого непридатний. Немає сенсу намагатись щось змінити та щось пробувати, бо мені і так нічого не вдасться.	Покажи дитині, що ти в невірши. Ідти вперед маленькими кроками. Перестань критикувати. Хвали за кожну, навіть незначну, спробу дії. Сконцентруйся на позитивних рисах характеру. Не показуй свого жалю. Не піддавайся. Створи дитині шанс перемогти. Вчи дитину, показуй їй, як що зроби. Переживай радість разом з дитиною. Використовуй її зацікавлення та хобі. Заохочуй, заохочуй, заохочуй. Використовуй сімейні зустрічі.

### **А. Методи ефективної дисципліни**

Ефективна дисципліна включає в себе багато виховних методів. Деякі з них добре нам знайомі, та можливо ти навіть не задумувався над тим, що вони є складовими будь-яких методів. Дисципліна – це щось більше, ніж реакція на погану поведінку дитини. Багато з цих методів мають на меті запобігти поганій чи невідповідній поведінці дитини, деякі з методів – це реакція на неприпустиму поведінку.

Ефективна дисципліна вимагає ефективного спілкування. Ось чому вміння слухати, задавати питання та вживати вирази «я» ми розглядаємо як виховні методи, які базують на дисципліні. Щоб ефективно застосовувати ці методи, ми повинні мати на увазі раніше згадувані та обговорені загальні знання та нашу позицію, тобто терпіння, відкритість та знання про етапи розвитку дітей та підлітків. Найважливішим є розуміння того, що застосування цих методів вимагатиме від вас часу та бажання навчитися.

Ефективними методами дисциплінування дітей є:

- Ігнорування поганої поведінки дитини
- Надання властивих прикладів бажаної поведінки
- Зміна оточення
- Визначення чітких, зрозумілих правил та норм
- Використання перерв
- Використання натуральних та логічних наслідків
- Дозволяти дітям ризикувати
- Слухати

### **Б. Чинники, що впливають на вибір методів дисциплінування дітей**

Усі вказані вище методи можуть бути дієвими. Однак варто взяти до уваги чинники, від яких залежить їх ефективність:

- Поведінка сама в собі;
- Наші почуття стосовно цієї поведінки;
- Характер, темперамент та вік дитини;

- Яка на нашу думку мета поведінки дитини;
- Де поведінка має місце;
- Хто виступив свідком даної поведінки;
- Чинники, що впливають на наші можливості та бажання дієво реагувати;
- Ступінь ваших взаємостосунків з дитиною.

Існує цілий спектр різноманітних дисциплінуючих методів, що зміцнюють позитивну поведінку та самоконтроль. При виборі відповідного дисциплінуючого методу варто врахувати різноманітні обставини, що можуть скластись. Обставини, перераховані вище, мають певний вплив на вибір методу.

Деякі методи можуть більш ефективними ніж інші, як спосіб нашої реакції на **поведінку**. Наприклад, цілком природним є ігнорування двох дітей, які намагаються звернути на себе увагу, взаємно собі докучаючи. Однак, не можна ігнорувати поведінки, яка загрожує безпосередньо чийсь безпеці, або ж чийсь власності. Так само, можна дозволити ризикувати дитині у певних випадках, у межах розумного, але якщо в результаті це може призвести до моральних, емоційних чи фізичних втрат, на такий ризик йти не можна.

В залежності від **почуттів**, які викликає у нас поведінка дитини, ми інакше будемо на неї реагувати. Та сама поведінка може по-різному впливати, адже викликатиме, наприклад, сум, злість, знервованість чи полегшення.

При виборі методів дисципліни слід врахувати **індивідуальні особливості окремої дитини**. Цей метод, не зважаючи на мету (зміцнення позитивної поведінки, зміцнення самоконтролю) повинен бути застосований відповідно до актуального етапу розвитку дитини, її історії та специфічних обставин, що виникли. Пізніше ми побачимо, як даний етап розвитку дитини може впливати на використання техніки **впровадження в оточення змін**, залучення дітей до спільного прийняття правил та планування змін.

Часто ми реагуємо на поведінку дитини, базуючи на **причинах, мотивах такої поведінки** чи теж на потребах, які дитина

**Навчально-методичний посібник**

хоче задовольнити таким чином. Одні методи будуть ефективнішими, коли йдеться про потребу влади, чи визнання, приналежності чи приємності. Пізніше ми детальніше розглянемо ці потреби.

Деколи необхідно вибрати дисциплінуючий метод, враховуючи те, **де дана поведінка мала місце**. Очевидно, інакше ми реагуємо, коли поведінка мала місце у нас вдома, а інакше – коли у громадському місці. Щоб досягнути бажаного результату деякі методи вимагають більше часу, інші – менше.

Коли ми згадали про громадські місця, важливим також є те, **у чий присутності мала місце дана поведінка**. Є величезна різниця між нашою реакцією на недоречну поведінку, коли ми перебуваємо самі, або ж коли ми знаходимось в колі «широкої публіки», яка із зацікавленням спостерігатиме за результатом наших дій. Надзвичайно важливо, коли йдеться про поведінку підлітка в присутності його ровесників.

Є також моменти, коли **наші бажання та здатність ефективної реакції** будуть різнитись. Нам може не вистачати відповідних вмінь, щоб використати той чи інший виховний метод. Або ж у нас не буде бажання застосувати власне цей метод. На наше бажання може вплинути час, потрібний на застосування даного методу, рівень нашого переконання у його слушності, чи вважаємо ми цей метод цінним, чи ні, а також на вибір впливатиме рівень нашої емоційної та фізичної енергії в даний час.

**Ступінь наших взаємостосунків з дитиною** є дуже істотним чинником при виборі конкретного дисциплінуючого методу. Скільки часу дитина вже є з нами, рівень взаємної довіри, як дитина бачить нас як вихователів – це лише декілька з чинників, що впливають на наші взаємостосунки з дитиною.

### **Дисципліна – це важке завдання**

- Деколи вихователі побоюються та відчувають, що інші (директор дому, контролюючі органи, друзі, сім'я) мають щодо них надмірні вимоги.

### **Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**

- Діти, які приходять у будинки для дітей, неодноразово пережили у своєму житті травми та втрати, непослідовність у вихованні, а тому їм дуже важко зрозуміти очікування щодо них самих та правила, виконання яких від них вимагається.
- Досвід дітей, які приходять у будинки для дітей, є деколи дуже драматичним, вони втратили контроль над своїм життям, а тому пережили злість, сум чи інші нелегкі емоції, результатом яких і може бути екстремальна поведінка.
- Застосування дисципліни та заохочення дітей відповідно себе поводити є нелегким завданням, адже діти мають такі різні та виняткові потреби.
- Початок перебування дитини в будинку для дітей вимагає від вихователя пізнання дитини, налагодження з нею хороших взаємостосунків, що базують на взаємній довірі. Якщо одночасно застосувати дисципліну, то і без того нелегке завдання збудувати близькі взаємовідносини ще більш ускладнюється.

### **В. Сфера дисциплінуючих методів**

Зміцнення самоконтролю обумовлене плануванням, яке є способом уникання проявів негативної поведінки. Діти не завжди можуть нести повну відповідальність за свою поведінку. У цій категорії вихователь та дитина несуть спільну відповідальність за запобігання негативній поведінці. Ідеально, аби вихователь взяв на себе відповідальність в тій сфері, де можливості дитини обмежені і вона сама цього зробити не може.

Незважаючи на те, скільки старань та сил ви вкладете у зміцнення позитивної поведінки та самоконтролю, все одно погана поведінка неодноразово матиме місце. Тоді ми як дорослі та вчителі зобов'язані втрутитись та допомогти дитини віднайти самоконтроль.

Головною метою дисциплінуючих методів є допомога дитині віднайти контроль. Важливим є те, щоб дорослі переймали на себе контроль у розумних межах. Інакше ваші дії перетворяться на покарання і так дитиною сприйматимуться.

**Вираження очікувань** становить фундамент. Чітко сформульовані очікування визначають дитині мету та правила, необхідні для формування та дотримання самоконтролю. Діти не зможуть засвоїти всі «стандарти» поведінки, якщо дорослі перед тим не виразять своїх очікувань.

**Вправа 6. Які ваші очікування щодо дитини під час її першого місяця перебування в будинку для дітей?**

- дворічної?
- п'ятирічної?
- десятирічної?
- п'ятнадцятирічної?

**Правила** є дуже важливими, оскільки завдяки ним можна забезпечити передбачуваність, постійність та стабільність, які необхідні дітям для того, щоб вони себе почували у безпеці. Правила потрібні не тільки, щоб запобігти проблемам, але й для того, щоб їх вирішити.

- Правила запобігають виникненню проблем;
- Правила можуть замінити інші, неефективні способи реакції на деякі ситуації;
- Якщо діти знають визначені межі, то вони не мусять їх перевіряти;
- Правила допомагають дітям безпечно себе почувати у світі, який можна передбачити;
- Правила запобігають непотрібним дискусіям та постійному прийняттю рішень у щоденних справах (наприклад, вечеря о 18.30 і тому ти повинен помити руки і бути вчасно за столом).

Звичайно, що саме прийняття правил не є ще гарантією того, що всі будуть їх постійно дотримуватись. Вони вимагають докладання багатьох зусиль для того, аби прийняти, опрацювати та постійно застосовувати. Наступні вказівки включають деякі ваші сумніви та пропозиції, виказані під час дискусії.

**Правила, що стосуються правил**

**Визначте з вихователями декілька найважливіших правил для забезпечення безпеки та виконання основних обов'язків громади та її членів. Ці правила не обговорюватимуться з громадою, але повинні їй бути пояснені.**

Діти можуть бути дещо приголомшені надміром правил та норм. Вирішіть, що є пріоритетом та акцентуйте на цьому.

**Залучіть дітей до прийняття правил на зустрічах громади. Громада може приймати всі правила, які не стосуються безпеки чи основних обов'язків дітей та вихователів (школи, роботи і т.д.).**

Правила повинні бути власністю громади, а не вихователя. Діти повинні брати участь у їх прийнятті та у процесі навчання, що дозволить їм розвинути власне відчуття того, що є добре, а що погане. Крім того, якщо дитина візьме участь у прийнятті правил, то їй буде набагато важче «зламати» ці правила в майбутньому і у дитини зникає потреба боротись за владу.

**Переконайтеся, чи діти дійсно розуміють причину чи підставу даного правила.** Як пам'ятаєте, дисципліна – це навчальний процес. Кожне правило включає в себе процес навчання. Мала дитина повинна навчитись, що деякі речі гарячі і вона може попектись. Старша дитина повинна навчитись бавитись та ділитись з ровесниками. Підліток повинен навчитись приймати самостійні рішення без шкоди для свого здоров'я. Фраза «Бо я так сказав!» нічого дітей не вчить. Діти більш охоче застосовують правила, якщо вони їм зрозумілі і важливі для них. Дослідження значення правил може бути цікавою грою з дитиною або для цілої сім'ї.

**Переконайся, що правила дійсно стосується справи, яку повинні регулювати.**

Одним з труднощів, що стосуються правил, є те, що в них закладені досить конкретні очікування поведінки. Спосіб, в який ми виражаємо певне правило, може віддзеркалювати наші переконання та світогляд, а не справу, яку повинен регулювати та вирішувати. Подумайте, наприклад, про правило: «Ніколи не бери



**Навчально-методичний посібник**

цукерок у незнайомців». Що це означає для дитини? Можливо, дитина може взяти інші речі у чужих? Чи може піти кудись з незнайомими та розмовляти, аби не брати солодощі? Підлітки проявляють виняткові здібності в маніпулюванні неточними правилами. Багато з нас, мабуть, пам'ятають як можна було оминати правило, вигадуючи оправдання в той час, коли зналося про справжні наміри та суть правил.

**Подбайте про те, щоб правила були зрозумілими.**

Якщо говорити дитині, що хочеш «щоб вона себе так повила», то це означає, що дитина має поводитись так, щоб ти був задоволений. Ясно виражай свої очікування. Деякі домашні правила можуть бути надто загальними, наприклад: «Стався до всіх з повагою». Можливо, тобі треба буде провести трохи більше часу з сім'єю, щоб пояснити те, що означає в вашому домі «з повагою». Це чудова нагода навчитися чогось нового.

**Переконайся, чи діти знають, що існують винятки в правилах.**

Якщо прийняття правил проходить разом з дітьми, то зазвичай вони розуміють їх суть та завдання, а також, що існують винятки з цих правил. «Не перебивай мене, коли я говорю» є чудовим правилом, за умови, коли не йдеться про ситуацію, коли мала дитина тягнеться до небезпечних предметів чи коли, наприклад, щось кипить на плиті, чи дитина хоче в туалет.

**Подбай про те, щоб правила були позитивними та направлені на дії. Сховай «Ні!» на особливі ситуації, пов'язані з безпекою.**

Деколи самого слова «ні» вистачить для того, щоб спровокувати бунт дитини. Окрім того, діти краще реагують на накази, ніж на заборони. «Залишай велосипед у гаражі» звучить краще, ніж «Не залишай велосипед біля під'їзду». Таке вираження правила допомагає тобі і дитині знайти альтернативу для даної поведінки. І, звичайно, це нагода для дитини чогось навчитися. Замість говорити «Не розкидай своїх малюнків по квартирі», спробуй «Я знаю, що в твоїй кімнаті мало місця на малювання.

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**  
Як ми можемо вирішити цю проблему?» Залиши «Ні!» для ситуацій типу «Не виходь на проїжджу частину».

**Переконайтеся, чи правила «ростуть» разом з дитиною.**

Разом з розширенням світу дитини ми хочемо, щоб росли та поширювалися і правила. «Не виходи на проїжджу частину!» мало забезпечити дитині безпеку з боку автомобілів. Та ж сама суть в правилі: «Завжди зупинись та подивись в обидва боки перед тим, як перейти дорогу» для старшої дитини. Пізніше: «Коли ти їдеш на велосипеді, то тримайся правого боку проїжджої частини». А ще пізніше: «Не сідай за кермо після вживання алкоголю чи наркотиків».

**Приймай тільки такі правила, які ти з впевненістю зможеш застосувати.**

Є багато ідеалів, які би ви хотіли ввести в життя. Може трапитися, що в якийсь момент вас огорне ентузіазм і ви вирішите ввести в життя якісь цілком радикальні правила, відмінні від попередніх. Насправді, це може виявитись неможливим чи таким, що впровадить для дітей хаос. Правила вводяться для того, щоб ввести порядок та стабільність у громаді, щоб нормалізувати її життя. Не дозволяйте після кардинального обмеження дивитись телевизор у вихідні, тільки для того, щоб після двох днів все повернулось на старі місця, адже всі важко до цього звикають. Здається, краще, щоб правило порушувалося, ніж, щоб одразу після його прийняття його ігнорували. Якщо телебачення стало проблемою в будинку, то спробуйте поступово та разом з громадою розв'язувати цю проблему.

**Будьте послідовними.**

Якщо правило вже прийняте, то його не можна ігнорувати. Якщо в вашому будинку існує обмеження щодо огляду телебачення (1 година, наприклад), то ви не можете дивитись телевизор 3 години, відверто ігноруючи це правило для власної вигоди. Якщо під час вивчення домашнього завдання не можна виходити на вулицю, то ніяка кількість благань та скиглення не повинна цього змінювати. Дуже важливим буде узгодження правил між вихователями. Ви повинні бути одним цілим у справі прийнятих

Навчально-методичний посібник  
правил, бо інакше діти почнуть вами маніпулювати і зрештою  
заберуть на себе владу!

### Вправа 6. Оцінка наших правил

Які правила функціонують у вашому дитячому будинку (або  
помешканні для дітей чи виховній групі)?

Правило: \_\_\_\_\_

Хто був ініціатором цього правила?

Чи в цьому питанні всі вихователі погоджувались?

Чи громада брала участь у прийнятті цього правила?

Чи правило можна обговорювати (чи стосується обов'язків  
або безпеки)?

Чи правило прийняла ціла громада?

Чи пояснювали ви дітям причину прийняття цього правила?

Чи правило стосується суті справи, яку ви хотіли врегу-  
лювати?

Чи правило зрозуміле?

Чи діти знають, що існують винятки з цього правила?

Чи правило позитивне та направлене на дії?

Чи правило відповідне до віку дітей?

Чи правило може «рости» разом з дитиною?

Чи ви впевнені у тому, що можна його реалізувати?

Чи є якісь зміни, які ви хотіли би внести у це правило, зробити  
щось для того, аби воно було більш результативним? Якщо так, то  
що це? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу

**Зміна** викликає у дітей сильний стрес. І власне тоді діти де-  
монструють найгіршу поведінку.

**Впровадження вихователем змін** в оточення дитини по-  
трібне для того, щоб допомогти дитині досягти успіху та без-  
печно себе почувати.

Незважаючи на те, скільки зусиль ви докладете, щоб зміцню-  
вати позитивну поведінку чи покращувати самоконтроль, оче-  
видно, що неодноразово поведінка дитини вийде з-під всіякого  
контролю. Як дорослі та вихователі ми зобов'язані втрутитись  
та допомогти дитині відновити контроль.

Усвідомте, скільки змін відбулось у житті дитини. Деколи нам  
важко здогадатися та уявити, що дитина можна вважати зміною.  
Тому ми повинні бути налаштовані на найменші зміни та їх мож-  
ливий вплив на дитину. В міру можливостей, варто попереджати  
дітей про зміну та передчасно знати про зміни у кожному аспек-  
ті життя дитини – школа, терапія, зустрічі з біологічною сім'єю  
тощо. Про такі зміни з дитиною варто говорити заздалегідь.

Немає ніякого сенсу у тому, щоб оберегати дітей від того, що і  
так невдовзі відбудеться. Адже їм потрібен час, аби впоратись зі  
своїми почуттями. Вам варто вирішити, коли, залежно від етапу  
розвитку дитини та індивідуальної ситуації, ви почнете плану-  
вати з дитиною зміни. Звичайно, що не починається планування  
змін з кількарічною дитиною, якщо зміна відбудеться за тиж-  
день. Ви повинні самі подумати, коли і як розмовляти з дитиною  
про речі, які можуть відбутися. Багато дітей не можуть впора-  
тись з такою невизначеністю, і тоді справді краще не говорити  
про це дітям, якщо немає впевненості, що щось таки відбудеться.  
Розмовляйте з дитиною, щоб визначити потенційні почуття,  
які вона може пережити.

**Допомога дитині у визначенні та назві потенційних по-  
чуттів є частиною навчального процесу дитини** (дисциплі-  
ни). Якщо дитина знає, що може очікувати на відчуття страху,  
хвилювання чи суму, то ці відчуття стають частиною життя дити-  
ни, яку можна передбачити. Так дитина може опанувати ці

Навчально-методичний посібник

---

---

відчуття. Також зменшується ймовірність того, що ці емоції настільки вразять дитину, що вона почне погано поводитися. Розмовляйте з дитиною для того, щоб визначити стратегію опанування цих емоцій.

**Коли потенційні почуття вже визначені, ви можете почати розмовляти з дитиною про те, як можна з цим впоратись.** Подумайте над тим, як дитина може поводитись під час змін (телефонний дзвінок до друга, розмова зі шкільним психологом, поцілунок на добраніч тощо). Допоможіть дитині запланувати її діяльність, дії, на яких дитина могла б сконцентрувати свою увагу та використайте це для того, щоб дитина мала відчуття власного контролю (читання книжок, слухання музики, підготовка статті до шкільної стінгазети). Пам'ятайте, що діти найкраще реагують на дії. Ставлення їх в позиції «робити» дає їм відчуття влади та зменшує відчуття безсилля, що виникло в результаті зміни.

---

---

Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу

## МЕТОДИ

### «ВБУДОВУВАННЯ УСПІХУ В ОТОЧЕННЯ»

**Організація оточення** – це перший спосіб. Організація допомагає дитині навчитися як впорядковувати, підбирати, знаходити свої речі. Організація покращує самостійність дитини.

Наприклад, *наука самостійного вбирання 3-річного Ромчика була дуже виснажливою. Йому важко було відкрити шухляду, а пізніше її закрити. У зв'язку з цим, вихователі переклали одяг хлопчика у великі ящики на підлогу. В одній коробці були штанці, в другій – футболки та сорочки, а в третій – білизна та шкарпетки. Відтепер Ромчик дуже гордиться тим, що може сам одягтися.*

**Збагачення оточення** – це другий метод. Зробити так, щоб світ дитини був сповнений відповідних до віку цікавих речей, плакатів, книжок, картинок чи іграшок – саме це і є збагаченням оточення дитини. Завдяки цьому дитина вчиться як проводити самостійно вільний час, знаходити собі заняття, розвивати захоплення та концентруватися.

Наприклад, *12-річна Аліна хотіла тільки дивитися телевізор. Вона переживала депресію. В неї була низька успішність в школі та на спортивних заняттях. Її прийомні батьки відчували себе безпорадними. Вони на деякий час дозволили їй дивитись телевізор. Вихователь помітила, що Аліна нічого не робить у своїй кімнаті. Більшість дітей в її віці наклеює в своїй кімнаті якісь плакати, збирає різні речі. Вихователь сказала Аліні, що вони разом попрацюють над цим. Спочатку Аліні це взагалі не сподобалось, але згодом вона зацікавилась. Дівчинці дозволили вибрати речі відповідно до свого смаку. Деяко з того, що вона вибрала, було відповідне дітям, молодшим від неї, але ніхто не робив з цього проблеми. Аліна і тепер проводить багато часу перед телевізором, але також проводить щораз більше часу у своїй кімнаті, бавлячись там, чи слухаючи музику.*

Третій метод – це **лагодження, заспокоєння** оточення. Цей спосіб найчастіше застосовують щодо немовлят, особливо таких,

які народились з ускладненням від наркотиків. Інакше кажучи, з оточення усуваються джерела стимуляції. Таким джерелом може бути світло, шум, рух, яскраві кольори і ін.

Наприклад, 9-річна Оленка ніколи не могла зробити домашнього завдання. Щовечора при кухонному столі відбувалася драма. Дівчинка плакала та скигала. Коли зрештою щось робила, у завданнях було безліч помилок. Одного дня Оленка з вихователем залишились вдома самі, і тому було винятково тихо та спокійно. Виявилось, що дівчинка без проблем виконала своє домашнє завдання та не зробила жодних помилок. Тепер, коли дівчинка вчиться, все вдома виключене – радіо, телевізор тощо. Дорослі дбають про те, щоб ніхто її не відволікав, а Оленка перебуває сама в кімнаті. Зміна дивовижна.

**Перенесення уваги на іншу дію чи заняття** – це четвертий метод. Він не означає обмеження даного заняття, але скоріше за все направлення на те, щоб поведінка проявлялась по-іншому. Відведення конкретного місця для даного типу поведінки і є однією з форм зміни напрямку дії.

Наприклад, 6-річний Дмитрик мастурбував у присутності інших дітей. Це було для них неприємною та нетиповою ситуацією, і тому діти звертали на це велику увагу та шуміли. Дмитрика навчили, щоб він виходив в цей час у спальню. Якщо поряд з ним були вихователі, то вони намагалися відвернути увагу хлопчика від цього заняття і зацікавити його якоюсь грою.

**Недоступне для дитини оточення** – це п'ятий метод. Скоріше за все ми всі це робимо, навіть над цим не замислюючись. Це необхідне для безпеки дитини. Якщо є побоювання, що дитина щось розіб'є, то найкраще відставити це в інше місце. «Роботою» малюка, який навчився повзати, є знаходження різних речей, хапання їх та дослідження, детальне вивчення. Можна їй в цьому допомогти. Не варто хвилюватися, що малюк ніколи не навчиться торкатися та досліджувати різні предмети, чи щось розбивати. Неможливо так контролювати оточення дитини, щоб вона ніколи не натрапила на заборонену річ.

Наприклад, Бориса дуже цікавив телефон. Коли його старші сестри розмовляли по телефону, він піднімав слухавку і слухав. Це дуже нервувало сестер. Або ж Борис просто підносила слухавку для того, щоб послухати цікавих звуків, що лунають з телефону. Батько намагався переконати хлопчика, що телефон – це не іграшка, але для Бориса це було такою приємністю, що він не міг себе опанувати. В результаті, усі члени родини перенесли телефони на стінку.

**Недоступне для підлітків оточення** – подібний до попереднього метод. Ми знову повинні забезпечити середовище, безпечне для дитини та таке, що сприятиме відповідному вихованню. Якщо вас хвилюють крадіжки, то не залишайте грошей на видному місці. Якщо підліток неодноразово втікав з дому, то не поміщайте його у кімнату, що знаходиться близько до виходу.

Наприклад, історія Максима – зловживання алкоголем. Його прийомні батьки мали вдома бар. Максиму було лише 13, але в нього був величезний досвід зловживанням алкоголем. Прийомні опікуни-вихователі вирішили, що не варто ризикувати. Віддали та викинули всі алкогольні напої. Максим повинен був постійно стримуватись та приймати рішення щодо алкоголю. Опікуни-вихователі хотіли його від цього звільнити принаймні тоді, коли хлопець перебуватиме з ними.

**Використання повідомлень «я»** зменшує можливі сутички та конфронтацію та концентрується на тому, щоб допомогти дитині зрозуміти наслідки власних дій. Ми хочемо, щоб дитина знала, як ми себе почуваємо та як її поведінка вплинула на наше життя, але відповідальність за зміну способу поведінку залишаємо дитині.

## Вправа 7. «Журнальний столик»

Уявіть собі, що ви сидите у моїй вітальні, а ноги поставили на новий гарний журнальний столик. Мені дуже подобається мій столик і зараз в мене тільки одне бажання. Я хочу, щоб ви забрали звідти ноги. У зв'язку з цим я випробую на вас декілька методів.

- якщо ви не знімете ніг з мого столика, то я вас більше ніколи не запрошу до себе.
- ви маєте шанувати чужі речі так, як власні. ви не можете так поводитись.
- Ей, ти, слухай! Для ніг є підлога, столик – для інших речей.
- Не можу повірити, що ти така нечемна і товстошкіра.
- Де ти виховувався? У stodолі?
- Як я тішуся, що твої величезні черевики на моєму столику. Вони так високо, що я можу ними милуватися.

Є багато способів впливу на чийсь поведінку. У реченнях, поданих вище, приклади погроз, моралізаторства, логіки, критики, образ, і навіть сарказму. І хоч, можливо деякі з них дали би результат і ми б зняли ноги зі столика, то крім зміни поведінки залишилися б неприємні відчуття та пониження відчуття власної гідності. Повідомлення «я» відповідні для дітей в різному віці, але приносять найкращий результат з підлітками.

Найкраще, коли ми розповідаємо дитині, як її поведінка впливає на нас. Ми хочемо, щоб дитина знала як ми себе відчуваємо, але відповідальність за зміну поведінки ми залишаємо дитині.

Наприклад,

*«Коли ти пізно повертаєшся, то я дуже боюся і нервую, і не можу заснути».*

*«Коли музика так голосно грає, то я переживаю, що не почую, як дзвонить телефон».*

**У правильному повідомленні «я» немає оскаржень, воно відображає:**

- поведінку;
- те, як ти себе відчуваєш;
- конкретний вплив на твоє життя.

Наприклад, подумай над такою відповіддю: *«Я дуже нервую, коли ти такий дурний і безтолковий і коли ти все мусиш робити по-своєму».* Речення такого типу є ображенням. Незважаючи на те, що чудово виражає наші почуття, воно не є правильним прикладом повідомлення «я».

**Натуральні та логічні наслідки** є дієвим способом реагування зі збереженням поваги до здібностей дитини приймати рішення. Великою мірою наслідки базуються на розумінні правил та норм світу стосовно поведінки даної особи. Натуральні та логічні наслідки є дієвим способом інтервенції зі збереженням поваги до можливостей дитини самостійно прийняти рішення. Наслідки базуються на логіці дій, яка вчить нас правил та норм цього світу. Наслідки допомагають зрозуміти речі, що діються в нашому житті залежно від нашої поведінки. Використання натуральних та логічних наслідків є дієвим, коли йдеться про невідповідну чи небажану поведінку. Люди часто вживають терміни натуральні та логічні наслідки, так якби це були ті ж самі речі. Це не так. Дамо оцінку натуральним наслідкам.

Натуральні наслідки – це щось, що виникає в результаті поведінки. Тут ніхто нічого не мусить робити. Часто – це наслідок «прав природи». Наприклад:

- якщо дитина відмовляється їсти вечерю, то буде дуже голодною перед тим, як піде спати. Чи не буде голодна. Окрім того, дитина вчиться, що її нагороджують улюбленими солодощами за погану поведінку;
- залишений під дощем велосипед почне іржавіти;
- деколи натуральні наслідки є результатом людської природи. Дитина, яка б'є своїх товаришів, пізніше не матиме з ким бавитися.

Ми, дорослі, використовуємо натуральні наслідки. Подумайте те над ситуацією:

Якщо дитина відмовляється їсти вечерю, а пізніше дістає улюблені солодощі, то вона ніколи не буде голодна. Окрім того, дитина вчиться того, що її нагороджують улюбленими солодощами за погану поведінку.

Натуральні наслідки можуть бути дуже дієвими. Їх перевагою є те, що дорослий не нав'язує цих наслідків. Це дуже допомагає, особливо у випадку, коли ми маємо справу з особою, яка бореться за владу. Цей метод часто використовують по від-

**Навчально-методичний посібник**  
ношенню до підлітків. Недоліком натуральних наслідків є те, що деколи на них потрібно довго чекати. Дитина навчиться, що велосипед, який залишити на вулиці під дощем, ржавіє і псується, але це довгий і недешевий процес.

Окрім того, у малих дітей можуть виникнути труднощі зі зрозумінням натуральних наслідків. Бійки закінчуються втратою друзів, але 3-річна дитина не пов'яже цього факту зі своєю поведінкою. Можливо, це буде дієвим для 5-річної дитини. Деякі з натуральних наслідків – небажані. Куріння в ліжку може закінчитись пожежею, але ви, мабуть, не хотіли довести свою правоту таким чином. Якщо стверджувати, що застосування натуральних наслідків невідповідне, то можна оперувати метою логічних наслідків.

Приклади ситуацій, де можна використати метод натуральних наслідків:

- знищення іграшок чи улюбленого вбрання
- коли діти мають звичку забувати
- коли діти не виконують своїх обов'язків.

**Логічні наслідки** нав'язуються дорослим як наслідок даної поведінки. Цей наслідок повинен бути пов'язаний з невідповідною поведінкою. Наприклад:

- Якщо дитина залишить велосипед надворі, то вихователь на наступний день обмежує їй час їзди на велосипеді.
- Якщо підліток знищить чужу власність, то він повинен відпрацювати та заплатити за нанесені шкоди.
- Якщо мала дитина кидає машинками у стінку, то на деякий час машинки ховають.
- Якщо підліток курить в ліжку, то втрачає привілей зачиняти свою кімнату на ключ. Можна йому також надати спеціальний обов'язок та додаткове заняття, метою якого є ліквідувати запах диму в кімнаті.

Як бачимо, **логічні наслідки повинні бути безпосередньо пов'язані з даною поведінкою**. Не можна обмежити часу огляду телебачення, коли дитина залишила велосипед надворі. Чи обмежити час їзди на велосипеді за те, що дитина знищила чийсь

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу власність. А вже абсолютно не можна нам карати дітей за поведінку, забороняючи їм їхати додому!** Це нелогічно, та ще й заперечує **наші** основні обов'язки, тобто спробою поєднати сім'ю.

Для того, щоб наслідки приносили результат, їх потрібно правильно застосовувати. **Завжди пропонуйте вибір і дозвоalte дитині прийняти рішення**. Наприклад: «Або зменш звук в радіо, або йди його слухати у свою кімнату, там де ти не заважаєш іншим», або: «Можеш позбирати свої папери та прибори після того, як зробиш уроки, бо інакше хтось подумає, що вони непотрібні і їх викине». Будьте спокійними та рішучими у своїх зусиллях. Крім того, переконайтеся, чи наслідок має для дитини якесь значення. Якщо заборонити дитині їздити на велосипеді, при тому, що вона і так надає перевагу лежанні на дивані перед телевизором, то це не принесе позитивних результатів. Пам'ятайте, що на зміну поведінки повинен бути час. Це не відбудеться блискавично. Може виникнути бажання втрутитись та «врятувати» дитину. Деколи важко байдуже дивитися на те, як дитина переживає наслідки. Але це необхідне для того, щоб вона могла створити систему самоконтролю.

Приклади ситуацій, коли можна застосувати логічні наслідки:

- неправильне використання іграшок;
- безлад;
- деструктивна поведінка.

**Мета часу «на роздуми»** – дозволити дитині і нам самим відновити самоконтроль, уникнути небажаної поведінки та дати дитині можливість обдумати свою поведінку та її наслідки. Звичайно, траплятимуться ситуації, коли власні почуття вас опанують. Тоді варто задуматись, чи не потрібен вам чи дитині час «на роздуми».

Часто час на роздуми помилково трактують як покарання. Це не є покаранням. Це час, завдяки якому дитина може відновити контроль над своєю поведінкою. Ми допомагаємо їй в цьому, відштовхуючись від ситуації або чинника, які призвели до втрати контролю. Як злитися на дитину та на неї кричати, то звичайно цей метод не буде дієвим.

«Час на роздуми» є найбільш «нав'язаним» методом дисципліни. Не можна його постійно використовувати, інакше він втрапить свою вартість. Варто дійсно впевнитись у тому, що дитина втратила контроль. Тоді перейняти контроль, але пізніше дозволити дитині його відновити. Якщо дитина просто знервована, краще використовувати інші методи – відвертання уваги чи впровадження змін в оточення (забрати іграшку, яка так знервувала дитину). Якщо надто часто використовувати «час на роздуми», то в дитини не буде можливості спробувати впоратись з неспокоєм, злістю чи розпачем.

Ми часто думаємо про «час на роздуми» тільки по відношенню до дитини. Але це може бути допоміжним методом для кожного, кого огортає злість. Ми знаємо, що це буде дієве для дитини, якщо застосовуватимемо цей метод до злості. Звичайно, траплятимуться ситуації, коли вас захлеснуть емоції. Тоді теж задумайтесь, чи «час на роздуми» потрібен вам чи дитині.

Ми, будучи дорослими, досить швидко приходимо у рівновагу. Можливо це буде глибокий вдих або десять вдихів, ковток свіжого повітря чи просто рахунок до десяти – це час, який ми корисно провели. Ми знаємо, що дисциплінуючі методи повинні мати свої часові рамки, але нічого поганого не трапиться, коли мине більше часу на відновлення контролю.

#### **Деякі правила реакції на небажану поведінку:**

##### **Використай час, щоб отямитись та відновити контроль.**

Пам'ятайте, варто ставитись до дитини спокійно та рішуче.

##### **Дайте дитині шанс змінити свою поведінку.**

Попросіть дитину змінити поведінку та дайте їй трохи часу на реакцію. Якщо дитина ніяк не реагуватиме, то рішуче скажіть їй, щоб перестала себе так поводити.

##### **Якщо ці спроби не принесуть результати, скажіть дитині, куди вона має піти «обдумати» свою поведінку.**

Визнач одне місце на «роздуми». Це повинно бути спокійне місце. Дитина повинна піти туди сама. Не несіть туди дитину, хіба що існує така необхідність.

##### **Скажіть дитині, скільки це триватиме, але зазначте, що відлік піде від моменту, коли вона почне мовчати.**

Зазвичай правило говорить, що час повинен тривати стільки хвилин, скільки дитині років (враховується вік розвитку, а не календарний вік). Для деяких дітей це може тривати надто довго. Деякі батьки використовують для цього будильник.

##### **Ігноруйте поведінку дитини під час тривалості «часу на роздуми».**

Якщо дитина щось говорить, то тоді вона не використовує часу на заспокоєння та відновлення самоконтролю. Навпаки подальша розмова з вами може призвести до збільшення напруги. Якщо дитина підніметься з крісла, можете її спокійно посадити назад і поінформувати, «час пішов» знову. Деколи це може повторюватись.

##### **Спрямуйте дитину на позитивні дії після того, як мине «час на роздуми».**

Після закінчення «часу на роздуми» варто підтвердити те, що дитина опанувала себе, а тому може йти бавитися чи повернутись робити уроки. Але не нагороджуйте дитину. Якщо цей час на роздуми проходив бурхливо, то у вихователя може проявитись відчуття провини. Це не є добрим моментом на те, щоб нагороджувати дитину особливою нагородою.

Схема, що знаходиться нижче, презентує сферу дисциплінуючих методів. Ми обговоримо окремі категорії та найдієвіші методи з даної категорії. Відмітьте, що методи наведені зверху сторінки зміцнюють відчуття власної вартості та поведінку, яку ми б хотіли бачити в дитини. Пересуваючись вниз таблиці, ми доходимо до методів, які показують, що ми можемо зробити у відповідь на небажану поведінку дитини. Також пересуваючись вниз таблиці, вихователь переймає на себе щораз більшу відповідальність за контроль поведінки, а дитина несе щораз меншу відповідальність за зміну поведінки. Ми вже обговорювали раніше методи зміц-

Навчально-методичний посібник

нення позитивної поведінки. З правої сторони ви можете помітити чисельні методи, про які ми вже говорили: відкрите спілкування, приклади, нагороди, похвали, заохочення та ігнорування.

<p><b>ЗМІЦНЕННЯ ПОЗИТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ</b> Направлене на зміцнення взаємин з дитиною, покращення відчуття власної гідності, а також розвиток навичок дитини та її впевненості, що вона самостійно може вирішувати проблеми.</p>	<p>Дитина несе повну відповідальність за контроль поведінки</p>	<p><b>КОМУНІКАЦІЯ</b> Слухати Задавати питання <b>Приклади</b> <b>Похвали</b> Вербальні Невербальні Фізичні Поділитись позитивними почуттями <b>Нагороди</b> Відчутні привілеї Збільшення відповідальності <b>Розвиток зацікавлень</b> <b>Заохочення</b></p>
<p><b>ЗМІЦНЕННЯ САМОКОНТРОЛЮ</b> Дії, які базують на плануванні та підготовці як способу уникнути ситуації, коли діти погано себе поведуть.</p>	<p>Вихователь та дитина спільно несуть відповідальність за контроль поведінки</p>	<p><b>Ігнорування</b> <b>Заохочення бути відважним</b> <b>Визначення очікувань</b> Правила Стандарти поведінки Зустрічі громади <b>Підготовка / планування змін</b> <b>Впровадження змін в оточення</b></p>
<p><b>РЕАКЦІЯ НА БРАК САМОКОНТРОЛЮ</b> Використовує безпосереднє втручання в ситуації, коли у дитини немає достатнього самоконтролю, щоб притомно себе поводити.</p>	<p>Вихователь несе повну відповідальність за контроль поведінки</p>	<p><b>Повідомлення «я»</b> <b>Натуральні та логічні наслідки</b> <b>Пошук альтернатив</b> <b>Правила</b> <b>Накази та прохання</b> <b>Вилучення дитини з даної ситуації</b> <b>Час на роздуми</b></p>

Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу

**Зв'язок між відчуттям власної вартості та позитивною поведінкою**

Існує тісний зв'язок між відчуттям власної вартості та поведінкою дітей. Коли ми зміцнюємо позитивну поведінку, то зміцнюємо також відчуття власної гідності. Думаючи про себе позитивно, діти вчать, вони впевнені в собі, стають відважними та вирішують проблеми. Хороший образ самого себе дозволяє дитині взяти максимальну користь з кожного методу впровадження дисципліни.

Формування відчуття власної вартості становить фундамент впровадження дитині дисципліни. Ми не можемо говорити про дисципліну, якщо спершу ми не визначимо, які взаємовідносини у нас з дитиною, а також як ці взаємовідносини впливають на самооцінку дитини.

**Отже, якщо покарання викликає зменшення відчуття власної вартості, то покаранням є також не тільки побиття, але і психічне насилля, в тому числі критика, звинувачення, видача наказів, суб'єктивні рішення тощо.**

**Нагороди, похвали, особливий дар заохочення**

Щодня діти створюють нам багато нагод до полегшення їхнього розвитку та формування відчуття власної вартості. Ви напевне навіть не подумали про любов та зацікавлення дитиною як про методи впровадження дисципліни. Швидкі обійми, повний любові погляд, радісна усмішка, яка говорить «Як я рада, бо ти є» – без сумнівів є частиною ваших щоденних контактів з дитиною.

Ці жести та поведінка є дуже потрібними, коли ми хочемо регулювати поведінку дитини. Особливо це стосується «проблемних» дітей. Якщо дану дитину вже хтось класифікував як «проблемну», то більше часу присвячується проблемам, ніж розбудові сильних сторін дитини. В результаті вихователі легко потрапляють в пастку такого зосередження на поганій поведінці, а таким чином втрачають безцінні моменти для того, щоб по-



**Навчально-методичний посібник** 

---

---

мітити позитивну поведінку.

Одного дня двоє мам розмовляли, нарікаючи на напади злості своїх дітей, поблизу каси у продуктовому магазині. Обидві визнали, що врешті решт піддаються та купують своїм дітям солодощі. На це третя мама спитала: «А чи ви даєте дітям солодощі тоді, коли у них немає нападу злості?» Завжди є нагода помітити позитивну поведінку – **немає дитини, яка б постійно поводи́ла себе погано**.

«Зловити» дитину тоді, коли вона слухняна набагато важливіше, ніж упіймати її на негативній поведінці.

#### **Види похвал:**

**Похвала вербальна** – коли ми просто говоримо, що ми задоволені.

**Похвала невербальна** включає жести – усмішка, кивок головою, моргання тощо.

**Фізична похвала** – обійми, поцілунок, дотик до руки, плеча, піднесений великий палець.

**Поділитись позитивними почуттям** – сказати дитині про те, що вона зробила так, що ми себе добре відчуваємо, але також сказати їй, що ми її любимо і вона нам небайдужа.

Коли ми говоримо про **нагороди**, ми не маємо на увазі техніку модифікації поведінки, яку б застосував психолог-біхевіорист. Йдеться про вираження нашого схвалення певної поведінки чи вчинків. Причому нагорода має тут широке значення – не тільки конкретні, відчутні нагороди.

Нагороди – це звичайні позитивні реакції на позитивну поведінку. Так само як при похвалах, ви напевне навіть не подумали про нагороди як про спосіб впровадження дисципліни.

**Відчутні нагороди** – можливо те, що перше приходить нам на думку, коли йдеться про нагороди. Помітними нагородами можуть бути гроші чи іграшка. Нагорода повинна бути малою, це вияв нашого «схвалення», прихильності. Діти не повинні отримувати великих та коштовних подарунків або великих сум. Але також не завжди повинні отримувати видимі нагороди. Адже ми

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу** не хочемо їх переконати в тому, що вони повинні бути чемними, щоб отримати подарунок. Насправді найбільшою вартістю відчутної нагороди є супроводжуюча її похвала (вербальна, обійми).

Відчутні нагороди повинні мати зв'язок з поведінкою, яку ми вирізняємо. Наприклад, коли дитина тривалий час зберігає порядок у своїй кімнаті, то можна їй дозволити повісити плакат на стіні, або ж вибрати якусь картинку у кімнату.

**Привілеї** є нагородою, яка дозволяє дитині відчути більше свободи та можливостей. Привілеї можуть включати пізніший нічний час, додатковий час на ігри, дозвіл вживати чи позичити якусь вартісну річ. І знову, найкраще пов'язати привілеї зі схваленою нами поведінкою, наприклад, впродовж тривалого часу в шафі зберігається порядок, то ж дитина має можливість сама вибрати одяг. Так ми говоримо дитині «Ти вже досить дорослий, щоб дбати про себе, тож ти достатньо дорослий для того, щоб самому собі вибрати те, у що вдягнешся.»

**Збільшення відповідальності** схоже до признання привілеїв. Щоб нагородити дитину за дотримання порядку в кімнаті, ми можемо довірити їй відповідальність за прибирання цілої кімнати. Незважаючи на те, що це робота, то це говорить йому «ти в стані з цим впоратися. Ти не потребуєш того, щоб я крутилася під твоїм носом».

**Заохочення розвивати зацікавлення та таланти** – це насправді підтримка дитини в пошуку зацікавлень. Важливо, щоб нагороджувати дитину за зацікавлення, прагнення та зусилля. Якщо дитина любить спорт, підтримуймо її прагнення брати участь у спортивних змаганнях. Нагороджуймо її зусилля, записуючи її у спортивний гурток та шукаючи потрібні знаряддя. Дитину, яка любить читати, нагороджуймо спільним походом в бібліотеку. Але треба добре пам'ятати, що ми нагороджуємо дитину за вирази зацікавлення, участь та зусилля (а не саме виконання, здібності чи вміння).

**Похвали та нагороди** – це чудові методи зміцнення позитив-

**Навчально-методичний посібник**

ної поведінки. Але варто задуматись над способом їх використання. Зловживання ними може вчити дітей, що їх вартість залежить від думки інших. Або, що дитина може поводити себе добре тільки тоді, коли знає, що отримає нагороду. Клопіт, пов'язаний з нагородами та похвалами такий, що вони в основному належать до зовнішніх способів мотивування чи впливу на поведінку.

Додатковий метод: заохочення, яке можливо ви схочете використати замість (або одночасно) з похвалами та нагородами.

**Заохочення** – це черговий спосіб підтримки позитивної поведінки, а деякі навіть твердять, що більш результативний, ніж похвала та нагорода. Заохочення виражає незавищені очікування (крок за кроком), а також приймає як успіхи, так і помилки дитини.

**Похвала** – це вид нагороди. Базується на суперництві; отримує її переможець та найкращий. Заохочення натомість є за зусилля та поступ, навіть незначний. На відміну від похвали його можна використовувати тоді, коли дитина перебуває в депресії.

Зневірені діти, які рідко досягають успіху, рідко можуть поводити себе так, щоб справити приємність дорослим, а тому їх рідко хвалять. Однак, якщо їм трапиться отримати похвалу чи нагороду, то на здивування оточуючих їх поведінка погіршується. Є на це два пояснення:

- Деякі діти відчувають себе недостойними похвали і відчувають потребу показати наскільки вони недостойні цього;
- Дитина може боятися, що вдруге її не похвалять. «Яким чудом я можу це повторити? Краще взагалі не старатися».

Інші діти можуть погано реагувати на похвали та нагороди, адже розуміють їх як спосіб контролю їх поведінки. Вони можуть погано себе поводити відразу після нагороди, для того, щоб показати, що їх не переконали. З огляду на ці причини, напевне в цих ситуаціях вихователь повинен в більшій мірі базуватись на заохоченні як способі зміцнення позитивної поведінки.

### **Правила, що стосуються заохочень та похвал:**

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**

### ***Сконцентруйтеся на внутрішній оцінці – не на зовнішній.***

*«Ти, напевне, дуже гордишся.»*

*«Як ти вважаєш, як ти собі порадиш?»*

*«Як думаєш, що ти можеш зробити, щоб бути ще більш задоволеним собою?»*

*(а не «Я так горджуся тобою».)*

### ***Сконцентруйтеся на вкладених силах та на зусиллях – не на вартісних оцінках.***

*«Я дійсно дуже ціню твою допомогу.»*

*«Твоя важка робота допомогла цілій сім'ї.»*

*«Коли ти робиш \_\_\_\_\_, то це дуже полегшує мені роботу.»*

*(а не «Який ти хороший хлопчик!» чи «Ти зробив кусок хорошої роботи!»)*

### ***Сконцентруйся на намаганнях та позитивних змінах – не на перемозі та суперництві.***

*«Ти так важко тренувався.»*

*«Я бачу, що ти робиш поступ.»*

*«Гра в команді вимагає від тебе багато роботи та жертв.»*

*(а не «Я так горджуся тим, що ти виграв!» чи «Ти такий хороший баскетболіст!»)*

### **Вправа 8. Що я говорю?**

Дворічний Олежик сам вбрався в футболку своєї сестри, штани задом наперед, без шкарпеток, а взуття навпаки. Ви говорите:

---

---

---

---

---

Команда Малої Ліги здобула перемогу в чемпіонаті, Андрій

**Навчально-методичний посібник**  
забив вирішальний гол. Ви говорите:

---

---

---

---

---

Аня нарікає, що домашнє завдання з математики є для неї надто важким. Ви говорите:

---

---

---

---

---

Таня запізнилась з домашнім завданням і дістала двійку. Це було перше домашнє завдання, яке вона виконала в цьому році. Ви говорите:

---

---

---

---

---

**Заохочення є одним з найцінніших дарів для вашої дитини.**

### **Не ігноруй ігнорування!**

Тренери зараз запитують, яку поведінку ви можете проігнорувати. Подумайте над цим декілька хвилин у менших групах.

Чим власне є ігнорування?

Ігнорування даної поведінки – це просто вдавання того, що її нема. Вихователь не звертає на це уваги, не говорить ані не відповідає дитині, поки вона не перестане себе погано поводити.

### **Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу**

Загалом є два способи зміцнення позитивної поведінки. Один з них – це помітити її та заохотити до подібної поведінки. Ми вже говорили про похвали, нагороди та заохочення як засоби досягнення мети. Другий спосіб – цілком відмінний – не помічаємо та не заохочуємо до поведінки, яка є негативною.

Ігнорування є особливо дієвим, коли погана поведінка була викликана бажанням звернути на себе увагу. Така поведінка триватиме стільки, скільки дорослий буде на неї реагувати. Ігнорування – це брак реакції, а отже не заохочує до негативної поведінки.

**Ігнорування** має декілька переваг:

Ігнорування переносить відповідальність за поведінку на дитину. Так, дорослий не має контролю над ситуацією. Дитина повинна вирішити.

Ігнорування дає дитині час на роздуми. Наприклад, накази примушують дитину до негайної реакції, бо інакше її будуть вважати неслухняною.

Ігнорування дозволяє дитині зберегти гідність. Нема конфронтації, нема переможених та переможців. Якщо дитина схоче змінити поведінку, то зробить це з власної волі.

Незважаючи на те, що це дуже дієвий спосіб, ігнорування не так часто застосовують. Як причина цього?

- Ігнорування є нелегким. Ми направлені на швидку реакцію за невідповідну поведінку. В нас може виникнути відчуття, що ми виражаємо нашу згоду на негативну поведінку.
- Ігнорування не завжди приносить швидкі результати. Деколи це може довго тривати, перш ніж поведінка зміниться, треба бути витривалим в ігноруванні.
- Інші дорослі або діти в сім'ї (оточенні) можуть звертати увагу на цю поведінку і тим самим зводити нанівець наші зусилля.

Ігнорування є значно важчим, ніж могло б нам здаватися. Його варто застосовувати послідовно і немає ніяких гарантованих швидких результатів.

Коли ігнорування не було б відповідним?

- Коли поведінка може скривдити дитину або інших.
- Коли поведінка загрожує речам чи предметам.
- Коли має місце поведінка, не пов'язана з бажанням звернути на себе увагу. Наприклад, ігноруючи ситуацію, коли дитина смоче палець, її від цього відвчити не вдасться. Дитина смоче палець, бо їй це приємно або ж забезпечує внутрішню потребу у безпеці. Ігнорування не впливає на мотивацію дитини.

#### **Правила ігнорування:**

Є певні правила ігнорування. По-перше **не звертайте найменшої уваги, коли дитина невідповідно поводить себе**. Це не стосується виключно слів. Не нав'язуйте зорового контакту, жодним іншим способом не помічайте дитину. По-друге, **будьте послідовними**. Якщо одного разу ігноруватимете, а на наступний звертатимете увагу, поведінка стане більш інтенсивною. Дитина прийде до висновку, що вона повинна ще гірше поводитися, аби звернути на себе увагу. Однак варто сподіватися збільшення інтенсивності поведінки перед тим, як вона почне спрямовуватися. Дитина буде перевіряти чи добре вона розуміє ситуацію. По-третє, **негайно відмітьте, коли погана поведінка припиниться**. Ігнорування завжди слід поєднувати з підтримкою та заохоченнями до позитивних змін.

#### **Вправа 9. Приклади реакції на невідповідну поведінку**

Під час цього завдання у вас буде нагода використати набуті під час цієї сесії знання.

##### **Мала дитина кидається на підлогу, копає та кричить.**

Ігноруйте поведінку, стоячи тихо біля дитини і зачекайте, доки вона припинить це робити. Поки дитина не відновить контроль, не пробуйте пояснювати, вчити, критикувати чи обговорювати поведінку. Подивіться, чи дитині нічого не загрожує. Деяким дітям під час нападів злості помагає, коли їх беруть за руки та втішають.

Зверніть увагу на те, що можливо викликає злість дитини та заплануйте зміни в оточенні. Коли дитина вже заспокоїться, спитайте, чи хотіла б вона навчитися способів зменшення злості. Навчіть її як можна сказати про свої почуття, не виражаючи їх через емоційну поведінку. Спитайте дитину, що вона б хотіла робити, коли в неї «напад злості». Наприклад: «Чи хочеш, щоб я тебе пригорнула, чи може хочеш, щоб я почекала, доки закінчиш?». Використовуйте вербальні та невербальні похвали, щоб показати своє схвалення, коли дитині вдасться опанувати злість. Наприклад, «мабуть, ти гордишся собою.»

##### **Діти не хочуть йти спати, коли їх про це просити.**

Введіть зміни в оточення (заспокоєння). Обмежте дії, які збуджують дітей та постарайтеся, щоб у них були умови розслабитися. Введіть зміни в оточення (збагачення). Якщо дитина боїться темноти, включіть маленьку лампу, дайте улюблену іграшку тощо. Визначте правила і виразіть свої очікування по відношенню до процесів спати, миття, пиття води, туалету, казок на добраніч, виключеного світла тощо. Застосуйте логічні наслідки. Наприклад, «Ти можеш зараз заспокоїтись і йти спати, або завтра рано встанеш на пів години швидше».

Приймайте правила, що стосуються спання впродовж дня або під час сімейних зустрічей.

**Після повернення з 6-річною дівчинкою з магазину, ви помічаєте, що її кишені повні цукерок, яких ви їй не купували.**

Не називай дитини злодієм.

Використовуйте повідомлення «я» для того, щоб виразити свої почуття щодо цієї поведінки та її наслідків для інших людей. Наприклад, «мене дуже непокоїть те, що ти береш щось і не платиш за це». Поясніть, що крадіжка впливає на довіру, а також наскільки людям важко жити разом без взаємної довіри. Вивчіть разом з дитиною причини крадіжки, використовуючи рефлексії в слуханні та різні питання, які б заохочували дитину поділитися своїми почуттями та визначити свої потреби. Не пробуйте зло-

**Навчально-методичний посібник**

вити дитину в пастку, питаючи «Ти вкрала цукерки?» Скажіть їй, що знаєте, що вона вкрала цукерки. Спитайте «Як ти себе почувала, коли вкрала цукерки?»

Задавайте питання, стараючись не перестрашити дитину. Наприклад, «Як може почувати себе власник магазину, коли його обкрадають люди?» або «Як ти думаєш, скільки йому треба буде продати, щоб відробити втрати на вкрадених цукерках?»

Допоможіть дитині знайти спосіб зрозуміти те, що вона хоче досягнути від крадіжки. Переконайтеся, чи дитині вистачає кишенькових грошей (щоб мала на видатки). Йдіть з дитиною, коли вона віддаватиме крадений товар у магазин. Пояснюйте правові наслідки крадіжки. Підкресліть принципи щодо крадіжок.

#### **9-річний хлопчик є дуже несміливим.**

Не приклеюйте дитині ярлика несміливої, не пояснюйте іншим, що вона несмілива, якщо вона не хоче про це розмовляти. Уважно слухайте дитину, показуючи, що розумієте, наскільки дитині може бути важко в ситуації, коли вона себе некомфортно відчуває. Запитуйте спокійно та без залякувань, щоб дитина могла себе комфортно почувати у товаристві інших осіб. Заплануйте майбутнє, щоб уникнути клопотів.

- Не примушуйте дитину до ситуацій, до яких вона не готова;
- Допоможіть дитині знайти способи, які б допомогли їй краще себе почувати;
- Хваліть, заохочуйте та зміцнюйте позитивну поведінку;
- Не критикуйте дитину;
- Не дозволяйте, щоб несміливість дитини виправдовувалася униканням таких обов'язків, як, наприклад, школа.

**10-11-річні хлопці постійно борються за позиції та стараються звернути вашу увагу, принижуючи один одного.**

Забезпечте їм безумовну любов та опіку.

Не підкреслюйте суперництва та уникайте порівнянь чи оцінки. Підкреслюйте роль роботи в групі та співпраці. Ігноруйте їхню поведінку, яка має на меті звернути вашу увагу, помічайте їх зусилля спільно виконувати певні завдання. Помічайте

**Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу** та оцінюйте неповторність кожної дитини. Хваліть словесно та невербально дітей, щоб вони знали, що вони особливі. Сконцентруйтеся на зусиллях, а не на перемогах та суперництві. Говоріть: «Перебування в команді вимагає багатьох зусиль та жертв» замість «Я так горджуся, що ви виграли». Заплануйте час для кожної дитини окремо.

**12-річний хлопець легко нервує, кидає предметами, зачіпає молодших дітей, кричить та свариться з вами, якщо щось відбувається не за його задумом.**

Скажіть йому, що в нього є право відчувати злість, але ви не дозволите йому кривдити інших чи нищити предмети. Використайте «час на роздуми» для того, щоб хлопець міг відновити контроль над своєю поведінкою. Визначте правила, що стосуються недозволених способів поведінки. Введіть наслідки (наприклад, відшкодування, обмежене використання чогось тощо). Використовуйте прохання, пізніше накази. Придумайте з дитиною інші способи опанування злості. Дайте приклад дієвих та безпечних способів вираження злості, розчарування, розпачу. Визначте ситуації, коли дитина звичайно виражає злість та заплануйте, як до цього бути готовим та як реагувати на такі ситуації.

**14-річна дівчина позичає ваші ручки та залишає їх вдома в подруги.**

Використайте повідомлення «я», щоб виразити свої почуття. Наприклад, «Мене непокоїть те, що ти не повертаєш моїх ручок, бо власне тепер вони мені потрібні».

Використовуй наслідки: ви не позичатимете своїх ручок, або ж вона повинна негайно їх принести. Не називайте дівчину нехлюйкою, адже це буде пізніше її виправданням та збільшить кількість її забувань. Навчіть її того, що таке право власності. Не позичайте чужих речей без питання на дозвіл. Визначте чіткі та зрозумілі, реальні правила позичання чужих речей.

**Дитина дуже переживає через погану оцінку за твір.**

Підтвердьте почуття дитини. Наприклад, «Мені здається, ти

**Навчально-методичний посібник** =====  
дуже переживаєш через цю оцінку за твір».

Вивчіть інші можливості, запитуючи дитину, що вона може зробити, коли буде наступне завдання написати твір.

Говоріть так, щоб додати дитині віри у власні сили, сконцентруйтеся на зусиллях та поступі. Виразіть свої очікування, що стосуються шкільних обов'язків дівчинки. Введіть зміни в оточення (в організацію, збагатіть оточення або ж злагодьте залежно від причини поганої оцінки).

**8-річна дитина часто бреше, кажучи, що прибрала в своїй кімнаті.**

Не задавайте питань у стилі «Чи ти прибрала в кімнаті?», коли і так знаєш, що це неправда.

Не називайте її брехункою. Використовуйте повідомлення «я» для того, щоб виразити своє почуття стосовно її поведінки та звернути увагу на її поведінку. Вкладайте енергію, шукаючи способи рішень, а не звинувачень. Говоріть, наприклад, «Що би ти хотіла зробити, щоб в тебе в кімнаті було чисто? Я бачила, що ти не прибрала. Що ми можемо з цим зробити?» Виразіть своє схвалення, коли дитина скаже правду. Дайте приклад порядності. Поясніть, як брехня впливає на взаємну довіру і як важко людям жити разом, якщо вони собі не можуть довіряти.

**Дитина «розпускає до язик» і критикує вас.**

Ігноруйте цю поведінку. Використайте повідомлення «я». Використайте логічні наслідки. Наприклад, «поки ти не будеш говорити до мене з повагою, я не буду тебе слухати». Поедняйте рефлексійне слухання, повідомлення «я» та пошук нових можливостей. Наприклад, «Мені здається, що ти нервуєш. Мені дуже прикро, що ти так до мене говориш. Що ми можемо з цим зробити?» Використайте час на роздуми. Наприклад, «Мені здається, що нам обом треба трохи часу, щоб заспокоїтись. Давай поговоримо пізніше, якщо ти будеш ставитись до мене з повагою.»

**10-річний хлопець втішає дитину, яка перестрашилась пса.**

Похваліть дитину. Наприклад, «Це було дуже відважно і по-

===== **Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу** казало, як сильно ти дбаєш про молодших дітей.» Виразіть свій подив, наприклад, «Я справді ціную те, що ти йому/їй допоміг.»

**7-річний хлопець є дуже боязливим. Бойться темноти, а на саму думку, що йому треба буду зробити щось нове, втрачає контроль при будь-якій зміні щоденної рутини.**

Підтвердьте почуття дитини. Не мінімалізуйте, не оцінюйте та не заперечуйте її побоювань. Вивчіть з дитиною способи реагування в ситуаціях, які його наповнюють страхом. Введіть зміни в оточення, щоб воно не було для дитини страшним, щоб вона могла його контролювати. Заохочуйте та підтримуйте дитину, коли вона пробує впоратись з якоюсь важкою ситуацією. Розмовляйте з дитиною попередньо про зміни, які можуть відбуватися, щоб передбачити її почуття та випрацювати стратегію поведінки.

**Опіка над дітьми, які проявляють екстремальну чи нетипову поведінку.**

Деколи наслідком дитячої травми є емоційні та поведінкові відхилення. Інші поведінкові відхилення, такі як ADHD (**attention deficit hyperactivity disorder**) є вродженими, або ж виникають внаслідок невідповідного середовища. Багато дітей з сімей, що перебувають у кризі, мають значні емоційні та поведінкові відхилення. Більшість з нас емоційно реагує в напружених ситуаціях. Тому важко визначити, коли поведінка нормальна перетворюється в емоційне чи поведінкове відхилення. Одним зі способів розпізнання таких відхилень є уявлення перебільшених ситуацій, надто тривалих чи невідповідних до даної ситуації чи етапу розвитку дитини. Наприклад:

- Це нормально, коли ти злостишся, якщо хтось тебе обзиває (втрата відчуття гідності). Натомість укладення планів, як скривдити когось за прозвище не є нормальною поведінкою.
- 2-річні діти часом кидаються на підлогу під час атаки злості – немає в цьому нічого надзвичайного. Але якщо би так поведився підліток, то це б було щонайменше дивно.

#### Навчально-методичний посібник

- Паніка та втеча від пожежі є нормальним, але коли хтось панікує та втікає зі справного ліфту – це ненормально.
- Плач під час похоронів є нормальним, але не щоденний плач впродовж останніх декількох місяців.
- Немовлята мочаться в ліжку (на це також є пелюшки), але підлітки не повинні так робити (хіба, що у них є якась причина, викликана хворобою).
- Деколи ми говоримо і немає в цьому нічого поганого. Натомість, коли хтось чує голоси і реагує на них, то це можна визнати ненормальним.

Якщо в дитини, яка перебуває під вашою опікою, спостерігаються емоційні відхилення, то це не означає, що у вас немає батьківських вмінь. Прохання допомогти є виразом вашої турботи та відповідальності. Діти, влаштовані в будинки для дітей, дуже часто відчувають себе в небезпеці, тому що:

- Перед тим, як прийшли в будинок для дітей, можливо:
  - жили серед насилля, або ж були занедбані;
  - перебували в середовищі, де зловживали алкоголем та наркотиками;
  - вели нерегулярний спосіб життя;
  - найчастіше їли холодну їжу або дешеві харчі з барів;
  - рідко відвідували лікаря та стоматолога;
  - брали участь у небезпечних іграх;
  - легко піддавалися впливові ровесників.
- Після розміщення в будинку для дітей дитина може:
  - мати недиагностовані проблеми зі здоров'ям;
  - мати важкі залежності;
  - не знати своєї історії здоров'я;
  - не мати поняття про здоровий спосіб життя;
  - не приймати здорового способу життя;
  - перебувати під подальшим впливом давнього середовища.
- Піддалися, коли:
  - не вбачають сенсу в навчанні;

#### Виховання дисциплінованості дітей у закладах інтернатного типу

- надалі перебувають під впливом давніх знайомств;
- далі відчувають себе нічого невартими;
- Після розміщення в сім'ї можуть:
  - відчувати постійний біль після попереднього відторгнення;
  - мати труднощі з довірою;
  - мати занижену самооцінку;
  - мати відчуття провини;
  - потребувати терапії для того, щоб впоратись, наприклад, з наслідками сексуального насилля.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Докторович М.О. Система виховної роботи в дитячих будинках та інтернатних установах. Навчальний посібник. / М.О. Докторович. – 2-ге вид., переробл. і доповн. – К. : Ленвіт, 2012. – 174 с.
2. Корекційно-розвивальна робота з вихованцями шкіл-інтернатів : методичний посібник / Упоряд. : Л. М. Михайлова, О. М.Цехмістер ; За заг. ред. Л. М. Михайлової. – Луґанськ : СПД Резніков В.С., 2010. – 195 с.
3. Организация и планирование воспитательной работы в специальной (коррекционной) школе-интернате, детском доме : пособие для воспитателей и учителей / Е. Д. Худенко [и др.]. – 5-е изд., испр. и доп. – М. : АРКТИ, 2010. – 312 с.
4. Роготнева А. В. Организация воспитательной работы в детских домах и интернатных учреждениях : пособие для педагогов / А. В. Роготнева. – М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. – 271 с.
5. ABC pomysłowych rodziców / Barbara Briddock ; przeł. [z ang.] Marzena Czubak. – Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 1998. – 231 s.
6. Beil, Brigitte. Dziecko grzeczne i niegrzeczne : dlaczego dziecku potrzebne sa wartosci? / Brigitte Beil. – Warszawa : Pax, 2000. – 255, [1] s.
7. Bettelheim, Bruno : Wystarczająco dobrzy rodzice : jak wychowywać 45. dziecko / Bruno Bettelheim. – Poznań : „Rebis”, 2005. – 381, [2] s.
8. Biddulph, Steve Sekrety szczęśliwego dzieciństwa / Biddulph Steve. – Poznań : „Rebis”, 1999. – 176 s.
9. Coles, Robert. : Inteligencja moralnadzieci / Robert Coles ; przeł. [z ang.] DorotaGaul i Michał Machowski. – Wyd. 1, dodr. –Poznań : Rebis, 2004. – 244 s.

10. Dziecko w świecie współczesnym / pod red. nauk. Bożeny Muchackiej i Krzysztofa Kraszewskiego. – Kraków : „Impuls”, 2008. – 319 s.
11. Elias, Maurice J. : Dziecko emocjonalnie inteligentne / Maurice J. Elias, Steven E. Tobias, Brian S. Friedlander ; [ze wstępem Daniela Golemana] ; z ang. przeł. Przemysław Szulgit. – Poznań : Moderski i S-ka, 1998. – 287 s.
12. Faber, Adele : Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały : jak słuchać, żebydzieci do nas mówiły / Adele Faber, Elaine Mazlish. – Poznań : „Media Rodzina”, 1992. – 248 s.
13. Feston, Chapman Denise : Co dzień mądrzejsze : 365 gier i zabaw kształtujących charakter, wrażliwość i inteligencję emocjonalną dziecka / Denise Chapman Feston, Mark S. Feston. – Warszawa : Prószyński i S-ka, 1998. – 353 s.
14. Gordon, Thomas : Wychowanie bez porażek : rozwiązywanie konfliktów między rodzicami a dziećmi / Thomas Gordon. – Warszawa : Pax, 2006. – 311, [5] s.
15. Górniewicz, Józef Henryk : Teoria wychowania : (wybrane problemy) / Józef Górniewicz. – Wyd. 5. – Olsztyn : Olsztyńska Szkoła Wyższa im. Józefa Rusieckiego, 2005. – 187 s.
16. Herbert, Martin : Co wolno dziecku : [rozsądne ustalanie granic] / Martin Herbert. – Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2008. – 77, [1] s.
17. Herman, Judith Lewis : Przemoc : uraz psychiczny i powrót do równowagi / Judith Lewis Herman ; przekł. [ z j. ang.] Anna Kacmajor, Magdalena Kacmajor. – Wyd. 2. – Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2003. – 279 s.
18. Jak sobie radzić z niechcianymi uczuciami : poradnik dla nauczycieli i wychowawców / pod red. Ireny Obuchowskiej. – Poznań : «Media Rodzina», 2001. – 323 s.
19. Julian Elliott Dzieci i młodzież w kłopotcie : poradnik nie tylko dla psychologów / Julian Elliott, Maurice Place. – Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2000. – 239 s.



20. Korzeniewska, Justyna : Rozmowy z dzieckiem : proste odpowiedzi na trudne pytania / Justyna Korzeniewska ; [il. Paweł Osial]. – Warszawa : Wydaw. RM, 2009. – 95 s.
21. Leite, John Sherwood : Wychowanie skuteczne : 10 przykazań dla rodziców / John S. Leite, J. Kip Parrish; przeł. [z ang.] Iwona Oleksiuk. – Wyd. 2. – Warszawa : WSiP, 1997 (Kiel.: «Poligrafia»). – 195 s.
22. Mac Kenzie, Robert J. : Kiedy pozwolić? Kiedy zabronić? : jasne reguły pomagają wychowywać / Robert Mac Kenzie. – Wyd. 3. – Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2008. – 340 s.
23. Marzec, Helena : Funkcje opiekuńczo-wychowawcze rodzin bezrobotnych / Helena Marzec. – Piotrków Trybunalski : Wydawnictwo Filii Kieleckiej WSP, 1999. – 302 s.
24. Nelsen, Jane : Pozytywna dyscyplina / Jane Nelsen. – Poznań : Rebis, 2000. – 262 s.
25. Nowotka, Małgorzata : „Wychowanie bez granic” we współczesnej rodzinie / Małgorzata Nowotka // „Nowa Szkoła”. – 2007, nr 9, s. 7-12.
26. Pedagogika alternatywna : postulaty, projekty i kontynuacje. T. 1, Teoretyczne konteksty alternatyw edukacyjnych i wychowawczych / pod red. nauk. Bogusława Śliwerskiego. – Kraków : „Impuls”, 2007. – 378 s.
27. Seligman, Martin : Optymistyczne dziecko / Martin E. P Seligman ; [współaut.] Karen Reivich ; [i in.] ; przeł. [z ang.] Andrzej Jankowski. – Poznań : Media Rodzina, 1997. – 387 s.
28. Środowiska opiekuńczo-wychowawcze / pod red. Barbary Wojciechowskiej-Charlak ; [aut. Agnieszka Buchner-Micek et al.]. – Kielce : Wydawnictwo Uczelniane Wszechnicy Świętokrzyskiej, 2002. – 197 s.
29. Steede, Kevin : 10 [Dziesięć] błędów popełnianych przez dobrych rodziców / Kevin Steede ; przekł. [z ang.] Aneta Fita. - Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2000. – 150 s.

30. Stewart, Jan : Jak sobie radzić ze złością : treningi dla nastolatków : scenariusze lekcji i karty pracy dla uczniów / Jan Stewart ; [il. Michael V. Prochazka et al. ; tł. Adrian Gnatek et al.]. – Warszawa : «Fraszka Edukacyjna», 2007. – 112 s.
31. Sz wajkowska, Elżbieta : Nasze emocje / Elżbieta Sz wajkowska, Witold Sz wajkowski. – Gdańsk : Wydawnictwo Harmonia, 2012. – 64 s.
32. Woititz Janet G. : Jak stworzyć dziecku wymarzone dzieciństwo : i uniknąć błędów naszych rodziców / przeł. [z ang.] Mirosław Przyłipiak. – Wyd. [3]. – Gdańsk : Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2001. – 169 s.
33. Zrozumieć nastolatka / Jonathan Bradley [et al.] ; z ang. przeł. Hanna Jankowska, Anna Tanalska-Dulęba. Warszawa : Świat Książki - Bertelsmann Media, 1997. – 219, [1] s.







# ВИХОВАННЯ ДИСЦИПЛІНОВАНОСТІ ДІТЕЙ У ЗАКЛАДАХ ІНТЕРНАТНОГО ТИПУ

---

---

Навчально-методичний посібник  
з вивчення навчальної дисципліни  
«Організація життєдіяльності дітей  
в умовах закладів інтернатного типу»  
для студентів педагогічного факультету

**Укладач: Бахмат, Наталія Валеріївна**

2-ге видання, перероблене і доповнене

Підписано до друку 4.02.2014.  
Формат 64x84 1/16. Гарнітура Times.  
Умов. друк. арк. 4,18. Друк офсетний. Папір офсетний.  
Зам. №1551. Наклад \_\_\_ прим.

ПП Буйницький О.А.  
32300, Хмельницька обл., м. Кам'янець-Подільський,  
вул. Лесі Українки, 31, тел. (03849) 3-63-54  
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру  
від 28.04.2006 р. серія ДК №2477