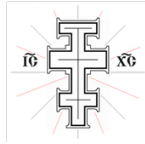


НАСТАВНИЦТВО

КРОК ЗА КРОКОМ

Посібник для небайдужих дорослих

КИЇВ • 2014



Видання здійснене
ВІДДІЛОМ СОЦІАЛЬНИХ ПИТАНЬ ПАТРІАРШОЇ КУРІЇ УГКЦ
ЗА ПІДТРИМКИ БЛАГОДІЙНОГО ФОНДУ «РЕНОВАБІС»

Видання третє, доповнене. Наклад 1000 прим.

Упорядник: о. Андрій Нагірняк, керівник Відділу соціальних питань Патріаршої Курії УГКЦ. social.ugcc.org.ua

Препрес «Друкарські куншти»

Даний посібник розроблено Проектом Наставництва ОДНА НАДІЯ спільно зі Службою у справах дітей м.Києва та за підтримки Альянсу «Україна без сиріт» для допомоги всім бажаючим здійснювати якісне наставництво молоді.

Автор ідеї: П. Гладченко, Р. Малюта

Автори-укладачі: О.Смаль, І.Сацюк, В. Андросова, Т. Дорош, А. Калібаба, Т. Коваль, В.Пилипенко, О. Савченкова та ін.

Особливу вдячність висловлюємо всім координаторам та наставникам Програми Наставництва в м. Києві за надання практичного матеріалу, а також за дозвіл використовувати реальні приклади та історії наставницьких стосунків.

Дизайн і верстка: В. Наконечний

Наставництво крок за кроком. Посібник для небайдужих дорослих

Всі імена героїв історій, які подані в посібнику, є зміненими з метою дотримання конфіденційності учасників Програми Наставництва. Матеріал даної книги можна вільно використовувати для популяризації ідеї наставництва, з обов'язковим посиленням на першоджерело. Заборонено використовувати матеріали з метою отримання прибутку.

© Проект Наставництва ОДНА НАДІЯ, 2014 р.

СІМ СПОСОБІВ ДОПОМОГИ ДІТЯМ-СИРОТАМ

Кожна людина, незалежно від віку, професії, фінансового положення чи стану здоров'я, може допомогти обездоленій дитині та зробити свій внесок у те, щоб Україна стала країною без сиріт. Нижче описано сім основних способів допомоги дітям-сиротам, аби Ви могли обрати той, який Вам найбільше підходить. Із моменту, коли Ви приймете рішення допомогти дитині-сироті, Ваше життя зміниться назавжди.

1 МОЛІТЬСЯ ЗА ДІТЕЙ

Зміни у житті дітей-сиріт із Божою допомогою обов'язково стануться, якщо за них будуть цілеспрямовано молитися віруючі люди. **Ви можете молитися загалом за дітей-сиріт** України або дітей певного регіону. Це унікальна можливість послужити навіть тим

дітям, яких Ви ніколи не бачили. **Але ще більш важливою є молитва за конкретних дітей**, з якими Ви знайомі, або просто маєте їх фотографію. Нехай молитва за таку дитину стане невід'ємною частиною Вашого молитовного часу.

2 ГОВОРІТЬ НА ЗАХИСТ ДІТЕЙ

Усе починається зі слова. **Розповідайте** іншим **про ситуацію** з дітьми-сиротами та їхні **потреби**. Покажіть, які **шляхи допомоги** дітям є найбільш ефективними та поділіться успішними історіями усинювання. Розповсюджуйте інформацію про служіння та організації,

які працюють із дітьми. Якщо не була б Ваша професія, Ви можете стати адвокатом дітей-сиріт. Завдяки Вам бачення служіння дітям «Україна без сиріт» буде поширюватися по всій країні та за її межами.

3 ПІДТРИМАЙТЕ ФІНАНСАМИ СЛУЖІННЯ ДІТЯМ

По жертвування – це практична дія, яка під силу кожному, незалежно від його фінансового становища. А куди саме жертвувати? **Допоможіть фінансами сім'ї**, яка прийняла у свій дім дитину-сироту. **Підтримайте коштами служіння** дітям, яке є у Вашій Церкві

і/або організацію, котрій можна довіряти та у діяльності якої є гарні результати. Важко переоцінити важливість регулярної підтримки, навіть, якщо мова йде про порівняно невелику суму грошей. Ваша «лепта» має значення!

4 СТАНЬТЕ ВОЛОНТЕРОМ У СЛУЖІННІ ДІТЯМ

У кожного з нас є таланти, уміння, досвід та можливості, якими ми можемо допомагати знедоленим дітям. **Відвідайте дітей** у дитячому будинку, пограйтеся і поспілкуйтеся з ними. Додолучіться в якості волонтера до існуючого служіння або організації, чи навіть **станьте ініціатором** праці, якщо такої ще немає у Вашій Церкві чи оточенні.

Подумайте, як Ви можете послужити дітям **у межах основної діяльності**: журналіст – написати статтю, учитель – стати репетитором, юрист – надати консультацію, художник – намалювати картину і т.п.

5 СТАНЬТЕ НАСТАВНИКОМ ДЛЯ ДИТИНИ

Кожній дитині потрібна людина, якій можна було б **довіряти** і на яку можна **покластися**. Ви можете стати першою такою людиною в житті сироти, її старшим братом чи сестрою, дядьком або тіткою. **Познайомтеся та подружуйтеся з дитиною**. Моліться за неї і регу-

лярно **спілкуйтеся з нею**, діліться своїм життєвим досвідом. Якщо це можливо, **відвідайте її та беріть із собою у поїздки**, якщо ні – **листуєтеся з нею, спілкуйтеся по телефону чи за допомогою інтернету**.

6 ВІЗЬМІТЬ ДИТИНУ В СІМ'Ю НА ПЕВНИЙ ЧАС

Часто трапляються ситуації, коли потрібні батьки, які були б готові прийняти до себе дитину на деякий час. Це може бути як кілька днів або тижнів, так і не один рік. В Україні є декілька способів, якими це можна зробити: **опікунство, прийомна сім'я, дитячий**

будинок сімейного типу, а також патронатна сім'я. Це дуже велика відповідальність і нелегка праця, тому потрібно добре подумати, порадитися та пройти ґрунтовну підготовку. Часто трапляється так, що ці люди стають батьками дитині на все життя.

7 УСИНОВІТЬ ДИТИНУ

Найбільше, що можна зробити дитині-сироті – це **назавжди стати її татом або мамою**. У такому разі Ви стаєте з дитиною **рідним**, з усіма відповідними **правами та обов'язками**.

Усинювання – одне з найважливіших рішень у житті людини і з ним не можна поспішати. Моліться, щоб упевнитися,

що Ви справді можете це зробити і щоб зрозуміти, кого саме Вам потрібно усинювати. Шукайте поради та підтримки з боку рідних, друзів, спеціалістів та Церкви. І якщо Ви вирішите усинювати дитину – налаштуйтеся на найбільш неймовірну подорож Вашого життя!

НАСТАВНИЦТВО: ЦІЛІ, ФОРМИ, РЕЗУЛЬТАТИ	7
Що таке Наставництво і хто такий Наставник?.....	8
Форми і напрямки Наставництва.....	9
Ефективність та результативність Наставництва.....	10
Хто може стати Наставником?.....	11
Як можна стати Наставником?.....	13
Етапи розвитку наставницьких взаємовідносин.....	13
Духовні аспекти Наставництва.....	18
ЩО ЩЕ ВАЖЛИВО ЗНАТИ ДЛЯ УСПІШНОГО НАСТАВНИЦТВА?	21
Міфи про дітей-сиріт.....	22
Особливості спілкування з дитиною.....	25
Небезпечні теми у спілкуванні з дитиною.....	30
Запитання, які часто задаються.....	34
Ненудні ідеї для цілого року Наставництва.....	44
Історії Наставництва.....	45
Практичні поради, або Скарбничка Наставника.....	54
АНКЕТА САМООЦІНКИ МАЙБУТЬОГО НАСТАВНИКА	71
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	75
ПРОЕКТ НАСТАВНИЦТВА ДІТЕЙ-СИРИТ «ОДНА НАДІЯ»	77

Дорогий читачу!

Ця книга адресована людям, небайдужим до дітей, які волею долі залишилися без опіки своїх батьків та близьких і виховуються в державних установах, до дітей добрих, слухняних, спокійних або ж надто енергійних, – до всіх дітей.

Кожна людина потребує підтримки та допомоги зі сторони рідних і близьких. Нам важливо, щоб хтось був поряд з нами, поділяючи нашу радість чи смуток. Звичайно ж, найкращим вирішенням для таких дітей було б улаштування їх в сім'ю чи інші сімейні форми (усиновлення, прийомні сім'ї, дитячі будинки сімейного типу, опіка), що заохочується в Україні. Але, на жаль, не всі діти можуть бути туди влаштовані з багатьох причин юридичного, морального, психологічного характеру. З другого боку, не всі дорослі, які небайдужі до таких дітей, можуть стати усиновителями, опікунами чи прийомними батьками. Для того, щоб допомогти дітям, які знаходяться на вихованні в державних установах, і небайдужим дорослим, котрі хочуть передати свій досвід та знання майбутньому поколінню, громадська організація «ОДНА НАДІЯ» в 2009 році розробила Програму Наставництва, основною метою якої є підготовка до самостійного життя дітей-сиріт через наставництво.

Ця книга покликана познайомити Вас з наставництвом, як формою взаємодії з дитиною, яка виховується в державному закладі, і допомогти підготувати її до самостійного життя після виходу з інтернату, за допомогою впровадження учбових програм, розроблених з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей.

Щиро сподіваємось, що дана книга також допоможе відповісти на Ваші запитання щодо налагодження стосунків з дитиною.

Авторський колектив



Наставництво: цілі, форми, результати

Більшість з нас на певних етапах життя оточували значущі для нас люди: вчителі, тренери, керівники. Ці люди вплинули на наш вибір цінностей, життєвих принципів, вчинків... Вони були для нас прикладами для наслідування, захисниками, радниками і просто друзями. Роль же Наставника більш важлива, тому що об'єднує всі ці функції. Наставник виконує багато ролей у стосунках з дитиною, допомагаючи та підтримуючи її в пошуку індивідуальних життєвих цілей і способів їх досягнення.

ЩО ТАКЕ НАСТАВНИЦТВО І ХТО ТАКИЙ НАСТАВНИК?

Слово «наставництво» походить від англійського слова «mentor», що означає «наставник». Ментором звали героя древньогрецької міфології, який славився тим, що був мудрим порадиником, який користувався всезагальною довірою. Донедавна це слово зберігало своє значення. Саме його часто використовували політики, спортсмени, актори та інші люди для характеристики людини, яка впливала на них на різних етапах кар'єри. В нашому посібнику ми свідомо пишемо слово «Наставник» з великої літери для того, щоб підкреслити значущість цієї ролі в цілому і по відношенню Наставника до дитини.

Основною ціллю Наставництва є підготовка дитини-сироти до самостійного життя шляхом розвитку її потенціалу, впевненості у власних силах, визначення життєвих цілей, формування людських взаємовідносин, культурних, моральних, духовних цінностей.

Наставник – це турботливий дорослий друг, який стає для дитини чи підлітка значущою людиною, яка хоче і може присвячувати їй свій час, знання та сили.

ЗАВДАННЯ НАСТАВНИКА:

- ✓ Формувати емоційно вагомі, стабільні і довготривалі стосунки в житті дитини-сироти, підтримувати і розвивати позитивні цінності та культурний спадок дитини.
- ✓ Допомогати дитині розвинути свій потенціал та розкрити свої сильні сторони.
- ✓ Сприяти у визначенні дитиною (зокрема, підлітком) власних індивідуальних цілей і шляхів їх досягнення.
- ✓ Передавати досвід та знання дитині, стимулюючи її правильний життєвий вибір, підтримуючи успіхи у навчанні, підвищуючи самооцінку. Сприяти формуванню у дитини (особливо підлітка) навиків самостійного життя.

Завдяки спільному проведенню часу та іграм Наставник відкриває для вихованця нові знання та досвід, стимулює прийняття дитиною рішень щодо правильного життєвого вибору, підтримує успіхи у навчанні, тим самим підвищуючи її самооцінку.

Наставнику важливо стати дитині другом та порадиником, бути достойним прикладом для наслідування, допомогти дитині розвивати свої здібності та таланти. Наставник повинен бути готовим присвячувати себе дитині не чекаючи подяки.

ФОРМИ ТА НАПРЯМКИ НАСТАВНИЦТВА

Можна виділити такі форми Наставництва:

ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАСТАВНИЦТВО

Наставництво «один на один» передбачає взаємовідносини одного дорослого з однією дитиною. Наставник повинен зустрічатися зі своїм Вихованцем як мінімум чотири рази в місяць впродовж не менше року. Трапляються і винятки з цього правила, наприклад, у випадках Наставництва в школі, термін якого співпадає з навчальним роком та іншими видами позакласної роботи. За таких обставин дитина від самого початку повинна знати, як довго вона може розраховувати на ці стосунки для того, щоб справдилися її очікування.

НАСТАВНИЦТВО В ГРУПІ

Наставництво в групі передбачає взаємодію як одного дорослого з групою дітей, так і декількох дорослих, які працюють з невеликою групою людей. Наставник виконує функції лідера і бере на себе обов'язок регулярно зустрічатися зі своєю групою більш тривалий проміжок часу. В основному взаємодія планується під час навчального процесу, передбачаючи також час для особистого спілкування. При цьому деякі види діяльності можуть бути направлені на учбовий процес, а деякі – на якісне проведення дозвілля.

НАСТАВНИЦТВО ЗА ДОПОМОГОЮ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ

Наставництво за допомогою інтернету та електронної пошти об'єднує одного дорослого та одну дитину. Пара спілкується через інтернет в щонайменше раз в тиждень протягом півроку і довше. Ця форма Наставництва передбачає зустріч. Наставник виступає в ролі радника в шкільних справах чи допомагає при виборі професії. Наприклад, допомагає Вихованцю написати шкільний реферат або обговорює кар'єрні можливості дитини. Наставництво за допомогою електронної пошти може успішно практикуватися в інших формах, наприклад, в період відпустки.

ЯК І В ЯКИХ НАПРЯМКАХ НАСТАВНИКИ МОЖУТЬ ДОПОМОГТИ СВОЄМУ ВИХОВАНЦЮ?

1. Допомога в навчанні й усебічному розвитку дитини:
 - ✓ допомагають дітям навчатися в школі (робити домашнє завдання) і вдосконалювати академічні знання;
 - ✓ організовують та проводять різноманітні гуртки.
2. Соціалізація дітей (формування навиків самостійного життя):
 - ✓ допомагають підвищити самооцінку своїх Вихованців;
 - ✓ підтримують Вихованців в їхньому застосуванні нових моделей поведінки;

- ✓ наповнюють вільний час дитини сенсом;
 - ✓ допомагають дітям розвивати їхні комунікативні здібності, а також вчать будувати стосунки з різними людьми;
 - ✓ сприяють формуванню вміння контролювати свої емоції і спілкуватися з незнайомими особами, а також розвивають навички вирішувати конфлікти; формують у дітей почуття відповідальності, навчають самостійно приймати рішення;
 - ✓ сприяють формуванню у дітей побутових навичок (догляд за собою, приготування їжі, планування бюджету, купівля і ін.);
 - ✓ формують у дітей коректні гендерні установки;
 - ✓ забезпечують правову обізнаність, попередження ризиків, пов'язаних з торгівлею людьми.
3. Профорієнтація підлітків:
- ✓ допомагають підліткам будувати плани на майбутнє в області кар'єри і дотримуватися поставлених цілей;
 - ✓ можуть використовувати свої особисті контакти для того, щоб допомогти підліткам познайомитися з професіоналами різних виробничих сфер, знайти можливості для влаштування на роботу чи проходження необхідного навчання;
 - ✓ знайомлять Вихованців з різними організаціями;
 - ✓ вчать підлітків процесу пошуку роботи, формують навички відповідального відношення до роботи, стабільної життєвої позиції та ін.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ТА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ НАСТАВНИЦТВА

Як процес впливу Наставництво є успішним з точки зору і **короткострокових цілей** (зосередженість на наданні необхідної допомоги дитині на певний період), і **довгострокових цілей** (підтримка дитини протягом життя).

Найбільш ефективними стають ті Наставники, котрі пропонують підтримку, проявляють терпіння та ентузіазм, ставлять високі цілі, ведуть інших до нових досягнень. Вони дають своїм Вихованцям нові ідеї, перспективи, стандарти разом з цінностями і нормами суспільства.

Незважаючи на те, що Наставники, як правило, більш освічені та досвідчені, вони не ставлять себе в позицію домінування над дитиною. Хороший Наставник завжди знайде час для більш близького знайомства з дитиною, запитає про те, що її цікавить і навіть готовий змінитися сам для покращення їхніх стосунків. Якщо Ви приймете труднощі, а разом з ними і нагороди у формі позитивних результатів Наставництва, то в повній мірі зможете відчувати всі переваги цього процесу і для дитини, і для себе.

Для дитини-сироти навички і знання більш досвідченої людини можуть бути дуже важливими при виборі успішного життєвого шляху. Особливої підтримки дитина потребує на таких вагомих етапах як закінчення школи, пошук роботи, пошук житла, створення сім'ї, пошук няньки для дитини.

ХТО МОЖЕ СТАТИ НАСТАВНИКОМ?

Якщо Вам є 18 років і більше, у Вас є бажання допомагати іншим, Ви відкрита, щира людина, володієте терпінням та бажанням слухати, у Вас є досвід в будь-якій сфері людської діяльності, Ви вмієте планувати час і ставити життєві цілі, якщо Вас легко чомусь навчити і Ви самі здатні навчати іншу людину, а також любите дітей – Ви безумовно можете бути Наставником!

ЯКОСТІ І НАВИЧКИ НАСТАВНИКА

Стосунки між дитиною і дорослим є міцним фундаментом для розвитку дитини. Перед тим, як стати Наставником, необхідно зрозуміти, що лежить в основі Наставництва. Давайте згадаємо дитинство: у більшості з нас в дитячому віці був дружній досвід спілкування з тренерами, директорами шкіл чи учителями. Ці люди часто були для нас прикладами, захисниками, порадиниками, просто друзями. Наставник повинен прагнути об'єднувати всі ці функції. Він повинен зрозуміти, що буде виконувати багато ролей у стосунках з дитиною. Для цього успішний Наставник повинен, в першу чергу, мати такі особисті риси:

- ✓ щирість, доброзичливість у спілкуванні з дитиною;
- ✓ повага до дитини;
- ✓ відкритість;
- ✓ рішучість і впевненість;
- ✓ толерантність;
- ✓ відповідальність;
- ✓ дружелюбність.

Для дитини-сироти навички і знання більш досвідченої людини можуть бути дуже важливими при виборі успішного життєвого шляху. Особливої підтримки дитина потребує на таких вагомих етапах як закінчення школи, пошук роботи, пошук житла, створення сім'ї, пошук няньки для дитини.

Під час Вашого спілкування з дитиною, спільного обговорення цінностей, інтересів і цілей, Ви побачите позитивний вплив на життя дитини. Ви також дізнаєтесь багато нового про себе, так як Наставництво – це процес взаємного навчання і росту.

Наставник – це людина, яка повністю присвячує себе Наставництву в освітньому, соціальному аспектах, розумовому і фізичному розвитку. Це людина, яка буде віддавати достатньо часу і енергії для допомоги дитині, як приклад для наслідування і просто як друг.

Наставник повинен володіти такими **навичками**:

- ✓ **вміти бути уважним та активним слухачем.** В багатьох випадках Наставник може бути єдиною людиною, якій дитина буде довіряти свої переживання та проблеми;
- ✓ **допомагати дитині ставити перед собою коротко – і довгострокові цілі.** Формувати у дитини уявлення про важливість планування в житті;
- ✓ **говорити дітям, що завжди є надія.** Ситуацію завжди можна змінити, але для цього потрібна особиста участь в ситуації Наставника і Вихованця;
- ✓ **допомагати дітям розвивати особистий інтерес до оточуючого світу.** Це можуть бути поїздки в бібліотеку, музей, театр, зоопарк, на виробництво, до організацій та ін.;
- ✓ **бути зацікавленим у взаємодії з дитиною і вчасно приходити на зустрічі;**
- ✓ **формувати у дитини розуміння «доброго» і «злого», допомагати знаходити позитивні моменти в її житті;**
- ✓ **бути хорошим прикладом.** У Вашої дитини, можливо, немає більш нікого, хто міг би стати для неї прикладом.

ЯК МОЖНА СТАТИ НАСТАВНИКОМ?

Проект Наставництва ОДНА НАДІЯ – це пілотний проект, який здійснюється в м. Києві, в партнерстві зі Службою у справах дітей Київської державної адміністрації та співпрацює з організаціями та волонтерськими групами, що допомагають дітям-сиротам та дітям, позбавленим батьківського піклування, в інших регіонах України. Охочі стати Наставником для дитини-сироти в м. Києві можуть звернутись до офісу проекту, або заповнити анкету на сайті onehope.com.ua. Необхідно буде пройти співбесіду, а також надати наступні документи: медичну книжку, довідку про відсутність судимості. Після цього необхідно відвідати тренінг для Наставників дітей-сиріт і підписати договір про Наставництво.

Якщо Ви проживаєте в іншому місті, Ви можете ініціювати пілотний проект Наставництва у своєму місті. Вам необхідно звернутися в районну Службу у справах дітей за місцем проживання чи громадську організацію, яка займається роботою з дітьми-сиротами чи з інтернатами, з пропозицією про співробітництво і реалізацію Проекту Наставництва. Для організації необхідного навчання та отримання більш детальної інформації про Наставництво можна звернутися до спеціалістів «ОДНА НАДІЯ» (Проект Наставництва «ОДНА НАДІЯ»)

Якщо Ви не є представниками будь-якої організації, але хочете допомагати дитині-сироті, то, вивчивши матеріал даного посібника, Ви можете звернутися безпосередньо до директора інтернатного закладу і запропонувати свою добровільну допомогу.

Ініціюючи Проект з Наставництва у Вашому регіоні, важливо пам'ятати, що у відповідності до законодавства України відповідальність за дитину, що має статус сироти, несе держава, тобто державний заклад опіки – інтернат, дитячий будинок, Служба у справах дітей. Тому будь-яка ініціатива, що направлена на роботу з дітьми, позбавлених дитячої опіки чи дітьми-сиротами, може реалізовуватися тільки в партнерстві з відповідними державними структурами. Формально співробітництво з державними службами може бути регульовано за допомогою договору про співпрацю.

ЕТАПИ РОЗВИТКУ НАСТАВНИЦЬКИХ СТОСУНКІВ

З прийняттям рішення стати Наставником у людини виникає питання: «Яким чином встановити продуктивні і якісні наставницькі стосунки з дитиною?» Тут допоможе знання етапів розвитку наставницької взаємодії, а також обізнаність про вік, стать, расову приналежність, особистісні характеристики дитини-сироти, соціо-економічний статус її сім'ї може знизити тривогу Наставника в очікуванні першої зустрічі.

Побудова позитивних наставницьких стосунків є важливим процесом, як і встановлення будь-яких інших людських контактів. Водночас, наставницькі взаємовідносини відрізняються від особистісних, так як вони ґрунтуються на професіоналізмі. Наставники несуть відповідальність за передачу і впровадження норм, цінностей і цілей, про які домовлено в договорі.

В розвитку наставницьких стосунків можна виділити **чотири етапи розвитку**: знайомство, постановка цілей і написання індивідуального плану, досягнення цілей та етап завершення взаємодії.

ЕТАП 1. ЗНАЙОМСТВО

Наставник та дитина-сирота знайомляться і визначають спільні інтереси та цінності, майбутні цілі та мрії. На цьому етапі діти можуть не мати бажання довіряти Наставникам і можуть спробувати маніпулювати ними. Такі стосунки можуть охоплювати період від однієї до шести зустрічей.

Наставники повинні бути особливо уважними, щоб не дозволити своєю упередженістю диктувати підхід до взаємин з дитиною і тим більше визначати, ким вона повинна стати. На початковій стадії взаємодії необхідно враховувати:

- ✓ бажання Вихованця, його внесок в побудові відносин;
- ✓ подібність/відмінність темпераменту, характеру;
- ✓ відповідність чи невідповідність Вашим очікуванням.

На цьому етапі:

- ✓ Назвіть своє ім'я дитині, скажіть, як до Вас звертатися. Будьте впевненими і посміхайтесь!
- ✓ Запам'ятайте ім'я дитини.
- ✓ Запевніть дитину, що заслуговуєте довіри і будете приходити регулярно. Розкажіть про спосіб зв'язку, у випадку, якщо Ви не зможете прийти.
- ✓ Приймайте дитину такою, якою вона є (незалежно від зовнішнього вигляду, особливостей поведінки і т. д.). Будьте неупередженими і зберігайте спокій, якщо дитина буде діяти шокуюче, – вона просто може перевіряти межу вашого терпіння і толерантності.
- ✓ Використовуйте позитивні фрази, наприклад: «Ти – прекрасний гід, чудово показав мені школу (клас)», «було цікаво дізнатися про тебе стільки нового, я буду з нетерпінням чекати нашої зустрічі на наступному тижні».
- ✓ Уникайте залучення в негативні висловлювання (відгуки) про інших учнів, вчителів, вихователів чи керівництво.
- ✓ Ставте відкриті питання, які потребують розширених відповідей (а не коротких «так» або «ні»).

- ✓ Повідомляйте дитині точну дату наступної зустрічі.
- ✓ Наступну зустріч розпочніть зі спогадів про минулу зустріч. Намагайтеся дізнатися якомога більше про дитину.
- ✓ Допоможіть дитині зрозуміти важливість планування її цілей. Нехай вона подумає про короткострокові та довгострокові цілі для планування вашої наступної зустрічі.
- ✓ Закінчуйте кожну вашу зустріч на позитивній ноті.

Дії Наставника під час та після кожної зустрічі з дитиною:

- ✓ Під час першої зустрічі Наставник повинен пояснити дитині протягом якого періоду будуть тривати їхні зустрічі (а також вказати тривалість кожної зустрічі). Якщо Наставник повідомить дитині, що в нього запланована інша зустріч за п'ять хвилин до закінчення спілкування, то дитина буде почувати себе малозначущою. Попереджуючи дитину про важливі справи до початку зустрічі, Наставник посприяє безпечній та доброзичливій атмосфері для неї.
- ✓ Перед завершенням зустрічі Наставник повинен обговорити з дитиною її досягнення та успіхи, дати позитивну оцінку (зворотній зв'язок). Дітям необхідне позитивне закінчення, щоб вони з оптимізмом чекали наступної зустрічі. Для них це також послугує мотивацією працювати краще і старатися протягом тижня, щоб потішити свого Наставника.
- ✓ У Наставника і дитини повинен бути календар, в якому вказані дати зустрічей. До цього календаря необхідно занести канікули, поїздки по роботі, вихідні та інші дати, коли вони не зможуть зустрітися. Наставник повинен нагадувати дитині про свій від'їзд як мінімум за тиждень і, якщо це можливо, прислати листівку зі свого місцезнаходження.
- ✓ Наставник завжди повинен бути підготовленим до зустрічі (у відповідності до поставлених цілей в індивідуальному плані), краще мати в запасі додаткові завдання. Зустріч не варто затримувати довгими привітаннями та розмовами ні про що (це можна розглядати як спробу заповнити зустріч через невідповідність). Дитині таке проведення часу може здатися нудним та нецікавим.
- ✓ Наставник повинен пам'ятати, що дітям-сиротам непотрібні чергові нещирі та формальні взаємини. Цього і так не бракує в їхньому житті.

ЕТАП 2. ПОСТАНОВКА ЦІЛЕЙ, НАПИСАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ПЛАНУ ВЗАЄМОДІЇ

Наставник та Вихованець обговорюють свої очікування від їхньої дружби і спілкування. Саме тут і знадобиться багато терпіння та уваги. Може трапитись (хоча такі випадки є дуже рідкісними), що стосунки між Наставником і дитиною на даному етапі не складаються, тоді вони можуть завершити взаємодію.

Необхідно проявити вміння слухати та обмінюватися думками. Потрібно допомогти дитині навчитись озвучувати свої потреби та почуття, здобути нові цінності в житті.

Спільно з координатором і спеціалістами установи Наставник і дитина прописують індивідуальний план розвитку їхніх стосунків. Розглядаються і затверджуються короткострокові і більш тривалі цілі для задоволення потреб дитини. Обговорюються шляхи досягнення поставлених цілей. Прописується календарний план на період від одного до трьох місяців.

Як тільки стосунки встановлені і налагоджена атмосфера довіри та конфіденційності, Наставник з дитиною починають планувати цілі на період їхнього спілкування.

- ✓ Наставник разом з дитиною прописують індивідуальний план їхніх стосунків, в який входитимуть особисті, соціальні, освітні та інші цілі.
- ✓ Кожен місяць пара матиме успіхи та невдачі, буде аналізувати результати, визначати додаткові завдання.
- ✓ За досягнуті результати Наставник і дитина можуть нагороджувати один одного (так, як вони домовляться).

Цілі дитини повинні бути визначені і встановлені разом з нею, а не просто нав'язані Наставником. Якщо дитина визначила нереальні цілі, то завдання Наставника полягає в тому, щоб допомогти дитині оцінити їх реалістичність і показати реальний шлях для їх досягнення.

Дивні чи безглузді, на перший погляд, цілі іноді дають дитині прекрасні можливості для планування. Якщо Ваш Вихованець, наприклад, хоче жити в будиночку на гірськолижному курорті в Швейцарських Альпах, це дає чудову можливість Наставнику пояснити йому, як важливо отримати хорошу освіту для того, щоб потім отримати хорошу роботу та заробити достатньо коштів для того, щоб жити в будиночку в Альпах. Цей приклад цілі, поставленої дитиною, можна використовувати і як стимул для вивчення іноземних мов, навчання катанню на лижах чи пізнанню культури іншого народу.

ЕТАП 3. ДОСЯГНЕННЯ ЦІЛЕЙ

Наставник та дитина приступають безпосередньо до здійснення головних цілей. Поступово завдання виконуються, доповнюються і відбувається зміцнення стосунків. Як результат – у житті дитини відбуваються зміни, які сприяють її успішній соціалізації.

Ефективна модель поетапного формування індивідуальних цілей

ЦІЛЬ ПОВИННА БУТИ:

- ✓ **Можливою.** Необхідно осмислити ціль і прояснити перші декілька кроків для її досягнення
- ✓ **Реальною.** Ціль повинна бути логічною та відповідати особистісній системі цінностей конкретної дитини. Дитина повинна вірити, що зможе досягти її. Якщо в неї низька самооцінка, це може створити проблеми при постановці цілей.
- ✓ **Такою, що досягається.** Цілі, які ставить перед собою дитина, повинні відповідати її особистим можливостям і здібностям. Для того, щоб визначити сильні сторони і можливості дитини, встановіть ціль, а потім розгляньте індивідуальні складові цієї цілі. Визначте здібності (фізичні, розумові та ін.), які необхідні для досягнення даної цілі.
- ✓ **Обмеженою в часі.** При досягненні цілі повинні бути визначені часові рамки. Процес досягнення цілі необхідно поділяти на проміжні кроки-дії, з визначеним кінцевим терміном їх виконання. Важливо проаналізувати разом з дитиною виконання цих окреслених цілей в певні часові рамки.
- ✓ **Бажаною.** Ціль повинна бути такою, щоб дитина дійсно бажала її досягти. Іноді діти встановлюють цілі, щоб просто виправдати очікування інших.
- ✓ **Без альтернатив.** Дитина повинна бути зосередженою на досягненні тільки однієї цілі за певний період. Дослідження показали, що часто людина, яка говорить, що хоче зробити “те” чи “інше”, рідко виходить за рамки “чи”, навіть якщо вона вважає, що може зупинитися на півшляху і взятися за іншу ціль. Завжди обговорюйте, аналізуйте, чому початково поставлена ціль не спрацювала. Проте, якщо дитина змінила ціль, нова повинна бути прийнята без альтернатив.
- ✓ **Творчою.** Ціль повинна бути направлена на всебічний розвиток дитини.
- ✓ **Безпечною.** Ні в якому разі ціль не повинна нести в собі руйнування (шкоду) для дитини, інших дітей чи суспільству.

ЕТАП 4. ЗАВЕРШЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ

Наставник і Вихованець завершують свої стосунки та обговорюють майбутні перспективи дитини. Аналізуються досягнуті результати, здійснюється зворотній зв'язок. Даний етап передбачає правильне завершення наставницької взаємодії.

Як здійснити перехід спілкування на інший рівень?

Після закінчення періоду наставницьких стосунків у дитини має сформуватися відчуття завершення даного процесу. Вона повинна розуміти, що надалі самостійно спрямовуватиме свої зусилля для досягнення власних цілей. Саме для того, щоб дитина не почувала себе пригніченою, непотрібною в кінці періоду наставницьких стосунків, їй необхідно знати, що їхнє спілкування змінюється не тому, що воно не було успішним, а саме навпаки. Вони були успішно закінчені і тепер настав час дитині самостійно досягати поставлених цілей. На даному етапі Наставнику необхідно буде проявити багато старання та терпіння.

Ідеї для позитивного завершення наставницьких стосунків:

- ✓ Наставник і дитина можуть обмінятися сувенірами чи речами, які будуть нагадувати їм про позитивний досвід спілкування.
- ✓ Варто зробити спільну фотографію, яку Наставник може помістити в гарну рамку і подарувати дитині. Наставник також може подарувати їй фотоальбом.
- ✓ Група Наставників та дітей може влаштувати завершальний банкет чи пікнік, або церемонію вручення нагород на останній зустрічі.
- ✓ Наставник повинен поговорити з Вихованцем про перспективу майбутнього спілкування. Вони разом можуть вирішити, як будуть зустрічатися надалі.

Для того, щоб наставницькі стосунки були здоровими, вони повинні постійно розвиватися, так як їх основне завдання – набуття дитиною досвіду формування стосунків між людьми, отримання нею нових знань, побутових та соціальних навичок.

ДУХОВНІ АСПЕКТИ НАСТАВНИЦТВА

Відомо, що віруюча людина легше справляється зі стресовими ситуаціями, швидше одужує, оптимістично ставиться до труднощів, а, відповідно, може використовувати їх для свого зросту і позитивних змін у житті. Віра допомагає людині відрізнити добро від зла, притримуватися справжніх моральних принципів та ділитися ними з іншими. Віра багато в чому визначає вибір людини, а вибір – це те, що

впливає на все наше життя. Наприклад: з ким товаришувати, де навчатися, з ким вступити до шлюбу, яку професію обрати...

Саме з такими питаннями вибору передусім зіштовхуються Вихованці. Наставникам потрібно буде навчити їх робити вибір свідомо. Тому надзвичайно важливо, щоб люди, які прагнуть допомогти дітям через Наставництво, самі опиралися на цінності християнської моралі. В дітей, які були позбавлені батьківської любові і турботи, як правило, відсутні паростки будь-якої віри, – хай це буде віра в Бога чи в свої власні сили. Це не дивно, адже відсутнє і підґрунтя для її зародження. Тому одне з основних завдань Наставника – відкрити для дитини цей дуже важливий ресурс, показати їй позитивний вплив віри на життя людини, на власному прикладі демонструвати силу та основу моральних якостей, які опираються на Святе Писання і допомагають людині зробити життєвий вибір


Нагадаємо, що Святе Писання також мотивує і вчить нас допомагати сиротам, брати участь у житті нужденних, ділитися з ними вірою: “Навчіться чинити добро, правосуддя жадайте, карайте грабіжника, дайте суд сироті, за вдову заступайтесь”, – закликає нас один із Пророків (Іс. 1:17).

“Чиста й непорочна побожність перед Богом і Отцем оця: Зглянутися над сиротами та вдовицями в утисках їхніх, себе берегти чистим від світу”. (Як. 1:27).

Характерною особливістю кожного християнського суспільства завжди вважалася турбота і піклування про дітей-сиріт. Це піклування проявлялося по-різному, проте в основному дітей забирали в сім'ю, піклуючись, як про своїх рідних дітей аж до того моменту, як вони виростили і ставали самостійними. Тим самим ці люди давали дітям-сиротам домашній затишок, а їхньою метою було виховати з них достойних людей і дати напрямок у житті. Наприклад, хлопчиків, окрім всього іншого, обов'язково навчали певної професії, щоб вони в підсумку могли заробляти і забезпечувати сім'ю, а дівчаток, враховуючи тодішній устрій суспільства, намагалися віддати заміж за хорошого чоловіка, який би турбувався про неї.

Спливає час, змінюються звичаї й культура, а заклик Божий потурбуватися про сиріт залишається незмінним. І це виключно наш вибір, як суспільства в цілому, так і окремо кожної особистості: відгукнутися на цей заклик чи залишитися байдужим до потреб дітей-сиріт, яких, на жаль, стає все більше. Проте істина і реальність полягає в наступному: чим вищий рівень духовності та моральності суспільства, тим більше воно турбується про сиріт і тих, хто перебуває в труднощах.





Що ще важливо знати для успішного наставника?

Обираючи нелегкий, проте такий цікавий шлях Наставництва, важливо усвідомлювати, що існує багато різних думок та упереджень щодо дітей-сиріт. Відрізнити правду від вигадки Вам допоможе час та досвід роботи з такими дітками, але для того, щоб бути успішним в Наставництві і краще розуміти свого Вихованця, пропонуємо прочитати уривок із книги Л. Петрановської “В клас прийшла прийомна дитина”, а також ознайомитися з найбільш розповсюдженими ілюстраціями хибних думок людей відносно дітей-сиріт.

МІФИ ПРО ДІТЕЙ СИРИТ

Уривок з книги Л. Петрановської «В клас прийшла прийомна дитина».

«ОЛІВЕР ТВІСТ»

Згідно з каноном сентиментальної літератури, дитина-сирота сама по собі дуже хороша (хіба що трохи занедбана). Добра, чуйна, чесна, готова всім серцем любити того дорослого, який потурбується про неї. Разом із благословенням матері (благородним походженням), вона дивовижним чином виносить з досвіду минулих образ і утисків високі помисли і тверді моральні засади. Все, що потрібне цій дитині – щоб на її дорозі зустрілася, нарешті, добра людина, помила її, навчила манерам і віддала до школи. А вже сирота буде вдячна і виправдає довіру. У кінці виявиться, що ці добрі люди і є її справжні родичі, а дитину просто загубили в дитинстві.

- Дуже зворушливо, але це утопія. Так не буває, щоб дитина нічого хорошого не бачила в житті, і, проте, стала хорошою.

«ФРАНКЕНШТЕЙН»

Прямо протилежний образ: дитина, взята в сім'ю, – пригріта на грудях змія. Ця «неправильним чином отримана дитина» в деякому розумінні перевертень. Що не роби, як добре до неї не стався – добра не буде. «Скільки вовка не годуй, він в ліс дивиться». Така дитина буде усіх ненавидіти і завжди відплачувати злом за свою нещасну долю: «Когда ласкали вы детей своих, я есть хотел, я замерзал...», і далі по тексту. Така дитина стане користуватися доброю прийомих батьків – святих людей, котрі пожаліли сироту, а потім виросте і підступно обдурить їх, наведе банду на їх квартиру, а то й самих «замовить» кілеру заради спадку. І вже точно не подасть склянку води (хіба що з отрутою).

- Дуже страшно. Інколи це правда, але зовсім з інших причин.

МІФИ І СТЕРЕОТИПИ ПО ВІДНОШЕННЮ ДО ДІТЕЙ-СИРИТ В СУСПІЛЬСТВІ

1. «Головне – добре забезпечити сироту»

Бувають часи, коли це дійсно головне, тому що інакше дитина не виживе. Однак цього не достатньо. Життя на «казених харчах» надає дитині ведмежачу послугу. Він зростає в переконанні, що білизна сама стає чистою, картопля завжди буває нарізана і посмажена, а чай – вже з цукром. Система дитячої установи працює так, що виховує споживача. На жаль, позицію споживача інколи зміцнює добродійність, завалення дітей дарунками і іграшками до свят. Це привчає дітей з дитбудинку до думки «раз ми такі нещасні, то нам всі винні і нам все можна». Дітям не так потрібні речі (подарунки), як –міцні близькі стосунки. Лише це дає стійкість і силу жити.

Ілюстрація «комплексу сироти»: хлопчик, що закинув шапку на дерево, на питання: «А як же ти тепер без шапки?» відповів: «Мені спонсор ще пришле»; 5-ти річна дівчинка відреагувала на приїзд волонтера і її подарунок у вигляді м'якої іграшки фразою: «От дурна, краще б шоколадку привезла».

2. «Виховання в колективі – те, що потрібне дітям»

Після виховання в установі більшість дітей виявляються нездатними створювати сім'ї і виховувати дітей – у них немає досвіду, і вони не знають, як це робиться. Їм необхідний досвід стосунків із значущими дорослими, а цього установа дати не може. Це означає, що колективне виховання не може допомогти дітям-сиротам в головному: отримати досвід нормального родинного життя та навичок самостійного життя.

Ілюстрація: більшість молодих матерів, що закінчили інтернат, не справляються зі своїми обов'язками і приносять дітей в свій же інтернат, тому що там «нагодують і навчать, а я не знаю, як бути матір'ю». Приклад: мати годувала своє немовля борщем, оскільки молоко у неї пропало, а чим це годувати, вона не знала.

Більшість сімей колишніх вихованців дитячих будинків розпадаються через відсутність досвіду нормальних родинних стосунків. Приклад: молода сім'я завершує всі свої конфлікти знищенням власних паспортів.

3. «Всі ці діти з дитбудинку – хворі і агресивні»

Дуже нечасто діти з дитячого будинку мають запис в медичній карті «здоровий»; більшість дітей з точки зору соціальної педагогіки запущені, мають порушення розвитку мови, ЗПП (затримку психічного розвитку), високу тривожність, агресивність, неконтактність, часто спостерігаються енурез, нейродерміти, гастрит та інші психосоматичні захворювання. Потрібно розібратися в дійсних причинах такого стану дітей. Відповідні прояви – результат як несприятливих умов соціалізації дітей (зневага потребами дітей і жорстоке ставлення з боку власних батьків, досвід втрати своєї сім'ї і ін.), так і емоційної депривації, тобто відчуття самотності, коли ти нікому не потрібний, коли знаходишся в стані повної невизначеності в житті.

Прикладами поведінки депривації можуть бути випадки, коли семирічна дитина безперервно смочке палець або сідає на підлогу і починає розгойдуватися з одного боку в інший, не реагуючи на вмовляння. Така поведінка дитини викликає страх. Але насправді страшно не це, а те, що за спиною у такої дитини – тисячі самотніх ночей, коли ніхто не обіймав, ніхто не гойдав, і їй доводилось заспокоювати себе самій. Ті діти, які не навчилися смоктати палець і гойдатися, просто не вижили. Інший приклад: дитина не хоче вчитися. Слухає і неначе не чує, не розуміє елементарних речей. Гени? Патологія? А що буває з дорослими успішними людьми після катастрофічних подій в житті? Чи здатні вони в цей час проявляти допитливість, зосередженість? Тим часом, у дитини, вилученої з сім'ї, сталася у внутрішньому світі катастрофа ще більша. Його світ зруйнований. А йому при цьому пояснюють таблицю

множення. Виходить, що це не дитина ненормальна. Це життя у неї склалося ненормально. І всі розлади здоров'я і поведінки, які ми спостерігаємо у дитини, – це нормальна реакція на ненормальні обставини.

Звідси випливає дуже важливий висновок: налагодиться життя – і все налагодиться. Такий підхід у вихованні дітей приведе до того, що дитина хотітиме жити, зростати і розвиватися. Коли вона побачить і повірить, що її люблять, за неї «переживають», вона обов'язково постарается надолужити згаяне. І досвід сімейного укладу це підтверджує: через рік-два життя в люблячій, дбайливій сім'ї дитина буквально «розцвітає»: швидко зростає, дізнається багато нового, у неї проходять навіть давні хвороби.

4. «Головна небезпека – гени»

Є особливості, які дійсно успадковуються генами, наприклад, темперамент. При цьому генами не визначаються такі якості людини, як чесність, доброта, відповідальність, здатність любити, бути щасливим. Тут усе залежить від люблячої сім'ї і від вибору самої людини. Так, генетично може бути заданий такий спосіб переробки організмом алкоголю, який полегшує виникнення залежності. Але така генетична схильність є у багатьох. Проте більшість людей алкоголіками не стають, хоча спиртне продається на кожному розі. Чому? Тому, що у них є інтереси, робота, кохані, діти, тому що просто немає причини їм непробудно пити. Гени визначають лише швидкість виникнення залежності, якщо людина почне пити. А вибір: почати пити або ні, справа самої людини, і вибір багато в чому визначається тим, чи є у неї в житті підтримка, чи є за спиною любляча сім'я.

5. «Ніяких кровних родичів, кращий варіант – кругла сирота»

Як показує практика, діти, що не мали ніякого досвіду в сім'ї, хай і в не самій забезпеченій – найбільш постраждали. У дитини, у якої немає досвіду взаємодії з близькими людьми, формується почуття базової тривоги, а це гальмує її розвиток. Будь-який досвід сімейного життя, наявність родичів, спогади про минуле в батьківському будинку є ресурсом для дитини, її опорою і запорукою правильного розвитку. Якщо йдеться про дитину, яка зовсім маленькою втратила зв'язок з кровними батьками, в підлітковому віці для неї буде важлива сама спроба цей зв'язок відновити. Досвід показує, якщо дитину підтримують в цьому, не перешкоджають спробам знайти батьків або зустрітися з родичами (за умов безпеки для життя і здоров'я дитини), це дуже добре позначається на побудові стосунків з дитиною і на її розвитку. Вона стає спокійнішою, відкритою і відповідальною при плануванні власного майбутнього.

6. «Краще взаємодіяти з маленькою, тоді буде, як своя»

В цілому стереотип «тільки маленьку» – один з найнебезпечніших для будь-якої форми взаємодії з дитиною. Для багатьох дітей, що залишилися без піклування батьків у віці старше 5-6 років, це упередження стає вироком. Між тим тисячі сімей і дітей, що вийшли з дитячого віку, можуть бути щасливі, знайшовши один одного. Досвід показує, що вік дитини (як і стать) це далеко не найважливіша характеристика при прогнозі успішності побудови взаємин. Трирічна дитина з досвідом важкої емоційної депривації, в результаті проживання в колективній установі, може бути набагато складнішою, ніж десятирічна, яка жила в сім'ї, що поступово спивалася, але в той же час хоч якимось любила і піклувалася про неї.

7. «Дитина повинна бути нам вдячна»

Прийомні батьки або Наставники, для яких це переконання має велике значення, бувають неприємно здивовані, не отримуючи від дитини вдячності. Вдячність формується майже до самого кінця дитинства (а у багатьох буває несформована і в дорослому віці). Маленька дитина усе, що відбувається з нею, приймає як належне (з точки зору дитини так усе і повинно бути). Слід пам'ятати, що по-справжньому вдячними бувають ті діти, яким дозволяли бути самими собою, від яких вдячності не чекали, а навпаки, вважали, що діти принесли їм багато радості і новий досвід.

ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ З ДИТИНОЮ

ПОНЯТТЯ І СКЛАДОВІ СПІЛКУВАННЯ

Кожній людині в тій або іншій мірі властива потреба в спілкуванні, налагодженні соціальних контактів. З одного боку, це потреба в нових враженнях, почуттях, знаннях, а з іншої – бажання поділитися з партнером своїми переживаннями і думками. Спілкування – це двосторонній або багатосторонній процес встановлення і розвитку контактів між людьми, який викликаний їхньою потребою в спільній діяльності.

Якість соціального життя людини багато в чому залежить від характеру спілкування з іншими людьми. Задоволення від спілкування впливає на психологічне благополуччя учасників комунікативного процесу, тоді як постійне невдоволення соціальними контактами і міжособистісними стосунками призводить до поганого настрою, депресії, зниження активності, а в результаті – до погіршення здоров'я і невиконання визначених цілей. Тобто, ефективне, якісне спілкування дорівнює продуктивним соціальним і міжособовим стосункам, а неякісне спілкування створює труднощі в процесі входження в соціум.

Діти, які виховуються в держустановах, часто страждають від дефіциту спілкування, особливо з дорослими. Внаслідок цього їх особисті навички спілкування формуються повільно і не завжди правильно. Наставник може зіграти дуже важливу роль в житті дитини – вихованця, у тому числі і шляхом формування правильних,

якісних навичок спілкування, що у свою чергу сприяє успішній соціалізації і вибудовуванню свого життя.

ЩО ВАЖЛИВО ЗНАТИ, БУДУЮЧИ СПІЛКУВАННЯ З ВИХОВАНЦЕМ?

Правила ефективного спілкування :

- ✓ Говорити мовою дитини : мова повідомлення має бути зрозумілою.
- ✓ Повага до дитини.
- ✓ Зацікавлення проблемами дитини.
- ✓ Демонстрація єдності (інтересів, цілей, завдань, точок зору).
- ✓ Активне слухання: співрозмовник у процесі розмови проявляє свій інтерес.
- ✓ Використовувати «Я – висловлювання». Коли ми замінюємо «ти» на «я» і його форми «мені», то говоримо від свого імені, нікого не звинувачуючи. З повагою, без докору, висловлюючи те, що відчуваємо ми. У цьому випадку співрозмовник не піддається критиці. Наприклад: «...мені неприємно, коли ти це робиш», «я не хочу обговорювати це зараз», «мені потрібно відпочити», «мені важко тебе слухати, коли ти кричиш», «зараз мені погано».
- ✓ Дотримуватися правил етикету спілкування : прийнятому стилю поведінки, обов'язкових форм ввічливості і т. д.
- ✓ Використовувати конструктивну критику, коли предметом критики є не особа співрозмовника, а його позиція, дії, точка зору і т. д.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ЕФЕКТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ З ДІТЬМИ.

- ✓ Постарайтеся, щоб спілкування було позитивним, чітким.
- ✓ Врахуйте, що кожна людина має право на свою точку зору.
- ✓ Будьте чесними і відкритими у вираженні своїх почуттів і приймайте почуття інших.
- ✓ Використовуйте уточнюючі питання.
- ✓ Навчіться активно слухати дитину. Надайте їй достатньо часу на висловлювання.
- ✓ Використовуйте техніку «Я – висловлювання».
- ✓ Не переходьте межі особистого простору, якщо дитина не готова до цього.

АКТИВНЕ СЛУХАННЯ

Активно слухати означає приділяти всю увагу співрозмовнику в процесі спілкування. Це не лише «слухання», а ще і «бачення» жестів, міміки, зміни інтонації голосу, виразу обличчя.

Складові активного слухання (визначені американським психологом І. Атвереном):

- ✓ Стіяка, сконцентована увага, мінімальне відволікання, візуальний контакт, позитивне вираження пози і жестів. Наприклад, коли ми хочемо почути щось цікаве, то говоримо: «Я тебе уважно слухаю», при цьому «все тіло» направляємо на співрозмовника, – це виражає не лише нашу готовність слухати, а й фізичну увагу, яка допомагає процесу слухання і сприйняття.
- ✓ Неревлексивне слухання визначається як уміння мовчати, не втручаючись у розповідь співрозмовника зі своїми зауваженнями. Неревлексивне слухання корисне в ситуаціях, коли співрозмовник прагне виразити своє відношення до чогось або хоче висловити свою точку зору; співрозмовник хоче обговорити найбільочіші питання; відчуває труднощі у вирішенні своїх проблем; при розмові з людиною вищого соціального статусу.
- ✓ У ситуаціях, коли у людини відсутнє бажання поговорити, або вона хоче підтримки чи схвалення, неревлексивне слухання неефективне.
- ✓ Ревлексивне слухання – це уміння слухати, яке передбачає уточнені запитання, перефразування, вираження почуттів, резюмування.

Щоб зрозуміти особливості рефлексивного слухання, спробуйте відповісти на такі питання:

- ✓ чи часто ви думаєте таким чином? («Я знаю, чому ви це сказали»);
- ✓ чи здатні ви демонструвати схвальні реакції? («Я шаную ваше рішення!», «Я підтримую ваші дії!»);
- ✓ чи проявляєте ви аналітичні реакції, запитуючи «коли?», «чому?»;
- ✓ чи проявляєте ви реакції взаєморозуміння? («Я вам співчуваю», «Я вас розумію»).

ЯК СЛУХАТИ ДИТИНУ ЕФЕКТИВНО?

- ✓ покажіть співрозмовнику свою зацікавленість;
- ✓ дайте співрозмовнику час повністю висловити свою точку зору;
- ✓ намагайтеся зрозуміти підтекст сказаного;
- ✓ повторіть основні думки співрозмовника для того, щоб показати, що ви правильно його зрозуміли;
- ✓ не робіть поспішних висновків.

ЯК НАСТАВНИКУ ПОКРАЩИТИ НАВИЧКИ АКТИВНОГО СЛУХАННЯ?

Зоровий контакт. Відсутність зорового контакту співрозмовник може сприйняти як прояв незацікавленості і неприйняття. Зоровий контакт допомагає зосередити увагу і підбадьорює співрозмовника.

Кивайте і використовуйте відповідну міміку. Уважний слухач подає невербальні знаки своєї зацікавленості в тому, про що йдеться. Разом із зоровим контактом невербальні знаки говорять про активну участь у розмові.

Уникайте відволікаючих рухів і жестів. Не дивіться на інших людей, не грайте ручками або олівцями. Така поведінка примушує співрозмовника думати, що слухач не зацікавлений в бесіді.

Ставте питання. Питання дають можливість оповідачеві зрозуміти, що слухач залучений в бесіду.

Перефразуйте. Перефразувати сказане – означає повторити почуте іншими словами. Така техніка дозволяє співрозмовнику правильно зрозуміти отриману інформацію.

Не перебивайте співрозмовника. Дозвольте людині закінчити думку, тільки після цього ви можете коментувати сказане вашим опонентом.

Не говоріть надто багато. Говорити завжди легше, ніж уважно слухати. Враховуйте рівень здатності сприйняття інформації вашого співрозмовника.

Позитивний зворотній зв'язок. Некоректна критика, зауваження, тобто негативний зворотній зв'язок, заважає вихованцеві бути відкритим у розмові і, як правило, викликає протистояння.

Уважно стежте за настроєм дитини і спробуйте зрозуміти, що саме його тривожить.

Не перебивайте дитину, коли вона розповідає про щось важливе.

Демонструйте свою зацікавленість темою розмови.

Приділяйте увагу емоціям і враженням, які переживає дитина; оцінюйте не дитину, а ситуацію, що склалася.

Після сказаного дитиною підведіть підсумок: «Якщо я тебе правильно зрозумів, то...».

ПРОПОЗИЦІЇ ДЛЯ ДОСЯГНЕННЯ ПОЗИТИВНОГО ЗВОРТНОГО ЗВ'ЯЗКУ.

- ✓ **Зосередьте увагу на конкретній поведінці:** уникайте незрозумілих загальних фраз, таких як «молодець» або «це було погане рішення», замість того, щоб говорити про те, чому ви так говорите і що відчуваєте. Наприклад, «ти класно грав сьогодні», «мені сподобалось, як ти стояв у захисті».
- ✓ **Зворотній зв'язок має бути цілеспрямованим:** фрази повинні відповідати тому, про що говорить співрозмовник.
- ✓ **Зворотній зв'язок має бути своєчасним:** негайна реакція набагато ефективніша, ніж коментарі, зроблені пізніше.
- ✓ **Забезпечити розуміння:** як важливе розуміння співрозмовника слухачем, настільки ж важливо і для слухача бути зрозумілим для співрозмовника. Прохання Наставника, адресоване дитині повторити те, що вона почула, допомагає встановити взаєморозуміння.

ПОРАДИ ДЛЯ СТВОРЕННЯ ДОВІРЛИВИХ СТОСУНКІВ З ДИТИНОЮ.

- ✓ Зберігайте спокій. Пам'ятайте: Ви на своєму місці!
- ✓ Використовуйте міміку і жести для привертання уваги (якщо дитина не уважна, розсіяна, часто відволікається), підтримуйте зоровий контакт, використовуйте прийом «рука на плечі».
- ✓ Використовуйте заохочення: «Ти минулого разу був дуже рухливий, давай сьогодні спробуєш бути більш спокійним». В кінці зустрічі заохотьте дитину (наклейкою, листівкою, ручкою і т. д.). Не говоріть фраз типу: «зазвичай ти погано поводишся.»
- ✓ Будьте чесними; якщо Ви схвильовані, не бійтеся показати свої почуття. Не використовуйте тактику «краща міра захисту – напад».
- ✓ Покажіть Вихованцеві, що раді його бачити.
- ✓ Будьте тактовним, але чесним: «Саша, я хочу бути чесним з тобою. Тому я не можу не сказати тобі».
- ✓ Дозвольте Вихованцеві говорити в зручному для нього темпі, не підганяйте його. Не ставте план проведення зустрічі на перше місце.
- ✓ Не будьте надто допитливими, дозвольте Вихованцеві говорити на зручні для нього теми.
- ✓ Не залучайте Вихователів інтернату для забезпечення дисципліни. Ви втратите свій авторитет.
- ✓ Шануйте право Вихованця на його особисте бачення світу. Не використовуйте фраз: «Та ти що! Це відстій», або «Тобі краще...». Навчійте його самостійно побачити проблему. Можливо, навіть дати помилитися. Важливо дати відчуття причинно-наслідкового зв'язку.
- ✓ Зосередьтеся більше на почуттях і потребах Вихованця, ніж на спробі одразу ж вирішити усі його проблеми. Покажіть, що він для Вас важливіше, ніж досягнення поставлених цілей. Якщо він побачить, що в нього вірять, то досягти мети буде простіше.

- ✓ Після обговорення питань, необхідно запитати Вихованця: «Що б ти хотів зробити в цій ситуації?», «Як я можу тобі допомогти?». Завдання, яке стоїть перед Наставником: не дати дитині готову «рибу», а навчити її ловити. Нехай сама планує, а Ви допоможете.
- ✓ Якщо Вас не влаштовує те, що ваш Вихованець хоче зробити, то перед тим, як Ви вирішите сказати це дитині, запитайте себе: «Чому мені це не подобається?». Подумайте, може, це Ваше бачення життя заважає прийняти його вибір, але насправді ні на його успішність, ні на здоров'я, ні на майбутнє це не вплине. Наприклад, як «ірокез» або сережка у вусі можуть вплинути на швидкість пересування? Мінімізуйте кількість «заборон».
- ✓ Якщо те, що Вихованець хоче зробити неможливо, попросіть пробачення та обережно поясніть причину. Проаналізуйте ситуацію. Допоможіть дитині побачити її під іншим кутом, щоб вона самостійно зрозуміла, чому саме це неможливо.
- ✓ Постарайтеся з'ясувати, які інші рішення влаштували б Вихованця. Намагайтеся формувати критичне мислення у Вихованця (здатність подивитися на ситуацію з боку). Наприклад, рольові вправи. Міняйтеся ролями, пояснюйте умови, опишуйте ситуацію.
- ✓ Вживайте вираз: «Мені треба подумати. А як ти вважаєш?».

Здорові стосунки Наставника і дитини мають на увазі повагу, співпереживання, щирість і гнучкість.

НЕБЕЗПЕЧНІ ТЕМИ В СПІЛКУВАННІ З ДИТИНОЮ

Для вибудовування позитивних і ефективних стосунків з дитиною, дуже важливо розуміти особливості життя і пережиті нею травми.

ТРАВМИ МИНУЛОГО

Без сумніву, це може бути найважчий етап у минулому житті вашого Вихованця, про який не лише розповісти, але і згадати буде тяжко. Наставникам необхідно знати, що необережне втручання в проблеми минулих травм дитини може викликати непередбачувану реакцію. Слід уникати подібних питань. Вихованець повинен мати право на конфіденційність. За бажанням дитина сама розповість про те, що її тривожить. Особлива увага має бути проявлена з боку фахівців, що мають доступ до особистої справи дитини, щоб вчасно попередити Наставника і забезпечити необхідну конфіденційність, а отже і захист Вихованця.

Прикладами таких травм можуть бути:

- ✓ жорстоке ставлення
- ✓ відсутність піклування
- ✓ відмова від дитини
- ✓ сексуальне розбещення малолітніх
- ✓ зґвалтування
- ✓ психологічна образа і приниження дитини
- ✓ важкі втрати близьких
- ✓ поранення або захворювання
- ✓ розлучення батьків
- ✓ жорстокість з боку суспільства
- ✓ бідність
- ✓ стихійні лиха
- ✓ каліцтва або інвалідність батьків.

СИТУАЦІЯ В СІМ'Ї (НА СЬОГОДНІ АБО В МИНУЛОМУ)

Важливо усвідомити, що, незважаючи на різні причини вилучення дитини з сім'ї, вона продовжує любити своїх батьків. Проблеми в сім'ях призводять до різних поведінкових і емоційних дисбалансів у житті дитини. Деякі зможуть говорити про це відкрито, інші краще мовчатимуть і не обговорюватимуть ці питання. У будь-якому випадку Наставники мають бути дуже уважними, не висловлюючи особистих думок про сім'ю Вихованця. Деяким Наставникам буде важко утриматися від суб'єктивних оцінок сім'ї і батьків свого Вихованця, оскільки, на їхню думку, вони не змогли надати нормальних умов для життя дитини. Тому дуже важливо, щоб Наставник був максимально об'єктивним, для того, щоб допомогти дитині самій розібратися у своїх почуттях. Важливо також підтримувати позитивні враження і підкреслювати все хороше, що було у дитини в минулому.

ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ

У дітей-сиріт часто трапляються конфлікти з оточенням (соціальними працівниками, прийомними батьками, учителями, іншими дітьми). Необхідно, щоб Наставники залишалися нейтральними у своїх оцінках і судженнях, і не приймали нічию сторону. Для того, щоб підтримати свого Вихованця, Наставнику необхідно вислухати дитину без висловлювання будь-яких суджень і думок, і спільно з іншими учасниками конфлікту спробувати розв'язати цю проблему. Це може бути складним для декого з Наставників, які занадто прив'язалися до свого Вихованця і, відповідно, мають бажання захистити його. Або ж навпаки, критикують дитину за її невміння вирішувати, здавалося б, прості ситуації.

ШКІЛЬНА УСПІШНІСТЬ

Наставник повинен допомагати дитині в межах її потенційних можливостей та не вимагати того, що їм не відповідає. Якщо потенційних можливостей дитини вистачає для нормального розвитку, то Наставник не повинен підтримувати небажання дитини вчитися і розвиватися, а навпаки, повинен мотивувати дитину розвиватися і допомагати їй в цьому.

ПРАВОПОРУШЕННЯ

Існує думка, що усі діти-сироти – це потенційні злочинці. Необхідно визнати, що діти-сироти дійсно входять до групи ризику, вони схильні до правопорушень. Це може означати, що молоді люди вимагають до себе підвищеної уваги як з боку Служби у справах дітей, так і правозахисних органів. Наставники, в свою чергу, можуть постаратися здійснити превентивні заходи, дотримуючись при цьому тактовності й обережності. Наставник повинен розуміти, що він може стати єдиною людиною в житті дитини, якій вона зможе довіряти. За умови, що Наставник не намагатиметься стати ще одним дорослим, який постійно «читає моралі» і вчить «як жити». Для того, щоб пояснити негативні наслідки правопорушень і злочинного способу життя, необхідно спочатку побудувати довірливі стосунки з Вихованцем. Величезне значення може зіграти особистий позитивний приклад Наставника, який може виявитися красномовнішим за тисячу слів.

НАРКОТИЧНА ЗАЛЕЖНІСТЬ

Багато дітей-сиріт вже мають досвід прийому різних психотропних речовин, внаслідок асоціального способу життя сім'ї і негативного впливу вулиці. Важливо розуміти, що ця проблема має суто індивідуальний характер. Колективні бесіди на тему: «Шкода від паління» і т. д. навряд чи дадуть плід. Наставник повинен розуміти, що його суб'єктивні судження і мораль матимуть швидше негативні наслідки. Вихованець може просто замкнутися в собі та взагалі перестати говорити з Наставником. Найлегший шлях викликати протидію або, більше того, відкритий конфлікт з боку Вихованця – це сказати: «Те, що ти робиш – неправильно». Вихованці потребують того, щоб бути почутими. Наставник може тільки спробувати зрозуміти причину вживання або пристрасті Вихованця до психотропних речовин. Найчастіше підлітки роблять це на вимогу моди, компанії або для того, щоб притупити біль від проблем, що виникають в їхньому непростому житті. Дуже важливо, щоб Наставник не намагався стати психотерапевтом або лікарем – наркологом. Необхідно знати, що подібні проблеми повинен вирішувати фахівець. І роль Наставника в цьому випадку – допомогти дитині прийняти власне рішення звернутися до лікаря або психолога. Важливо зрозуміти, що необхідно усунути причину, а не боротися з наслідками.

ПРОЯВИ РАННЬОЇ СЕКСУАЛЬНОСТІ

Це ще одна важка тема для обговорення з підлітками і дітьми. Побудова справді довірливих стосунків між Вихованцем і Наставником є важливим етапом також і для того, щоб думка дорослого була прийнята. Слід бути особливо обережним при обговоренні цього питання, уникаючи критичних суджень. Дотримуйтеся конфіденційності і тактовності. Наставнику слід високо цінувати відвертість Вихованця (якщо така є).

Причини ранньої сексуальної активності можуть бути різними: сексуальне насилля в дитинстві, негативний приклад розбещеної поведінки батьків дитини та ін. Наставникам у вирішенні цієї проблеми необхідно бути терплячими та незасуджуваними слухачами. А також звернутися до спеціалістів в цій області (психологів, сексопатологів), дотримуючись суворої конфіденційності. Для допомоги дитині потрібна командна робота усіх, хто на цьому етапі піклується про дитину. І Наставник може стати частиною цієї команди, не втративши при цьому довіри Вихованця.

МЕДИКАМЕНТОЗНЕ ЛІКУВАННЯ

Наставнику слід вивчити потреби дитини, достеменно знати особливості фізіології Вихованця. Якщо дитина перебуває під постійним медичним наглядом, Наставник повинен мати хоча б елементарні знання в області медицини, щоб при необхідності надати першу медичну допомогу. Якщо дитина повинна регулярно приймати певні медичні препарати, Наставнику необхідно бути дуже уважним до будь-яких незвичайних проявів і змін у стані здоров'я свого Вихованця, і при необхідності одразу ж звертатися до фахівців.

ПСИХІЧНІ І ЕМОЦІЙНІ ПРОБЛЕМИ

Наставник повинен пам'ятати, що він не є психологом або лікарем для свого Вихованця. Проте, це не означає, що Наставник не може розмовляти з дитиною про його емоційний стан. Але важливо вчасно розпізнати межу своїх повноважень, і зрозуміти, що та чи інша проблема є полем діяльності психотерапевта. Наставник, в даному випадку, може допомогти в організації консультацій у фахівця. Дуже часто Вихованець може уникати зустрічей з фахівцями, не бажаючи «розлучатися» зі своїми проблемами. Наставник може допомогти в підтриманні мотивації до лікування, проводячи роз'яснювальні бесіди з Вихованцем. Дитині необхідно пояснити, чому позитивні результати лікування є настільки важливими для його подальшого життя.

Наставник може стати потужним «чинником підтримки» для Вихованця. На цьому етапі дуже потрібна командна робота усіх вихователів і фахівців, які оточують дитину.

КУЛЬТУРНІ ВІДМІННОСТІ

Цілком природньо, що Вихованець і Наставник можуть належати до різних соціокультурних шарів суспільства. Для усвідомлення відмінностей між ними і попередження непорозумінь важливо, щоб Наставники виховували в собі соціокультурну компетенцію.

ПОГІРШЕННЯ ПОВЕДІНКИ

Коли Наставник зустрічається з проблемною поведінкою Вихованця, необхідно знати до кого звернутися по допомогу і підтримку (психолог, соціальний педагог). У рамках програми працює «гаряча» телефонна лінія, а також доступні поради психолога. Якщо ж проблемна або задирлива поведінка проявилась у момент спільного відвідування громадських заходів, Наставнику варто перервати візит і повернутися до установи (оскільки він несе особисту відповідальність за життя і здоров'я Вихованця). Пізніше, в спокійній атмосфері, слід обговорити причини зухвалої поведінки і звернути увагу Вихованця на норми поведінки, які існують в суспільстві.

Якщо поведінка Вихованця може загрожувати його фізичному або емоційному здоров'ю (спроби самогубства, загроза зброєю, нервові зриви), Наставнику слід попередити про це координатора програми, а також дирекцію закладу. Спільно ви зможете швидше і якісніше допомогти Вихованцеві, ніж якщо ви намагатиметеся приховувати ці факти в надії впоратися самостійно.

ПИТАННЯ, ЩО ЧАСТО ВИНИКАЮТЬ

ЩО ТАКЕ НАСТАВНИЦТВО?

Слово «наставництво» бере початок від англійського слова «mentor», що означає «наставник». Ментором звали героя старогрецької міфології, який славився тим, що був мудрим радником, користувався загальною довірою. До недавнього часу це слово зберігало своє значення. Саме його часто вживали політики, спортсмени, актори та інші люди для опису людини, яка значно вплинула на них на різних етапах кар'єри.

ХТО ТАКИЙ НАСТАВНИК?

Наставник – це дбайливий дорослий друг, який стає для дитини або підлітка емоційно вагомою людиною та хоче і може присвятити їй свій час, знання і сили. У більшості з нас на певних етапах нашого життя обов'язково був позитивний досвід спілкування зі значущими людьми: учителями, тренерами, керівниками. Ці люди вплинули на наш вибір цінностей, життєві принципи, а також вчинки. Вони були для нас прикладами, захисниками, радниками і просто друзями, допомагаючи і підтримуючи в пошуку індивідуальних життєвих цілей. Роль же Наставника набагато важливіша, тому що об'єднує усі ці функції, виконує багато ролей у стосунках з дитиною.

КОЛИ Я СТАНУ НАСТАВНИКОМ, ЧИМ Я ЗМОЖУ ДОПОМОГТИ ДИТИНІ?

Наставник при взаємодії і спілкуванні з дитиною цілеспрямовано виконує основні цілі:

- ✓ навчити дитину навичкам самостійного життя в суспільстві;
- ✓ прищепити культурні, духовні і моральні цінності;
- ✓ допомогти розвинути свій потенціал і визначити життєві цілі;
- ✓ стати йому вірним другом і опорою в складних ситуаціях.

ХТО МОЖЕ СТАТИ НАСТАВНИКОМ?

Наставником може стати повнолітня психічно здорова людина, що сповідує загальноприйняті моральні якості та має можливість, а, головне, бажання допомагати дітям.

ЯК МЕНІ САМОСТІЙНО ВИЗНАЧИТИ, ЧИ ЗМОЖУ Я БУТИ НАСТАВНИКОМ? ЯКІ МОЖУТЬ БУТИ КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ МОЇХ МОЖЛИВОСТЕЙ?

Перш ніж наважитися на такий серйозний крок, треба зважити усі «за і проти», пам'ятаючи про те, що Наставництво має на увазі довгострокові близькі стосунки з дитиною, в процесі яких вона прив'язується до вас, а ви – до неї. Будь-яке розривання стосунків або непостійність з вашого боку (неважливо, з якої причини) є болючим і травмує вашого Вихованця.

Тому оцінкою ваших можливостей стати хорошим Наставником, будуть відповіді на такі питання:

1. Чи зможу я стабільно і постійно мінімум раз на тиждень відвідувати дитину в інтернаті (в дитячому будинку)?
2. Чи дозволить мені це робити стан мого здоров'я (принаймі, на даний момент)?
3. Чи не будуть мої найближчі родичі проти того, що я декілька годин в тиждень присвячуватиму «чужій» дитині і буду відсутній/я вдома?

ЯКОЮ МАЄ БУТИ МІНІМАЛЬНА АБО МАКСИМАЛЬНА РІЗНИЦЯ У ВІЦІ НАСТАВНИКА І ДИТИНИ?

Оскільки основною метою Наставника є передача позитивного досвіду і знань, то наявність цих самих знань у нього самого є дуже важливою. Тут вік не є основним критерієм. У нашій в Програмі було декілька пар, де Наставникові і Вихованцеві було по 18 років. Ви запитаете, чому ж саме може навчити такий Наставник? Але важливо пам'ятати, що молода людина, яка виховувалася в сім'ї серед люблячих і дбайливих людей, однозначно встигла за свої 18 років от-

римати значно більше позитивного досвіду і моральних цінностей, які вона зможе передати своєму Вихованцеві – другу, котрий волею долі з дитинства опинився в держустанові. В даному випадку ми отримуємо наставницькі стосунки, засновані на дружбі, взаємній довірі та партнерстві. Але буває, що між Вихованцем і Наставником різниця у віці значна, і тоді дитина сприймає свого Наставника як досвідченого дорослого, і тут стосунки будуватимуться на повазі.

Можемо зробити висновок, що різниця у віці не є найбільш важливим критерієм, головне, щоб можливості Наставника відповідали потребам дитини.

ЧИ ВАРТО ЗАПРОШУВАТИ ВИХОВАНЦЯ ДО СЕБЕ ДОДОМУ?

На це питання немає однозначної відповіді. З одного боку, можливість провести час в сімейному колі може допомогти дитині-сироті набути життєвих навичок. Відвідування сім'ї допоможе виробити у дитини почуття приналежності, а також зблизити її з Наставником. З іншого боку, існує певна небезпека для відвідувань дитиною-сиротою дому свого Наставника. Чинниками ризику можуть стати:

- ✓ негативний мікроклімат в сім'ї Наставника; упереджене відношення членів сім'ї Наставника до дитини-сироти;
- ✓ бажання Вихованця залишитися в сім'ї Наставника назавжди;
- ✓ емоційний нестабільний стан Вихованця, який не дозволить йому налагодити здорові стосунки з іншими членами сім'ї Наставника (необхідно враховувати, що дитина, яка все життя виховувалася в колективі, може не мати навичок побудови особистісних взаємин);
- ✓ вік Вихованця (чим молодша дитина, тим вона болючіше може віднестися до факту повернення з сім'ї в колективний заклад, що, в свою чергу, може травмувати її ще більше).

У будь-якому випадку, всі можливості виходу дитини-сироти за межі інтернату (відвідування концертів, виставок, прогулянки, а також візити в сім'ю Наставника) повинні заздалегідь обговорюватися з дирекцією установи і вихователями (психологом, соціальним працівником), а також координатором Програми Наставництва. Потрібне ухвалення колективного рішення про користь або шкоду відвідувань дитиною сім'ї Наставника.

ЯК СИЛЬНО НЕ ПРИВ'ЯЗАТИ ДО СЕБЕ ДИТИНУ

Ще в процесі підготовки дитини до наставницьких стосунків важливо, щоб фахівці дитячої установи (вихователь, психолог, педагог) правильно пояснили, хто такий Наставник, його роль і функції. Програма Наставництва, передусім, розрахована на підлітків, вік, коли дитина вже може зрозуміти

різні соціальні ролі людей. Відповідно, можна зрозуміло розтлумачити, що Наставник – це не мама і не тато, не дядько або тітка, а дорослий, дбайливий друг, який хоче спілкуватися з Вихованцем і допомогти йому досягти успіху в житті. Діти молодшого шкільного віку навряд чи уявляють собі роль Наставника, і все-таки більше схильні до формування стійкішої прихильності, і, як би там не було, чекають на сім'ю і батьків.

Далі багато що залежить від самого Наставника, від його максимальної щирості в спілкуванні, а головне – від його професійної підготовленості до стосунків з дитиною. Читайте психологічну і педагогічну літературу, при можливості пройдіть навчання на тренінгу для Наставників, ознайомтеся з інформацією на сайті Програми Наставництва.

Я САМ НІЧОГО НЕ ВМІЮ, ЧОМУ Ж Я МОЖУ НАВЧИТИ?

Ви просто недооцінюєте свої сили! Доросла людина завжди знайде, чим поділитися з підлітком. Є маса речей, які ми навіть і не сприймаємо як наші особливі знання. Наприклад: як визначити свіжість хліба або м'яса, де краще купувати продукти (на базарі чи в магазині), як спланувати бюджет або одягнутися відповідно до погоди. Все те, що для нас є звичним, для дитини-сироти може стати відкриттям. Багато жінок вміють шити, в'язати, вишивати. Практично кожна вміє готувати. І це теж величезні і неоціненні знання, які жінка може передати дівчині-підліткови, якій скоро самій доведеться піклуватися про себе в дорослому житті. Чоловіки, в свою чергу, можуть передати свій досвід володіння фахом, навчити основам ремонту будинку і вирішенню повсякденних побутових завдань (заміна лампочки, ремонт крану, фарбування вікна та ін.).

ЯКЩО МІЙ ВИХОВАНЕЦЬ ГРУБО ВІДГУКУЄТЬСЯ АБО СКАРЖИТЬСЯ НА ДИРЕКТОРА ЧИ ВИХОВАТЕЛІВ – ЯК МЕНІ РЕАГУВАТИ ЯК НАСТАВНИКУ?

Найголовніше, що треба запам'ятати: в жодному разі не дозволяйте втягнути себе в конфлікт! Навіть якщо дитина має рацію і відношення до неї з боку працівників установи несправедливо негативне. Краще за все спокійно вислухати дитину, не «підТакуючи» його скаргам, і сказати, що в будь-якому конфлікті завжди беруть участь дві сторони і, можливо, таке ставлення вихователя до неї стало реакцією на її (дитини) не зовсім хорошу поведінку. Чи цей конфлікт – результат нерозуміння. Запропонуйте Вихованцеві обговорити це питання ще з кимось (можливо, безпосередньо з протилежною стороною конфлікту). У будь-якому випадку не давайте ніяких обіцянок, а просто скажіть, що ви спробуєте в усьому розібратись. Якщо скарги повторяться знову, можна буде обережно спробувати поговорити з психологом або педагогом установи. Пам'ятайте, що будь-який конфлікт може значно зашкодити дитині.

НАША ІНІЦІАТИВНА ГРУПА НА СВЯТА ВІДВІДУЄ ІНТЕРНАТИ З ТЕАТРАЛЬНИМИ ВИСТАВАМИ І ПОДАРУНКАМИ У ВИГЛЯДІ СОЛОДОЩІВ І ІГРАШОК – ЦЕ ТЕЖ НАСТАВНИЦТВО?

Дітей-сиріт в інтернатах відвідують багато добродійних, громадських і релігійних організацій. В основному метою візиту є організація дитячого дозвілля (на основні дитячі свята), надання фінансової допомоги і т. д. Така допомога дуже важлива і потрібна для інтернатів, які часто переживають нестачу коштів. Але важливо пам'ятати, що тільки особисті і тривалі стосунки дорослого з дитиною допоможуть їй повірити в те, що вона дійсно не самотня, що в неї (в неї ОСОБИСТО!) є та людина, яка приймає її такою, якою вона є, піклується про неї, жертвує для неї своїм часом. Діти, що живуть тривалий час в колективі, понад усе потребують особистого контакту, тобто індивідуального наставництва. Тому спробуйте зробити свою роботу з дітьми ще більш ефективною – спрямовуйте вашу команду (групу, однодумців) на особисті зустрічі з дітьми.

ДИТИНА ПОПРОСИЛА ДОРОГИЙ ПОДАРУНОК. ДАРУВАТИ ЧИ НЕ ДАРУВАТИ?

Дарувати дорогі подарунки дитині не варто, навіть якщо у вас є така фінансова і матеріальна можливість. Будь-який подарунок, особливо дорогий, спотворює і підтримує в дітях-сиротах споживче відношення: мені дають і повинні давати, тому що я сирота. Вихованцям дають так багато подарунків з боку безлічі добродійних організацій, що з часом подарунки сприймаються як невід'ємна частина їхнього життя.

Якщо дитина просить дорогий подарунок, то залежно від віку Вихованця треба постаратися визначити, чи усвідомлює сама дитина вартість подарунку. Якщо усвідомлює, то можна обговорити чому (для чого) вона просить саме цей подарунок або яка користь від цього подарунку (що вона з ним робитиме). Часто діти просять щось тільки тому, що це подарували комусь іншому або ж це данина моді, вона бачила це в рекламі і т.д. Після такої розмови дитина може сама зрозуміти, що в даний момент це їй не потрібно.

Також постарайтеся пояснити, що вартість подарунку, який просить Вихованець дорівнює, наприклад, вашому тижневому заробітку, і щоб отримати цю суму, необхідно прикласти багато праці і часу. Саме тому ви не можете дозволити собі витратити цю суму, адже у вас є сім'я і поточні витрати.

Головне, будьте чесними і щирими з дитиною. Не бійтеся, що після відмови ваші стосунки з нею зіпсуються. Ви дієте в інтересах Вихованця, він зрозуміє вас, нехай навіть і не одразу.

Ще одна порада: щоб не потрапляти в подібні незручні ситуації – не запитуйте дитину, що їй подарувати, наприклад, на день народження. Виберіть самі недорогий, але корисний для неї подарунок, адже для дитини найголовніше не подарунок, а ваші з нею стосунки.

ЧИ МОЖНА ДІТЯМ ДАВАТИ ГРОШІ?

Гроші дітям давати не можна, тому що більшість з них не знає ціни грошам і не вміє ними розпоряджатися. Отримавши від вас гроші, дитина, швидше за все (у кращому випадку) витратить їх на щось непотрібне. У гіршому – купить сигарети, алкоголь і т. д., адже усе це так принадно виглядає з боку, і дитині важко встояти перед спокусою виглядати доросліше і крутіше. Якщо Вихованець просить гроші на недорогі і необхідні йому речі, як, наприклад, зошит, ручку, альбом і інше, то або купіть їх самі і подаруйте йому, або по-можливості підіть разом до магазину і нехай він купить їх сам з вашою допомогою. Так він вчитиметься правильно розпоряджатися грошима і самостійно рубити покупки.

ЯК РЕАГУВАТИ, ЯКЩО ДИТИНА ПРОСИТЬ ЗАБРАТИ ЇЇ ДО СЕБЕ ДОДОМУ НАЗАВЖДИ?

Це питання діти задають досить часто, тому, якщо воно прозвучало, не треба роззублюватися і переживати, що не можете забрати дитину до себе. Пам'ятайте, що ви прийшли в Програму Наставництва і стали Наставником з метою навчити дитину певним навичкам самостійності, допомогти розвинути свій потенціал, стати її вірним другом і опорою в будь-яких ситуаціях. Тому ще раз спокійно поясніть усе це своєму Вихованцеві. Будьте щирими, розповідаючи йому про те, що не можете його забрати внаслідок сімейних, особистих або інших обставин у вашому житті, тому і стали його Наставником, щоб всіляко допомагати і підтримувати його.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО БАГАТО РОБИШ ДЛЯ ДИТИНИ, АЛЕ ВЕЛИКИХ ВИДИМИХ ЗМІН В ЇЇ ЖИТТІ НЕ ВІДБУВАЄТЬСЯ І З ЧАСОМ НАСТАЄ ВІДЧУТТЯ БЕЗВИХОДІ?

Реальність така, що з дітьми з інтернатів не так легко взаємодіяти. У більшості з них нелегке минуле, тому щоб навчити дитину корисним речам, знадобиться багато терпіння і сил. Щоб уникнути відчуття безвиході під час взаємодії з дитиною – оцініть її потреби і можливості, і не очікуйте надто багато від дитини та майбутніх результатів вашого спілкування. Нехай це будуть короткострокові невеликі цілі, наприклад, такі, як навчання Вихованця певним життєвим навичкам: мити руки перед їжею, приходити вчасно на зустріч, вітатися, акуратно складати свої речі і дбайливо до них ставитися. Для вас це здаватиметься дрібницею, а для дитини це може бути найважливіша життєва навичка, яка допоможе їй у майбутньому легше адаптуватися до нового життя після виходу з державної установи.

Намагайтеся частіше радитися з фахівцями: координатором Програми Наставництва, психологом, соціальним педагогом – вони допоможуть вам поставити правильні цілі і взаємодіяти з дитиною. Також порадьтеся з іншими Наставниками: взаємопідтримка і взаємодопомога завжди допомагають рухатися далі впевнено.

ДІТИ ЗАПИТУЮТЬ: «НАВИЩО ТИ ЦЕ РОБИШ – ДОПОМАГАЄШ І ПРИХОДИШ ДО МЕНЕ»? ЩО ЇМ ВІДПОВІДАТИ?

Відповідайте чесно і щиро про ваші почуття і цілі приходу до дитини. Вона ставить це питання тільки тому, що хоче почути, що ви приходите до неї не для того, щоб поставити галочку, а що вона дійсно важлива і цінна для вас. Розкажіть їй про це.

ДИТИНА НІЧОГО НЕ ХОЧЕ РОБИТИ: ЯК МОТИВУВАТИ ЇЇ ДО ДІЯЛЬНОСТІ?

Можливо, це пов'язано з тим, що, знаходячись в установі, дитина-сирота робить усе за вказівкою і певним розкладом: вона не має вибору в діях, не може самостійно приймати рішення і з часом повністю звикає до цього. Коли ж у Вихованця з'являється можливість вибору, котрий ви йому пропонуєте, виявляється, що він не здатний впоратися з наданою свободою. Її, свободу вибору, він сприймає таким чином: зараз я можу сказати «так або ні», а оскільки протягом тривалого часу сказати «ні» було неможливо, то я оберу саме «ні». Відмова – це природна реакція на тривалий примус, з яким постійно жив Вихованець. Тому, знаючи інтереси та потреби дитини, збільшуйте кількість свободи поступово, щоб він вчився її правильно використовувати. При цьому, запланувавши для нього будь-яке заняття, робіть це разом з ним, чи це читання книги, в'язання гачком або спортивні вправи.

Потурбуйтеся, щоб процес був захоплюючим. Наприклад, якщо ви хочете навчити дитину краще читати, виберіть для цього не яку-небудь нудну статтю, а пізнавальний журнал (книгу) на тему, що її цікавить. Для дівчаток це може бути книга «Юна леді», для хлопчиків – журнал про футбол і т. п. Не очікуйте надто багато: неможливо навчитися за рік тому, чому вони повинні були вчитися все життя.

ЧИ МОЖНА ПОДАРУВАТИ МОБІЛЬНИЙ ТЕЛЕФОН, ЩОБ МАТИ МОЖЛИВІСТЬ ЧАСТІШЕ СПІЛКУВАТИСЯ З ВИХОВАНЦЕМ?

У більшості установ не рекомендують і навіть забороняють дітям мати мобільні телефони. Це пов'язано з тим, що, отримавши дорогий подарунок, дитина не вміє правильно з ним поводитись. Вона або одразу ж витрачає всі гроші, покладені на рахунок, або постійно грає в ігри, які є в телефоні. Бували випадки, коли, маючи мобільний телефон, діти вночі заради забави дзвонили на випадково набрані номери і говорили людям нехороші речі. Тому, перш ніж прийняти остаточне рішення дарувати або не дарувати телефон, врахуйте вищеприказані факти і уточніть у персоналі закладу, чи дозволяється дітям мати мобільні телефони.

Якщо зваживши усі «за і проти», ви бачите, що ризик того, що подарований вами телефон буде використаний не за призначенням мінімальний, і дитині в установі дозволяється мати телефон, ви можете подарувати його Вихованцеві. Перед цим обов'язково обговоріть з Вихованцем умови і правила користування

телефоном, час і дні, коли можна вам дзвонити. Телефон має бути недорогим і простим: без доступу до інтернету та ігор – це зменшить можливість використовувати його не за призначенням.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ДИТИНА НЕ ХОЧЕ ЗАЙМАТИСЯ ТИМ, ЩО ЗАПЛАНОВАНО?

Небажання дитини займатися саме сьогодні чимось конкретним може бути пов'язане з різними причинами. У неї може бути просто поганий настрій, був нелегкий і важкий день, хтось її образив, щось не вдалося і т. д. Тому не варто наполягати і тиснути на неї. Відкладіть ваші плани, спробуйте перевести її увагу на щось інше і делікатно з'ясувати, що трапилось. Проведіть цей час разом, як їй хочеться, а те, що ви запланували, можна зробити і наступного разу.

ВАЖКА ПОВЕДІНКА ДИТИНИ : ЧОМУ ЦЕ ВІДБУВАЄТЬСЯ І ЩО РОБИТИ?

Важкою поведінкою дитини може бути брехня, крадіжка, агресія, замкнутість, впертість, нецензурні слова і багато чого іншого. Причини такої поведінки можуть бути різні, але в основному це:

- ✓ страх, викликаний почуттям незахищеності і підвищеним відчуттям небезпеки;
- ✓ самозахист своїх меж і свого «я» (щоб не образили);
- ✓ бажання таким чином звернути на себе увагу і самовиразитися;
- ✓ випробування вас «на міцність» (чи будете ви любити і приймати її такою, якою вона є).

Щоб вплинути на зміну важкої поведінки, треба пам'ятати, що найчастіше вона викликана незадоволеними потребами дитини. Постарайтесь побачити по поведінці Вихованця його потребу в любові, прийнятті, почутті захищеності, впевненості, що він прийнятий і його цінують. Допмагаючи дитині задовільнити емоційні потреби, ви побачите, як змінюватиметься її поведінка.

ЧИ МОЖНА БРАТИ НА ЗУСТРІЧІ З ДИТИНОЮ В ІНТЕРНАТІ СВОЮ РІДНУ ДИТИНИ?

Це багато в чому залежить від віку вашої дитини. Якщо вона ще маленька і вимагає уваги, то у вас не вийде приділити досить часу, уваги і турботи вашому Вихованцеві. А саме для цього ви прийшли до нього в інтернат. Тому не варто брати з собою маленьку дитину.

Якщо ж ваша дитина вже досить доросла і самостійна, може сама про себе потурбуватися і вам не заважатиме, то за домовленістю з персоналом установи і з дозволу вашого Вихованця (раптом він сам не захоче ділити вашу увагу з кимось), можна взяти дитину з собою.

ЧИ МОЖНА ОБ'ЄДНУВАТИСЯ З ДЕКІЛЬКОМА ПАРАМИ НАСТАВНИКІВ І ВИХОВАНЦІВ?

Так, можна. Особливо якщо Вихованці двох пар непрямо ставляться один до одного. Спільно проведений час допоможе дітям примиритися, порозумітися. Це допоможе розширити коло спілкування кожної дитини. Але робити це варто не більше одного (іноді двох) разів на місяць, щоб не позбавити Вихованця індивідуальних зустрічей і індивідуального спілкування з вами.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО МЕНІ ЗДАЄТЬСЯ, ЩО Я ПРИДІЛЯЮ ВИХОВАНЦЕВІ НЕДОСТАТНЬО ЧАСУ, ЩО МОЯ ВІДДАЧА «НЕ НА ПОВНУ СИЛУ», А ЗНАНЬ НЕДОСТАТНЬО?

Завжди треба реально оцінювати свої можливості і сили, ставити реальні цілі і очікування. Тут може бути дві ситуації: ви дійсно можете більше (наприклад, більше проводити часу з Вихованцем), або ви стараєтесь і робите все можливе, але при цьому ви занадто вимогливі і критичні до себе. Проаналізуйте все спокійно, порадьтеся з фахівцями, які допоможуть зробити правильні висновки.

У будь-якому випадку ви робите вже багато, коли приходите до дитини, проводите з нею час, даючи їй почуття значущості і захищеності, підтримуючи її і допомагаючи їй.

ЧИ ПОТРІБНО РАДИТИСЯ ЗІ СВОЇМИ РІДНИМИ І БЛИЗЬКИМИ, А ТАКОЖ З БІОЛОГІЧНИМИ ДІТЬМИ, ПЕРШ НІЖ НАВАЖИТИСЬ ДОПОМАГАТИ ДИТИНІ-СИРОТІ?

Радитися треба обов'язково, особливо з тими, хто може істотно вплинути на ваше рішення. Адже певну частину (хай і невелику) вашого часу, сил, уваги і турботи, яка раніше могла належати їм, ви віддаватимете «чужій» дитині. Це може комусь не сподобатися. Тому, щоб надалі уникнути сварок, ревнощів, розбіжностей і конфліктів у сім'ї, заздалегідь отримайте від рідних і близьких згоду і схвалення на вашу взаємодію з дитиною-сиротою.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ЧЕРЕЗ РІЗНІ Я ОБСТАВИНИ ТРИВАЛИЙ ЧАС НЕ ЗМОЖУ ВІДВІДУВАТИ ДИТИНУ?

Якщо ви знаєте про це заздалегідь, попередьте дитину про те, що, наприклад, впродовж 2-3 місяців через відрядження по роботі в інше місто ви не зможете приходити до неї. Поясніть їй, що це робоча необхідність, що вам дуже шкода, що так довго у вас не буде можливості зустрічатися, і що ви сумуватимете. Знайдіть альтернативний варіант зв'язку з Вихованцем: телефонні дзвінки, листи поштою або спілкування через інтернет.

Якщо це станеться несподівано для вас (наприклад, ви захворіли), то обов'язково знайдіть спосіб повідомити про це дитину і продовжуйте підтримувати з нею зв'язок через дзвінки, листи, інтернет. Для дитини важливо, що ви не кинули її і пам'ятаєте про неї.

ВПРОДОВЖ ЯКОГО ЧАСУ НАСТАВНИКУ ТРЕБА ВЗАЄМОДІЯТИ З ДИТИНОЮ?

Наставництво – це довгострокові стосунки, в процесі яких ви досягаєте тих цілей, заради яких ви стаєте Наставником. Ці стосунки в процесі взаємодії з дитиною можуть набувати різної форми. Наприклад, коли дитина знаходиться в інтернаті, ви відвідуєте її раз на тиждень. Після того, як вона вступить далі вчитися у ВНЗ – ви можете відвідувати її раз на місяць і періодично дзвонити, переписуватися через інтернет. Іншими словами, ви різними способами підтримуєте стосунки з Вихованцем, досягаючи основних цілей Наставництва : підготувати дитину до самостійного життя і бути їй вірним другом і опорою в будь-яких ситуаціях.

ЯКЩО ДИТИНА ПРИ МЕНІ ПАЛИТЬ, ЯК ПРАВИЛЬНО РЕАГУВАТИ І ЩО РОБИТИ?

Передусім, не починайте читати їй мораль і лекції про шкоду куріння. Набагато ефективніше буде розповісти дитині про свої почуття. Можна сказати: «Ти мені не байдужий, я переживаю за тебе, оскільки куріння завдає шкоди твоєму здоров'ю. І мені особливо неприємно і ще більше раниць мене, коли ти робиш це при мені. Я буду тобі дуже вдячний, якщо ти при мені не палитимеш». Швидше за все, після таких слів ваш Вихованець не палитиме у вашій присутності.

ЯКЩО ДИТИНА ЗРОБИЛА НЕПРАВИЛЬНИЙ ВЧИНОК (НАПРИКЛАД, ЩОСЬ ВКРАЛА) І ДУЖЕ ПРОСИТЬ ПРО ЦЕ НЕ ГОВОРИТИ НІКОМУ З УСТАНОВИ: ГОВОРИТИ АБО НЕ ГОВОРИТИ?

Якщо дитина відкрилася і довірилася вам, а її провина не принесла нікому значної шкоди і збитку – значить їй потрібно підтримати і нікому не розповідати про її вчинок. Поясніть їй, що це добре, що вона сказала вам правду, що ви цінуєте її щирість і довіру до вас. Дайте зрозуміти, що, незважаючи на її негативний вчинок, ви не змінили до неї ставлення і, як і раніше, любите і приймаєте її. Але обов'язково попередьте, що будь-який негативний вчинок матиме наслідки, за які доведеться нести відповідальність. Тому, хоча цього разу про її вчинок ви нікому не скажете, та наступного разу, можливо, ви будете змушені про це когось розповісти.

ДИТИНА ГОВОРИТЬ НАСТАВНИКУ, ЩО ЙОГО Б'Є І КРИВДИТЬ ВИХОВАТЕЛЬ. ЩО РОБИТИ В ЦІЙ СИТУАЦІЇ?

Після того, як ви вислухали розповідь дитини, спробуйте детальніше з'ясувати, що ж саме відбувається, за яких обставин, як часто, чи є свідки конфлікту Вихованця та вихователя. Запитайте про те, чи зможе вона підтвердити те, що говорила зараз при розмові з кимось з установи. В процесі розмови з дитиною може з'ясуватися, що вона просто бреше, і цим хоче втягнути вас в конфлікт з працівниками установи. Якщо ж ви переконались, що Вихованець не бреше і все відбувається дійсно так, як він і говорить, то не варто

піддаватися негативним емоціям, тобто одразу кидатися в бій з вихователем, який «провинився». Подумайте, з ким з виховного закладу можна поговорити, щоб не спровокувати ще більший конфлікт, тим самим не допомагаючи, а ще більше завдаючи шкоди дитині, адже ви не можете бути з нею 24 години на добу. Потім поговоріть саме з цією людиною: психологом, юристом, директором, тим, хто почує, зрозуміє вас і допоможе дитині залагодити конфлікт з вихователем.

КОРИСНІ ІДЕЇ ДЛЯ ЦІЛОГО РОКУ НАСТАВНИЦТВА

- ✓ Визначте спільні цілі спілкування з Вихованцем.
- ✓ Робіть разом домашнє завдання.
- ✓ Залучайте Вихованця до приготування обіду й обідайте разом.
- ✓ Завітайте в кіно, на концерт, погуляйте разом.
- ✓ Почитайте разом журнали або цікаві книги.
- ✓ Плануйте свої спільні вихідні.
- ✓ Навчіться слухати разом з ним сучасну музику.
- ✓ Поговоріть про свою сьогоднішню роботу і згадайте про свою першу роботу.
- ✓ Поговоріть про вибір професії і про можливості кар'єрного росту.
- ✓ Запросіть його до себе на роботу.
- ✓ Запросіть його на пікнік, де будуть ваші колеги по роботі або друзі.
- ✓ Відвідайте місцеві коледжі та ВУЗ-и, перегляньте вимоги до абітурієнтів.
- ✓ Нехай ваші друзі розкажуть Вихованцеві про свою роботу і освіту.
- ✓ Розкажіть про фінансову сторону тієї або іншої професії.
- ✓ Попрацюйте над резюме вашого Вихованця.
- ✓ Допоможіть підготуватися до співбесіди при вступі в навчальний заклад або прийомі на роботу.
- ✓ Поговоріть про зовнішній вигляд, стилі одягу.
- ✓ Обговоріть можливості пошуку роботи і допоможіть Вихованцеві в цьому.
- ✓ Постарайтеся організувати Вихованцеві роботу на літо.
- ✓ Розкажіть про мережу підприємств, що запрошують на роботу молодих людей без досвіду.
- ✓ Поговоріть про складнощі і відповідальність на робочому місці.
- ✓ Навчіть Вихованця планувати бюджет.
- ✓ Познайомте його з технологією оплати різних рахунків (комунальні послуги, телефон і т. д.)
- ✓ Сходіть в місцеву поліклініку, познайомтеся з дільничним лікарем.
- ✓ Відвідайте стокові магазини, сходіть на ринок.
- ✓ Навчіть його торгуватися.
- ✓ Навчіть Вихованця розподіляти продукти харчування на тиждень, зробіть першу закупівлю разом.
- ✓ Напишіть разом вітальні листівки, листи знайомим.
- ✓ Сходіть на Богослужіння разом. Навчіть Вихованця правилам поведінки в церкві.
- ✓ Запросіть Вихованця на сімейну урочистість до своїх друзів.

- ✓ Поговоріть з ним про сімейні традиції, про важливість сім'ї.
- ✓ Поговоріть про ролі батька і матері в сім'ї, про місце дітей і про важливість побудови стосунків.
- ✓ Поговоріть про майбутнє виховання дітей.
- ✓ Намагайтеся бути поруч і стати для свого Вихованця справжнім другом, тоді у вас виникне ще безліч ідей!

ІСТОРІЇ НАСТАВНИЦТВА

Ознайомившись з найбільш поширеними помилками і міфами відносно дітей, які виховуються в державних установах, хотілось би розповісти і про історії успішних взаємин між Наставниками і Вихованцями. Кожна з цих історій – неповторна, але їх об'єднують терпіння, розуміння і кропітка праця, а також сміливість, з якою Наставники і Вихованці відкрили себе один-одному. З деякими історіями з нами поділилися самі Наставники, а деякі розповіли фахівці – координатори, залучені в Програму Наставництва.

ІСТОРІЯ НАСТАВНИЦІ ІРИНИ: «ГОЛОВНЕ, ЩОБ ГОЛОВНЕ ЗАЛИШАЛОСЯ ГОЛОВНИМ»

З моїм Вихованцем Артемом я познайомилася три роки тому в гостях у спільних знайомих. Я дізналася, що він випускник інтернату з іншого міста, приїхав вчитися в Київ, поступив в інститут на пільгових умовах. Артем не був схожий на моїх знайомих, був замкнутим, недовірливим, а інколи щось висловлював вголос, але це звучало грубо і зовсім нетактовно. Видно було, що він хотів влитися в колектив, потоваришувати, стати вагомим, але усе виходило якось незграбно. Усі його смикали і постійно робили зауваження, створювалося таке враження, що він спеціально так поведився, щоб йому зробили це зауваження. Я бачила, що він засмучується, коли у нього не виходить спілкуватися так, як це прийнято, що є якась розгубленість, невпевненість в собі.

Я зацікавилася його долею і, захотіла допомогти йому. Я побачила, що у Артема добре серце, спостерігала, як він любить грати з маленькими дітьми, любить спілкуватися, ходити в гості. Також я дізналась, що усе своє життя він прожив в інтернаті. Ще в положовому будинку він був залишений своєю матір'ю.

З Артемом ми потоваришували, почали більше спілкуватися, але в основному наші розмови були просто про справи, про проблеми, про різні ситуації. Я намагалась більше пізнати його, мені хотілося зрозуміти, як він себе почував, коли жив в інтернаті, чи продовжує він спілкуватися з колишніми друзями і хто ці друзі. Артем, особливо спочатку, був дуже закритим і не хотів, щоб я знала про нього якісь подробиці, він переживав про те, що я в корисних цілях намагаюся дізнатися про нього більше. Я пояснювала йому, що таке дружба, і якщо він не хоче про щось говорити, я не наполягатиму. Так ми і спілкувалися впродовж півтори років: я допомагала йому з навчанням, оскільки Вихованець за роки навчання в школі-інтернаті не навчився процесу вчитися, йому було дуже складно робити домашні завдання, ходити на перші пари, будувати стосунки з одногруп-

никами. Іноді він пропадав, довго не телефонував або міг по-телефону грубити мені, кидати трубку, спізнюватися, не приходити на зустрічі, повадився так, немов перевіряючи або чекаючи від мене зауваження в його адресу.

Але мені не хотілося робити йому зауважень, оскільки це робили всі, я ж хотіла допомогти йому розібратися в тому, хто він насправді є. Я бачила в ньому хорошу людину, не дивлячись на його погану поведінку. І Артем це зрозумів, він зрозумів що саме так я до нього ставитимусь завжди, і тільки через півтора роки нашого спілкування він почав відкриватися. Він поділився тим, що його і інших дітей з інтернату на канікули відправляли в Іспанію і що він добре знає іспанську мову. Артем розповів про одну іспанську жінку, з якою вони підтримують стосунки, і про те, що вона присилає йому подарунки, дзвонить часто і піклується про нього. Я поцікавилась, чи могла ця жінка усиновити його, коли він жив ще в інтернаті. Артем відповів, що йому цього хотілося, але вона б не змогла, оскільки у нього на той час були проблеми з документами і що зараз це неможливо, тому що він вже дорослий дев'ятнадцятирічний парубок. Очевидно, наша розмова з Артемом наштовхнула його на те, щоб в телефонній розмові з іспанкою дізнатися, чи хотіла вона раніше усиновити його, на що та відповіла, що і зараз хотіла б це зробити, але думає, що Артем вже цього не хоче. Таким чином, можна сказати, випадково, або зовсім не випадково почався процес всиновлення Артема.

Не описати тут, скільки всього сталося за ці три роки нашої дружби: це історія, коли Артема виганяли з інституту через пропуски, коли мені потрібно було перекопати кафедру дати йому ще шанс; це історія, коли у нього шляхом обману забрали велику суму грошей і мені довелося залучити знайомих, щоб шахрай повернув гроші; це історія про те, як ми разом готувалися до його сесії і яку він здав без трійок; це історія, коли він переніс важку операцію і мені потрібно було бути з ним, купувати ліки, залучати різних лікарів; це історія нашого знайомства і дружби з майбутньою мамою Артема; це радість від спільних перемог, – багато усього було. Можу сказати одне, що Артем став для мене не просто Вихованцем і навіть не просто другом, він став для мене рідною людиною. Ми так і називаємо себе: родичі. І слід сказати, що за ці три роки не лише я навчала його життю, але і він мене. Мені сумно, що Артем від'їжджає в Іспанію, але в той же час дуже радісно, що у свої двадцять років він знайшов маму, бабусю, дідуся і багато інших іспанських родичів. Мені радісно від того, що за три роки нашого спільного знайомства, Артем дуже сильно змінився, став упевненим, люблячим, дбайливим. Він полюбив книги і знання, які можна знайти в них. Він виділяється своєю індивідуальністю, а не поганою поведінкою. Він приймає свої плюси і мінуси і розуміє інших людей. Він виріс як особистість і продовжує формувати свій чоловічий характер.

Я говорила, що наші стосунки пройшли під девізом «Головне, щоб головне залишалось головним», а що ж головне в стосунках Наставництва, – запитаєте ви? А головне це Віра, Надія і Любов.

ІСТОРІЯ ПРО ТЕ, ЯК ВИХОВАНКА НАБУЛА ПРОФЕСІЙНОГО ДОСВІДУ І ДРУГА В ОСОБІ НАСТАВНИЦІ

Дівчинка Аліна з багатодітної сім'ї, їй зараз 14 років. У підлітка не склалися стосунки з мамою і вона втікала з дому. Тато, з яким у Аліни були близькі стосунки, нещодавно помер. Дівчинка до цього відвідувала 8 клас, але практично не вчилася, багато пропускала школу. Наступний рік для Аліни випускний, треба було визначитися зі вступом і вибором професії. Але це практично не було можливим через сильне відставання дівчинки за шкільною програмою. При цьому Аліна дуже талановита: пише вірші, добре малює, має почуття стилю, що стосується дизайну.

В даний момент вона знаходиться в притулку. У школу ходить з великим небажанням, проте вдалося з'ясувати, що у підлітка є мрія – вона хоче стати знаменитим перукарем.

Дівчинка ясно потребувала спілкування, а також надбання яких-небудь професійних навичок, щоб піти працювати і елементарно себе забезпечувати в майбутньому.

Аліні була підібрана Наставниця Тетяна, перукар, щоб навчити дівчинку всім нюансам цієї професії. Для Вихованки це великий плюс, тому що більшість курсів перукарського мистецтва дають теорію, а практики, щоб після закінчення стати хорошим майстром, недостатньо.

Через деякий час за допомогою Наставниці Аліна зможе якісно і професійно робити зачіски, стрижки й укладки, а значить, підпрацювати і реалізувати свої таланти і здібності.

Окрім цього, Наставниця і Вихованка потоваришували, а це свідчить про те, що у дівчинки є друг, який може їй допомогти і щось підказати в інших життєвих питаннях, не пов'язаних з професійною діяльністю Наставниці.

РОЗПОВІДАЄ ТЕТЯНА, КООРДИНАТОР ПРОГРАМИ НАСТАВНИЦТВА

Спочатку Програма Наставництва була розрахована на участь у ній тільки підлітків, дітей середнього і старшого шкільного віку. Тому мені, як координатору, було дуже складно почати роботу в закладі для маленьких дітей. Ми побоювалися того, як малюки приймуть Наставників. Адже пояснити маленькій дитині, що цей дядько не тато, а дорослий друг, дуже складно. Тому разом з персоналом дитячого будинку ми надзвичайно ретельно відбирали кандидатури дітей для участі в Програмі. Їх виявилось не так багато, і в основному це були дітки, у яких за станом здоров'я мало шансів потрапити в сім'ю. Цим малюкам потрібний постійний медичний нагляд, яким їх якраз і забезпечують повною мірою в дитячому будинку. Але все одно хочеться, щоб і у наших малюків з'явився дорослий, дбайливий друг, який буде поряд з ними протягом усього життя буде допомагати і підтримувати.

Дівчинці Софії зараз 3 роки. Її маму позбавили батьківських прав. У дитини не працює одна ніжка через травму і вона не може повноцінно ходити. Але, незважаючи на це – Соня весела, допитлива, життєрадісна дівчинка і вона дуже прагне навчитися ходити. На даний момент вона знаходиться в дитячому будинку, де велику частину часу проводить в дитячому манежі. Дівчинка гостро потребувала спілкування, а також допомоги, щоб мати можливість рухатися за підтримки дорослого, гуляти на вулиці і повноцінно розвиватися через пізнавальну діяльність.

Зусиллями фахівців Соні була підібрана Наставниця Людмила, котра займається з дівчинкою розвитком мови і моторики, уваги і пам'яті. Разом вони намагаються зміцнити м'язи ніжок: дитина тупає за допомогою робочої ноги, а Наставниця тримає її під ручки.

Я бачу, що Наставниці іноді доводиться стримувати сльози, коли вона займається з Сонечкою. Людмила, як доросла людина розуміє, що у Соні практично немає шансів на повне одужання. Але бачити кожний раз, як дитина радіє побачивши знайоме обличчя, розуміти, що ти зможеш надалі допомогти цій дитині стійко перенести труднощі свого «особливого» положення – це теж радість досягнення для Наставника. За допомогою Наставниці Софія зможе поліпшити свою мову, частіше гуляти на вулиці, більше спілкуватися і навіть пересуватися. Я вірю, що у них усе вийде.

ІСТОРІЯ ПРО ТЕ, ЯК НАСТАВНИКИ СТАЛИ УСИНОВИТЕЛЯМИ

Ми багато говоримо про те, як змінюється життя дітей після участі в Програмі, а я хочу розповісти історію, яка безповоротно змінила життя і дитини, і дорослих. А почалося усе з конференції, присвяченої проблемам сирітства. Марина брала участь в організації цього заходу і вперше почула про можливості наставництва. Зацікавившись, вони разом з чоловіком прийшли на навчання. Обом отримали статус Наставників.

Марія і Владислав, на той момент будучи в цивільному шлюбі, стали спілкуватися з дівчинкою (її звали Оля), яка, як і усі діти, мріяла про сім'ю. Вони познайомилися, коли в групі знаходилися ще деякі діти, і Оля спочатку віднеслася до Наставників насторожено. Незважаючи на це, Наставники приїжджали до дитини кілька разів в тиждень, разом вони весело проводили час, пізнавали один-одного все більше і більше. Вони ходили на пікнік, де Оля вчилася збирати хмиз, розпалювати вогонь і готувати смачні сосиски разом зі своїми Наставниками. З їх допомогою дівчинка навчилася їздити на велосипеді, фотографувати. А фотографувала вона усе, що їй було цікаво: від гілочки на дереві до мурашки в траві, але найбільше вона фотографувала своїх нових друзів.

Оля навчилася говорити «дякую», довіряти людям і дивитися на світ іншими очима. Під час хвороби дитини Марина постійно знаходилася з нею в лікарні, піклувалася про неї як справжня мама, їй навіть довелося змінити робо-

ту, щоб більше часу знаходитися з Олею. Владислав, у свою чергу, піклувався про них. Разом вони відвідали багато цікавих місць, разом вони вчилися один-у-одного. Змінювалась Оля, і в той же час змінювались Марина і Владислав. І вже тоді в їхньому серці з'явилось величезне бажання стати батьками для цієї дівчинки.

Бажання удочерити Олю послужило для Марини і Владислава причиною прийняти і здійснити ще один важливий крок – узаконити свої стосунки, щоб дитина жила в повноцінній сім'ї, відчувала безпеку і турботу з боку вже своїх батьків. Вони пройшли усі труднощі, які були на шляху їх з'єднання, завдяки їхньому величезному бажанні дати сім'ю цій дитині, здійснити її мрію. І в грудні, перед Різдом, коли відбуваються чудеса, молода сім'я отримала довгоочікуване рішення про те, що вони можуть взяти дитину в свою сім'ю. Ці новорічні свята вони провели вже разом, як справжня сім'я. Мрія дитини здійснилася.

Тепер будинок Марини і Владислава буде наповнений дитячим сміхом! Їм належить пройти ще немало труднощів, але в той же час у їхньому житті з'являться безліч радісних днів! Хочеться від щирого серця побажати їм щастя.

Ось так Наставники стали усиновителями. Хочеться одразу зауважити, що так, звичайно, буває не завжди. Але як приємно, що це одна дитина потрапила в сім'ю, цього разу завдяки Програмі Наставництва.

ІСТОРІЯ КООРДИНАТОРА НАТАЛІЇ ПРО ДОСЯГНЕННЯ ТАРАСА

У хлопчика, про якого йде мова в цій історії, було дуже нещасливе дитинство. У свої 9 років, при живих батьках, він не вмів ні читати, ні писати, ні рахувати, зате дуже добре розумів вуличні закони, оскільки батьків йому замінила вулиця. Мама, яка давно вже перестала турбуватися про дитину, цікавитися, що він їв, часто випивала, батькові він також був байдужий – у нього була інша сім'я, і син йому став не потрібний.

Тарас (так звать нашого героя) часто пропадав на вулиці, коли його однолітки вчилися в школі. Якось пізно ввечері його знайшли працівники міліції і привезли в інтернат. Він був дуже зляканий і мало говорив. Трохи пізніше з'ясувалося, що хлопчик погано розмовляє і мало чим цікавиться, на усе реагує з байдужістю. До навчання він ставився негативно і кожного разу при виконанні домашнього завдання істерично кричав і міг довго плакати. Йому терміново потрібна була допомога, як у навчанні, так і в загальному розвитку.

Сім'я, яка прийшла до нас в Програму, горіла бажанням допомагати якраз таким дітям, допомагати комплексно. Інна володіє різними методиками для навчання дітей дошкільного і шкільного віку, вміє знайти підхід до дитини, зацікавити її. Вона добра і чуйна людина. Її чоловік Станіслав теж може багато чому навчити Тараса, показати на особистому прикладі, чим може і повинен займатися чоловік.

Відколи вони познайомились і подружились, Тарас навчився писати, рахувати і читати, освоїв програму першого класу. З ним займаються спеціалісти

установи, але також величезну роботу виконує Наставниця Інна. Кожного тижня вона приїжджає до Тарасика з цікавими картинками, кубиками, веселими оповіданнями, лічилками і віршами. Кожен урок проходить цікаво і весело. Інна знає, як заспокоїти хлопчика, які слова похвали сказати йому. Тарас практично перестав плакати, він чекає кожної зустрічі з Наставниками. Разом вони проводять вихідні дні, під час яких він також дізнається багато нового і цікавого. Особливо багато вражень залишила поїздка в автосалон, де хлопчик мав можливість посидіти за кермом автомобіля і ознайомитися з професією автомеханіка. Поїздка в дельфінарії і в цирк також були дуже пізнавальні для хлопчика, оскільки він міг побачити цікавих тварин, яких до цього бачив тільки на картинках під час занять з Інною. Разом з Наставниками він вчився кататись на ковзанах і роликах, святкував свої спортивні досягнення в кафе. Наставники прагнули не лише підтягнути дитину в розвитку і в навчанні, але при цьому показати йому, що життя багатогранне і цікаве, що вчитися необхідно, щоб чогось досягнути в житті. Разом вони посадили чотири берізки і тепер спостерігають, як вони ростуть.

Як би надалі не склалася доля Тараса, ця дружба триватиме, вони багато чого навчили один-одного, дуже багато серця і душі вони вклали в ці стосунки, і їхні стосунки можуть називатися справжньою дружбою! І тепер Тарас знає, що у нього є друзі, котрі завжди поруч, яким він не байдужий.

ІСТОРІЯ НАСТАВНИЦІ ОЛЕНИ (ЗАПИСИ З ЩОДЕННИКА)

Коли мене попросили розповісти про моє спілкування з Сергієм, я довго думала, як і про що написати, і врешті-решт вирішила поділитися записами зі свого щоденника, куди записую враження від кожної зустрічі з Вихованцем.

Зустріч перша

Познайомила нас координатор Ірина. Мені Ірина розповідала про захоплення Сергія далекими країнами, і я подарувала йому завчасно придбаний випуск журналу «Навколо світу».

Розговорилися одразу. Парубок балакучий, напевно, його раніше мало «чули» оточуючі. Розмовляли на абстрактні теми, потім про навчання і захоплення. Я побачила, що Сергію був приємний той факт, що з самого початку я визнала його дорослим (а не дитиною). Позаймалися літературою і математикою. Говорить, що з шкільних предметів віддає перевагу географії.

До розумової праці мотивація дуже слабка.

Фізично дуже слабкий, худий, фізкультуру не любить. У хлопчика явно проблеми з хребтом і осанкою. Показала прості вправи для хорошої осанки. Обіцяв виконувати. Познайомила з його вихователем.

Зустріч друга

Принесла йому настільну лампу, а також зошит для ведення щоденника. Подарувала карту нашого міста. Запропонувала записувати в маленький блокнот те, що він робить для спini. Пообіцяв, що записуватиме. Запропонувала вести щоденник. Пояснила, що це таке і як це робити. Зацікавився. Згодом стало видно, що практично усе, чим він може зацікавитися, не має продовження в діях.

Стали робити домашні завдання. Математика, дроби. Якщо його не тармошити, то чекає, поки за нього вирішиш. Намагалася пояснювати образно. До уроків стійка апатія. Спробувала йому пояснити, що під час занять в школі якщо щось не зрозуміле, треба запитувати учителя і не чекати, поки прийде час робити «домашку», а в голові буде порожньо. Адже тоді ми замість того, щоб поговорити і погуляти, будемо вимушені робити тільки «домашку». Кивав, погоджувався.

Базікало. Саме базікало, а не товариський. Співрозмовника майже не чує. Мова одноманітна. Хоча словарний запас непоганий, розповідати не уміє: або відповідає односкладово, або зациклюється на якійсь фразі і повторює її на усі лади. Відчайдушно потребує слухача. Картавить і не вимовляє «р». Можливо, пошукати логопеда?

Я вважаю, можуть бути проблеми з хребтом, кишківником і зубами. Апетит хороший.

Мені сказали, що Сергій має отримувати якусь пенсію по-інвалідності, оскільки він був обстежений у лікарні й у нього якісь нехороші діагнози (не вірю!). Хто отримує його пенсію і нею розпоряджається, вихователь не знає.

Хлопчик не любить соціальну службу, вважає, що його марно забрали з будинку. Мріє прогулятися вздовж залізничних колій. Подала ідею проїхатися на електричці по міському кільцю – тепер постійно нагадує мені про це. Я думаю, що потяги асоціюються у нього з втечею в краще життя. Жаліє маму.

Зустріч третя

Запаслася термосом, булкою, сиром, бужениною, маслом. У групі заварили чай, зробили бутерброди. Сергій активно брав участь. Я йому допомагала. Хліб різати уміє (на 3++), бутерброди теж сам зліпив. Трохи косообою, але цілком може бути. У Сергія є звичка не залишати за собою бруд, посуд помив, усе прибрав, я його похвалила. Спакували термос і пакети з бутербродами в його рюкзак. Рюкзак свій не любить, напевно, вважає його «дитячим». Але я змусила його піти з рюкзаком, оскільки мені в сумці це нести важко, а йому трохи розпрямити плечі корисно. І пояснила, що туристам байдуже, як рюкзаки виглядають, головне – зручність.

Поїхали на трамваї. У Сергія посвідчення на пільговий проїзд. Купував мені талончик у кондуктора, компостував. Трохи хвилювався, але, як я думаю, йому це було цікаво. Я сиділа, як леді. Потім переді мною звільнилося місце, я його запро-

сила сісти навпроти. Проговорили до зупинки, як сороки. На зупинці розкрили карту і подивилися, де це ми.

Потім попросила купити мені журнали на розкладці. Вручила йому 50 грн. Сама стояла трохи віддалік. Купив, узяв здачу, віддав усе мені. Журнали я поклала йому в рюкзак. Кіоскер сказала щось подібне до «правильно, потрібно мамі допомогти, маму жаліти». Ми не стали роз'яснювати, хто тут є хто.

У переході грав музикант на контрабасі. Дуже добре грав. Я з задоволенням послухала. Сергій проявляв нетерпіння («йдемо! йдемо!»). Я намагалася змусити його хоч трохи прислухатися до музики. Потім вручила 5 грн. і попросила покласти їх музикантові у футляр контрабаса. Сергій підійшов, поклав гроші. Музикант подякував йому витонченим напівпоклоном. Сергій трохи зніяковів. Я сказала, що не люблю подавати жзебракам. А людині, яка багато займалася, щоб опанувати гру на інструменті, який приносить мені задоволення цією грою, я просто не можу не подякувати грошима.

Став проситися погуляти по «вузеньким вуличкам». Нагулялися, сіли перепочити, зайшли в кафе і з'їли там наші бутерброди з чаєм.

Покрутилися біля пам'ятника. Потім пішли шукати дворами галерею, в котрій я вчилася живопису. У Сергія ці старі двори викликали захват. Це хороший знак. Припускаю, що якби він дійсно був серйозно хворий ментально, йому було б абсолютно все-одно.

У галереї Сергія чекав теплий прийом адміністратора (ми в дуже хороших стосунках) і однієї моєї товаришки по-навчанню з класу живопису (вона залишилася помалювати після занять). Олена, адміністратор, провела для Сергія міні-екскурсію по галереї, запропонувала нам наву. Але у нас уже не було часу. Сергій отримав два банани, подякував, і ми пішли далі.

Сергій вирішив поділитися зі мною бананами. Від бананів я відмовилася, оскільки мені їх не можна. Сергію так і пояснила. Сказала, що якби було можна, то один точно б з'їла. А він згадав, як мама його учила тому, що потрібно з друзями ділитися. Я сказала, що його мама – хороша людина. Він був задоволений. І ще ми «затаврували ганьбою» тих, хто смітить і викидає на тротуар бананові шкірки і тому подібне. В результаті – шкірки отримали екскурсію по місту в 1,5 кварталу до найближчого смітника.

Потім довелося хлопця просто запхати (словесно, звичайно ж) у трамвай і буксирувати в інтернат. Приїхали після вечері. Ще залишалися бутерброди, та вихователька залишила Сергію його вечерю. Хлопець пішов вечеряти і ми попрощалися.

Зустріч четверта

Принесла Сергію пластикову папку для наших роздруківок і інших паперів та стругачку для олівців. Зайнялися уроками і німецькою. Написала Сергію в маленькому блокнотику 7 простих фраз на німецькій з простою транскрипцією і перекладом.

Читали і повторювали. Треба вчити. Любимо ж подорожувати. Може, з'їздимо в Німеччину (коли мову освоїмо, звичайно ж).

Намагаюся по-всякому пояснювати, що бути неуком – дуже погано. Сергій вже добре зрозумів, що з 9-ма класами дорога хіба що в ПТУ. Мінати каблуки на старих черевиках або замішувати розчин на будівництві він не хоче. Чого хоче, ще сам не знає. Запропонувала подумати про 10-11-й класи у вечірній школі і про те, щоб надолужити по-можливості все, що можна зі шкільної програми, оскільки це знадобиться для вступу у вищий навчальний заклад. Бачу, що і хотів би, та боїться, не впевнений у собі.

Розповідала про комп'ютерну академію, про професії програміста і системного адміністратора, і в чому різниця між ними. Вважаю, що усе це для Сергія занадто складно. Але все одно, нехай знає.

Приносила нетбук, намагалася показати фільм «Секрет», про те, що мрії збуваються. Подивитися не вдалося, надто багато всього для однієї зустрічі. Трохи поклав клавіші. Показувала кристали води, які вони бувають. Вчила вирізати «правильну» сніжинку.

В групі у них є комп'ютер, але там тільки гра – перегони на машинах. Сергій, я підозрюю, ганяє на них. Було б непогано встановити там ворд і ексель, нехай би вчили ще клавіші, окрім «вверх-вниз-вправо-вліво». Але у Сергія майже благоговійний страх перед якими-небудь змінами в цьому комп'ютері. Чи страхали дорослі, або боїться новизни.

Зустріч п'ята

Привітала Сергія з наступаючим Різдом листівкою. Подякувала йому за його привітання, яке отримала від нього. Кожного разу приношу цукерки, мандарини. Мандарини їмо під час спілкування. Виходить якось по-домашньому.

Сьогодні уроками майже не займалися. Говорить, що не задано. Показую, що майже вірю.

Минулого разу просила показати шкільний щоденник. Злякався. Я сказала, щоб не боявся, я не з метою інквізиції. Цікаво, що вони вчать, які предмети. Показав. Я не загострювала увагу на оцінках, краєм ока бачу, що не дуже. Та і Сергію намагався деякі сторінки притримувати. Я акцентувала увагу на щоденнику. Звернула увагу, що там багато корисної інформації: про відомих людей, таблиці, формули з математики, фізики та інше. Схоже, Сергій цього ніколи раніше не помічав і сприймав друкарський текст виключно як фон до неприємних записів.

Зустріч шоста

Зайшла відвідати, оскільки у них скоро заїзд у табір. Поговорили, поїли мандаринки. Подарувала маленького ведмедика-іграшку. На прощання Сергій подарував мені шоколадку. Я була дуже зворушена, не приходувала цього. Сказала, що почувую себе трирічною дівчинкою. Подякувала, обійняла Сергія. Бачу, і йому це було приємно.

Коментар: Між відвідуваннями я телефоную Сергійку 1-2 рази на тиждень. Розмовляємо від 10 хвилин до півгодини. Коли мова заходить про навчання, він втрачає інтерес до розмови. Відповідає односкладово майже завжди.

Сформувати уявлення про те, що він робить, за його розповідями неможливо. Журнал, як я розумію, він не читав. Як не читає взагалі нічого. Я намагалася звернути увагу на бібліотеку, наявну в їхній групі. Книги там зібрані стихійно, але, проте, з них можна дещо вибрати для читання. Наприклад, книги про воїнів, Історія стародавнього світу. Але я вважаю, усе, що вимагає яких-небудь інтелектуальних зусиль, Сергійка потрібно примушувати робити. З покроковим контролем. Із задоволенням він тільки думає, фантазує. Це добре, звичайно, але потрібна і пожива для розуму. А він «вариться у власному соці».

Вправи для осанки також ним, схоже, забуті. Тільки при мені намагається розпрямляти плечі. Я його вже цим «запилила». Часто захоплюється тим, що я «усе знаю».

Повертаю розмову на тему необхідності вчитися, читати книги. Приводжу власний приклад: багато працюю, щоб мати те, що хочу.

З товаришем по кімнаті Сашею стосунки мирні, але без дружби. Сергійко мене ревнує, не хоче, щоб я з Сашею про що-небудь переговорювалася. Гостинцями теж, підозрюю, ділитися не особливо бажає.

Найближчим часом у мене зустріч з юристом інтернату. Ще, мабуть, потрібно поговорити з учителями в школі, оскільки «партизан» не зізнається в своїх досягненнях в навчанні. А те, що я бачу, мене не дуже радує. Значить, мені є до чого прагнути.

ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ, АБО СКАРБНИЧКА НАСТАВНИКА

У цьому розділі пропонуємо вам збірку вправ, завдань, ігор, які ви зможете використовувати при взаємодії з Вихованцями, а також в інших ситуаціях, де потрібна «термінова креативна допомога» у спілкуванні з колективом дітей. У кінці розділу ми привели декілька притч, які, на наш погляд, дуже показові для ролі Наставника і допоможуть знайти натхнення або ж утвердитись у своїх намірах.

ВПРАВИ ДЛЯ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ НАВИЧОК

У наш час без навичок комунікації людині важко адаптуватися до соціального середовища. Приводимо декілька комунікативних вправ, які можуть бути використані для знайомства з групою дітей (чи однією дитиною).

Для встановлення більш тісного, довірливого контакту; для налагодження стосунків в колективі. Цю групу вправ часто називають «вправи – криголами», оскільки вони ніби «зламують» завісу недовіри і настороженості, допомагають встановити необхідний контакт.

ВПРАВА «НИТКИ ДРУЖБИ»

Мета: познайомитися з групою дітей, створити довірливу атмосферу. Можна проводити гру на 2-ій зустрічі з групою з метою краще пізнати інтереси один-одного.

Учасники намотують нитку на палець, після чого говорять, що вони найбільше люблять і як зазвичай відпочивають (можна використовувати і інші питання), потім кидають клубок іншій людині. В результаті у центрі утворюється «павутина», «мережа», «єднальна нитка», яка об'єднує всіх учасників.

Наступний етап – учасники змотують нитку у зворотньому порядку і задають будь-яке питання людині на іншому її кінці.

Якщо проводити гру з групою молодшого віку (від 5 до 10 років), клубок у кінці краще змотати дорослому.

ВПРАВА «СКЕЛЯ»

Мета: показати дітям важливість взаємодопомоги в колективі, необхідність будувати стосунки (кожна дитина, перебуваючи в ролі «альпініста», відчує необхідність підтримки і довіри).

Діти на підлозі (хто як хоче: сидячи, лежачи, стоячи) вибудовують «скелю», приймаючи різні пози, тримаючись один за одного. Умовна лінія на підлозі означає край скелі. По команді інструктора «Скеля готова? Завмири! «альпініст» повинен пройти вздовж краю скелі та не зірватися. Він може триматися за «скелю», крокуючи по виступу. Усі учасники вправі по-черзі виступають у ролі «альпініста».

ВПРАВА «МІНЯЛКИ»

Мета: познайомитися з групою дітей, створити довірливу атмосферу. За допомогою цієї гри можна поспостерігати за стосунками між конкретними дітьми в колективі.

Учасники розбиваються на пари. Вибирається той, хто водить. Він дає різноманітні команди учасникам пари: рука до руки, нога до ноги, вухо до вуха, голова до голови, спина до спини, плече до плеча. Але коли він скаже: «Сусід до сусіда» – учасники змінюють партнерів. Той, хто водить, знаходить собі пару. Хто залишився без пари, стає таким, що водить.

ВПРАВА «ВІТАННЯ»

Мета: створення позитивного емоційного фону, об'єднання групи.

Наставник пояснює завдання: «Я хочу поговорити з вами про те, як завжди вітають один одного люди. Хто з вас може продемонструвати типове слов'янське рукоштовнання?». Можна також запитати, хто ще знає вітання інших народів. «Я хочу попросити, щоб ви зараз придумали смішне вітання, яке ми використовуватимемо найближчим часом. Це рукоштовнання повинне стати свого роду відмінністю нашої групи. Спочатку виберіть собі партнера. У вас є три хвилини, щоб вигадати найбільш незвичайний спосіб рукоштовнання. Це вітання має бути досить простим, щоб усі

легко могли його запам'ятати, але при цьому досить смішним, щоб нам було весело потискати один одному руки саме таким способом. Тепер нехай кожна пара покаже придумане нею вітання. Нам необхідно вибрати те рукостискання, яке ми з вами використаємо на наступній зустрічі.

ВПРАВА «ЛИСТОНОША»

Мета: познайомитися з групою дітей, створити довірливу атмосферу, згуртувати колектив.

Гравці тримаються за руки. Листоноша, який водить, знаходиться в центрі кола. Він говорить: «Я посилаю лист від Сергія до Олени». Сергій починає передавати «лист». Він потискає руку своєму сусідові праворуч або ліворуч, той потискає руку наступному і так далі по колу, поки «лист» не дійде до Олени. Мета листоноші «перехопити лист», тобто побачити, у кого з дітей воно зараз знаходиться. Дитина водить до тих пір, поки «лист» не буде перехоплений. Бажано, щоб кожна дитина побувала в ролі листоноші.

ВПРАВА «ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ ІМЕН»

Мета: познайомитися з групою дітей, створити позитивний емоційний фон для зустрічі.

Всі учасники стають в коло. Наставник придумає ситуацію. Наприклад, всі разом йдуть у похід і кожен повинен взяти з собою річ, назва якої починається на ту ж букву, що і його ім'я.

Перша людина говорить: «Моє ім'я Володя і я беру з собою валянки». Другий говорить: «Мене звати Міша, я беру з собою Вову з валянками і магнітофон». І так кожен наступний учасник промовляє імена попередніх. Можна придумати іншу ситуацію і запустити ланцюжок у зворотньому порядку (так як імена останніх запам'ятовуються, природньо, гірше).

РОЗВИВАЮЧІ ВПРАВИ

Ці вправи розраховані на різний вік: починаючи від дошкільного, закінчуючи дорослими дітьми. Розвивати можна все, скрізь і завжди. Тут ми пропонуємо вправи на розвиток психічних процесів: пам'яті, уваги, мислення, уяви, сенсорики, сприйняття, а також розвиток особистісних властивостей: підвищення самооцінки, емпатії, толерантності, впевненості в собі та ін.

ВПРАВА «ПРЕДМЕТ ПО КОЛУ»

Мета: розвиток образного мислення, уваги, швидкості реакції; накопичення кількості і вивчення сенсу слів, що означають дію.

Група розсаджується або стає в півколо. Ведучий показує учасникам предмет (палицю, лінійку, банку, книгу, м'яч, будь-який предмет, що потрапив в коло зору), учасники повинні передавати один одному по колу цей предмет, наповнюючи його новим змістом, і обігрувати цей зміст. Наприклад, хтось вирішує обіграти лінійку як скрипку. Він передає її наступній людині саме як скрипку, не вимовляючи при цьому ні слова. А той саме як скрипку її приймає. Етюд із скрипкою закінчений. Тепер другий учасник обіграє цю ж лінійку, наприклад, як рушницю або пензлик і т. д. Важливо, щоб учасники не просто робили якісь жести або формальні маніпуляції з предметом, а передавали своє ставлення до нього. Ця вправа добре розвиває уяву. Щоб обіграти лінійку як скрипку, потрібно, передусім, побачити цю скрипку. І чим менше схожий новий, «побачений» предмет на запропонований, тим краще учасник впорався із завданням. Крім того, це вправа на взаємодію, адже людина повинна не лише побачити новий предмет, але й змусити інших побачити і прийняти його в новій якості.

Можна також грати вдвох із дитиною, по-черзі обігруючи предмети, що вас оточують.

ГРА «ПОВТОРИ, НЕ ПОМИЛИСЬ»

Мета: розвиток уваги, швидкості реакції; накопичення кількості і уточнення сенсу слів, що означають дію.

Кількість гравців значення не має. Діти стають півколом. Ведучий повільно виконує прості рухи руками (вперед, вгору, в сторони, вниз). Діти повинні виконувати ті ж рухи, що і ведучий. Той, хто допустив помилку, вибуває. Виграє той, хто залишиться у колі.

Варіанти:

- ✓ Прості рухи можна замінити на більш складні, додати рухи ногами і тулубом, асиметричні рухи (права рука вгору, ліва вперед) і т. д.
- ✓ Ведучий, одночасно показуючи рухи, називає ім'я одного з тих, хто грає, який і повинен цей рух повторити, а інші гравці спостерігають.
- ✓ Ведучий промовляє рух (руки вгору), а виконує в цей момент іншу дію (руки вниз). Діти повинні повторювати рухи ведучого і не звертати увагу на його команди.
- ✓ На кожен рух ведучий називає слово (наприклад, ручка, літак, м'яч, горобець і т. д.). Діти повинні виконувати тільки ті рухи, котрі супроводжуються назвами літаючого предмета (горобець, літак). Під час гри ведучому необхідно стежити за тим, щоб усі діти виконали його однаково добре.

ВПРАВА «КОНКУРС УПЕВНЕНОСТІ»

Мета: підвищити самооцінку дитини, навчити концентруватися на своїх сильних сторонах.

Запитайте у вашого Вихованця, які конкурси він знає. Звичайно, їх багато. Якщо докладете зусилля, то разом ви згадаєте конкурс на кращий анекдот, спортивні досягнення, на найзагадковіший фокус, на краще музичне виконання і т. д. Окрім них у вашій пам'яті, напевне, виникне конкурс краси – помпезне свято з журі і телеглядачами. Дівчата, що претендують на титул «Міс ХХХ» (вставте будь-яке місто), мають бути не лише красиві, але й розумні, впевнені в собі та інше. Взагалі, впевненість – важлива риса, яка допомагає перемогти в будь-якому змаганні, фізичному чи інтелектуальному. Тому давайте влаштуємо конкурс упевненості.

- ✓ Запропонуйте дитині пофантазувати, як би проходив цей конкурс? Які в ньому були б завдання? Кого він запросив би в журі? Як повинна була поводитися людина, щоб вийти у фінал? Послухайте ці відповіді і спробуйте проаналізувати, який образ впевнених дій склався в голові у вашої дитини.
- ✓ Тепер розіграйте невеликі епізоди, які могли б показувати по телевізору. Наприклад, нехай дитина зображуватиме, як виступила людина, яка першою покинула сцену, тобто найменш впевнена в собі. Побудьте ведучим і задайте будь-яке питання такому учаснику. А дитина повинна постаратися так на нього відповісти і так при цьому рухатися і жестикулювати, щоб створити максимально яскравий образ. Наступна сцена стане повною протилежністю. У ній дитина постарється відповідати на питання так, як це робив Містер або Міс Упевненість.

Примітка. Якщо у дитини непогано виходить роль Міс (Містера) Упевненість, то можна закінчити гру на цій триумфальній ноті, попросивши нову зірку сфотографуватися на пам'ять і вручити почесний приз. Якщо ж ви бачите, що учасник явно не дійшов би до фіналу, обговоріть з дитиною, як поводить себе впевнена людина, а ще краще попросіть дитину «потримати камеру», а самі забирайтеся на сцену і продемонструйте йому еталон впевненості. Як кажуть, краще один раз побачити, ніж сто разів почути!

ГРА «СКАРБНИЧКА ДОСЯГНЕНЬ»

Мета: підвищити самооцінку дитини, навчити концентруватися на своїх сильних сторонах.

Це дуже хороша гра, яка повинна перерости у звичку бачити і цінувати свої маленькі перемоги щодня. Ви дійсно зможете досягти такої важливої мети, якщо систематично використовуватимете цей ігровий прийом. Надалі можна буде замінити його усним обговоренням своїх щоденних досягнень.

Візьміть будь-яку картонну коробку або містку банку і разом з дитиною офор-

міль її так, як їй хотілося б, щоб виглядала скарбничка головних цінностей – маленьких і великих власних успіхів у житті. Можливо, на поверхні цієї скарбнички з'являться малюнки, що відображають предмети, які якимось пов'язані з поняттям «успіх», або це будуть просто симпатичні візерунки. Залиште вибір за Вихованцем.

Окремо приготуйте невеликі листочки паперу. А тепер введіть правило: коли дитина повертається додому, вона обов'язково повинна згадати і написати на цьому листочку якийсь свідчення успіху, якого вона досягла за сьогоднішній день. Так, на записочках з'являтимуться фрази: «добре прочитала вірш біля дошки», «намалювала відмінний малюнок на тему «Осінь», «зробила подарунок бабусі, який їй дуже сподобався», «все-таки зміг написати контрольну з математики на 5, хоча й боявся» і багато інших. Ці записи поміщаються в скарбничку досягнень.

Важливо, щоб навіть в найбільш невдалий день дитина змогла знайти щось, що їй вдалося. «Тяжкість» скарбнички з часом сама по собі наповнює дітей гордістю і більшою впевненістю у своїх силах, особливо, якщо батьки і інші члени сім'ї відносяться до його маленьких перемог з повагою (а не з висоти своїх років і досвіду).

До цієї скарбнички можна звертатися, коли дитині здається, що вона зустрілася з непереборними для неї труднощами, або в періоди, коли її критичний погляд спрямований на свої здібності і вона бачить себе нікчемною невдахою. У такі періоди корисно згадати, що у вашої дитини є досвід подолання труднощів і досягнення успіху. Це допоможе їй налаштуватися на позитивний лад.

Примітка. Цю гру можна використовувати спочатку для підняття самооцінки дитини в цілому, а потім для підвищення віри у свої сили в якійсь конкретній справі, наприклад, вивченні іноземної мови в школі. Тоді у вашій «скарбничці досягнень з іноземної мови» з'являться записи типу: «одразу запам'ятала нове правило і зрозуміла тему», «добре написала твір близько до тексту», «зробила в творі всього одну помилку» і т. п.

ВПРАВИ, СПРЯМОВАНІ НА КОРЕКЦІЮ

Приведені тут вправи переважно орієнтовані на дошкільний, молодший шкільний вік і підлітків. Ці вправи можуть застосовувати як практикуючі психологи, тренери, так і Наставники. Корекція поведінки, особових особливостей, що заважають адаптації, корекція страхів, тривожності, агресії, ревнощів, заздрості, пожадливості – ось перелік основних напрямків вправ цього виду.

ВПРАВА «СПОКІЙ, ТІЛЬКИ СПОКІЙ!»

Мета: навчити дитину зберігати спокій в самих різних ситуаціях: при переляку, здивуванні, несподіванці, відразі. Ці ігрові навички пізніше вона зможе використовувати і в житті.

Дії ведучого. Попросіть дитину згадати якийсь простий, усім добре відомий вірш. Зараз вона повинна буде читати його максимально спокійно, промовляючи

повільно по одному рядку, і не змінювати манери читання, що б не відбувалося навкруги. А відбуватися навкруги буде те, що ви зумієте вигадати – страшне і неприємне. Ось така у вас тут роль. Можна сказати, як у старої Шапокляк, але тільки ви ж знаєте, що це на благо дитини (так само, як відвідування лікаря).

Приклад. Нехай дитина почне читати перший рядок. Припустімо, вона вимовляє: «Іхав грека через річку». А ви тим часом підкрадетесь ззаду і плескаєте в долоні.

Але читач повинен спокійно продовжити: «Бачить грека: в річці рак». Тоді ви можете вимкнути світло або навіть несподівано штовхнути дитину в плече і т. д.

ВПРАВА «КОРОБКИ ПЕРЕЖИВАНЬ»

Мета: допомогти дитині впоратися зі своїми страхами і переживаннями; допомагає покращити емоційний фон зустрічі.

Дії ведучого. Я принесла невелику коробку. Пропоную відправити її по колу, щоб зібрати наші неприємні переживання і турботи. Ви можете сказати про це пошепки, але обов'язково в коробку. Потім я її заклею і понесу, а разом з нею нехай зникнуть і ваші неприємні переживання.

ВПРАВА «ЗБЕРІГАЙ МОВЧАННЯ!»

Мета: навчити дитину терпінню, взаєморозумінню, умінню слухати інших. Хороша для групи, де є дуже енергійні діти.

Дії ведучого. Зверніться до дітей: «Подивіться, який у мене красивий олівець (можете взяти яскраву коробочку, кубик, м'ячик, іграшку – головне, щоб предмет був невеликим).

Закрийте очі або відверніться, а я його заховаю і, хоч я і покладу на видне місце і нічим не закриватиму, відшукати вам олівець буде нелегко. Не підглядайте!» Поки діти закривають очі, стають до вас спиною, робіть вигляд, що по усій кімнаті шукаєте місце, куди б заховати олівець. Самі ж крадькома покладіть його, наприклад, у зовнішню кишеньку своєї сукні так, щоб кінчик олівця виглядав звідти.

Попросіть дітей розплющити очі, походити по кімнаті, пошукати предмет. Але перед цим повідомте їм ще одну важливу умову гри, яку необхідно виконати: той, хто помітить захований олівець, не повинен виказувати це, а відійти вбік і сісти на місце. Через 2-3 хвилини закінчіть гру і попросіть дітей показати, де був захований предмет. Виграє той, хто першим відшукав олівець і зумів стриматися до кінця гри. Візьміть інший предмет, виберіть для нього інше затишне містечко і зіграйте ще раз.

Ця нехитра гра допоможе заспокоїти найбільш невгамовних дітей. Вона розвиває спостережливість, силу волі, гальмівні реакції.

ВПРАВА «ТИСК ГРУПИ»

Мета: відпрацювання навичок відмови, вибір найбільш ефективних стратегій відмови.

Обирається доброволець «на головну роль». Учасникам пропонується ситуація, коли необхідно буде відмовлятися від чогось. Відмовитися потрібно трьома способами: агресивно, упевнено і невпевнено.

Ведучий описує ситуації:

- ✓ лідер класу або знайомі просять підлітка передати комусь наркотики;
- ✓ просять потримати у себе якусь чужу річ;
- ✓ пропонують спробувати «травичку» (алкоголь).

Після того, як кожен з учасників відмовив вигаданому «провокатору», ведучий продовжує вправу обговоренням:

- ✓ Як почувала себе людина в ситуації тиску?
- ✓ Який варіант відмови виявився ефективнішим (думка групи і головного героя)?
- ✓ Що можна було зробити, щоб відмова була переконливішою?

ГРА «СКАЖИ!»

Мета: навчити дитину терпінню, взаєморозумінню, вмінню слухати інших. Хороша для групи, де є дуже енергійні діти.

Дії ведучого. Дорослий пропонує дітям зіграти в гру «питання і відповіді», але попереджає, що відповідати на питання можна тільки після слова «СКАЖИ!». Після питання треба кинути м'яч, обов'язково зробити паузу і лише, потім сказати «СКАЖИ!». Питання можуть бути будь-якими, наприклад:

- «Які пори року ви знаєте»? ... «СКАЖИ!»
- «Який сьогодні день тижня»? ... «СКАЖИ!»
- «Якого кольору сукня у Маші»? ... «СКАЖИ!»
- «Якого кольору столи в кімнаті»? ... «СКАЖИ!»

Включення в гру м'ячика ускладнює її, але і робить цікавішою. Для підлітків питання мають бути складніші, наприклад: «В яку пору року святкують День Незалежності?».

ПРОФОРІЄНТАЦІЙНІ ВПРАВИ

Ці вправи призначені для людей, які займаються профорієнтацією молоді: психологів, учителів. Їх можна застосовувати при проведенні тренінгів, занять з профорієнтації, професійному самовизначенню. Можуть бути використані з метою допомоги Вихованцєві визначитися з майбутньою професією (видом діяльності).

ВПРАВА «ОГОЛОШЕННЯ»

Мета: підвищити самооцінку, навчити дитину відрекомендувати себе, знайти свої сильні сторони.

Впродовж 5 хвилин Вихованець (чи всі в групі) повинен скласти оголошення про свої таланти і здібності (умію працювати з лобзиком, умію вишивати, добре співаю і т. д.), яке б демонструвало унікальність і включало щось таке, чого не може запропонувати інший. Потім впродовж однієї хвилини оголошення зачитується перед усіма. Група може задавати будь-які запитання за змістом оголошення, щоб упевнитися, чи дійсно варто скористатися послугами цього фахівця.

ГРА «НАЙ-НАЙ»

Мета: познайомити дитину з різними професіями і показати їх характерні риси.

Ведучий пропонує дітям деякі незвичайні характеристики професій, а вони повинні по-черзі називати ті професії, які, на їхній погляд, найбільшою мірою відповідають цій характеристиці. Наприклад, характеристика – найбільш прибуткова професія, – які професії приносять максимум прибутку?

Ведучий називає першу характеристику, а учасники одразу ж по-черзі (по колу) пропонують свої варіанти. Якщо у когось виникають сумніви, що названа правильна відповідь, то можна поставити уточнюючі питання.

Далі називається наступна характеристика і т. д. Всього таких характеристик має бути не більше 5. Ведучий виписує 3-5 варіантів, котрі найчастіше згадуються, після чого організовується невелике обговорення названих професій.

Для того, щоб вправа проходила цікавіше, ведучий обов'язково повинен задалегідь відібрати найбільш незвичайні характеристики професій, які зацікавляють учасників. Це можуть бути, наприклад, такі характеристики: «найбільш зелена професія», «найбільш солодка професія», «найбільш волохата професія», «найбільш небезпечна професія», «найбільш дитяча професія», «найбільш позитивна професія» і т. д.

ВПРАВА «ЗОРЯНА ГОДИНА»

Мета: показати дітям реалії конкретних професій, позитивні і негативні сторони, з якими вони можуть зіткнутися, обираючи професію.

Кількість гравців значення не має. Учасники сідають у коло і спільно визначають, який професійний (соціальний) стереотип вони обговорюватимуть. Наприклад, усі зійшлись на стереотипі «перукар» (задалегідь поясніть учасникам, що таке стереотип).

Далі ведучий дає учасникам наступне завдання: «Зараз кожен з нас спробує уявити, якими є найприємніші, найрадісніші хвилини в житті типового перукаря (у кожного може бути своє власне уявлення про це). Далі ми по-черзі коротко висловимо свої припущення, після чого обговоримо, чиї ж здогадки виявилися найбільш реалістичними, тобто найбільшою мірою відповідають щастю більшості перукарів».

Учасники по черзі говорять про свої здогадки, про «зоряну годину» перукаря. Ведучий при цьому не повинен критикувати ці припущення. Потім учасники обговорюють, чиї ж уявлення про найбільше щастя для перукаря виявились найбільш характерними і правдивими.

ГРА «АСОЦІАЦІЯ»

Мета: ближче знайомство з конкретно вибраними для гри професіями; розвиток образного мислення.

Обирають одного гравця, який повинен увійти до дверей після того, як інша група визначить назву професії, яку йому потрібно буде вгадати. Коли гравець повертається до групи, він може поставити такі питання:

- ✓ на який колір схожа ця професія (наприклад: лікар – білий).
- ✓ як вона може пахнути (наприклад: перукар – лак для волосся).
- ✓ які предмети може використовувати.

Потім вся група просить гравця загадати якусь професію, всі задають йому запитання, а він відповідає. Завдання дорослого – конкретизувати питання, допомогти побачити позитивні сторони тієї чи іншої професії.

ВПРАВА «ДЕТЕКТИВИ»

Мета: детальніше ознайомити дітей з конкретним видом діяльності; розвиток образного мислення.

Кожному учаснику потрібно намалювати шість предметів, якими користується представник певної професії, а потім всій групі пропонується вгадати, що це за професія.

ВПРАВИ, СПРЯМОВАНІ НА РОЗВИТОК ДІЛОВИХ ЯКОСТЕЙ

Застосовуються з метою навчити Вихованця адекватно поводитися в суспільстві, навчитися самовираженню і вмінню представити себе. Вони також виявляють лідерські якості особи, навички та здібності. Допомагають успішній соціалізації Вихованців.

ВПРАВА «КОЛО І Я»

Мета: розвинути лідерські якості; навчити вмінню розпізнати характер ситуації, діяти відповідно існуючим умовам.

Оптимальна кількість учасників 8-15 осіб, вправу можна проводити і в приміщенні, і на відкритому майданчику.

Інструкція. Для цієї вправи знадобиться сміливець-доброволець, ним може бути і Наставник. Учасники утворюють тісне коло, яке всіляко перешкоджатиме потраплянню всередину нашого героя. Йому дається всього три хвилини, щоб силою переконання (умовляннями, погрозами, обіцянками), спритністю (пронирювати, прослизнути, прорватися), хитрістю (обіцянки, компліменти), щирістю переконати коло і окремих його представників впустити його в центр. Наш герой відходить від кола на два-три метри. Всі учасники стоять до нього спинами, стискаються в тісне і згуртоване коло, взявшись за руки. Після вдалого «вторгнення» в коло «героєм» може стати будь-хто інший з охочих.

Наприкінці вправи обов'язково потрібно обговорити стратегію поведінки гравців. Як вони поводитися тут, а як – в звичайних життєвих умовах? Чи є різниця між змодельованою і реальною поведінкою? Чому вона виникає?

Примітка. Вправу можна легко доповнити, якщо змінити завдання. Кожен, хто наважиться зіграти проти кола, зобов'язаний буде обрати і продемонструвати абсолютно невластиву йому стратегію поведінки. Потрібно буде проявити справжню акторську майстерність: сором'язливому зіграти роль самовпевненого, навіть зухвалого, гордому – «бити на жалість», а тому, хто зник до агресивної поведінки, – переконувати коло тихо і абсолютно спокійно, навіть інтелегентно. Спробуйте максимально вжитися в нову роль. На завершення гри обов'язково обговоріть з дітьми такі питання:

- ✓ чи легко грати за чужим сценарієм?
- ✓ що нового я відкрив в собі, у товаришах?

ГРА «ПЛУТАНИНА»

Мета: освоїти активний стиль спілкування і розвинути партнерські стосунки.

Група формує щільне коло, учасники протягують руки всередину кола, а тренер з'єднує руки тих, хто грає, навмисно переплітаючи, заплутуючи їх. У кожній руці гравця повинна опинитися рука іншого учасника. При цьому тренер повинен спробувати з'єднати разом тих учасників, що знаходяться найдалше один від одного. Коли плутанина очевидна, групі дається обмежений час, щоб обережно розплутатися, не розриваючи рук і не заподіюючи болю партнерам по грі непередуманими рухами і діями. Фіналом гри буде або одне спільне коло, або декілька груп гравців, послідовно сполучених один з одним. З досвіду відомо, що в 90 % випадків завдання, яким би складним воно не здавалося на перший погляд, є здійсненним. Окремий випадок – вузол, розплутати який неможливо. В ході гри тренер поєднує дві ролі: підтримує гравців у прагненні розплутатися, нагадує про уважне ставлення один до одного, заохочує перевірку різних варіантів дії, а також прагне зберегти напругу гри, азарт змагання (нагадує про те, що час гри обмежено, підсилює творчий запал).

Коли завдання виконане або час закінчився, всі разом підводять підсумки гри. Які враження переповнюють учасників? Чим вони хочуть поділитися один з одним? Що, на їх погляд, могло посилити ефективність вирішення завдання?

ГРА «ОРКЕСТР НАРОДНИХ ІНСТРУМЕНТІВ»

Мета: освоїти активний стиль спілкування і розвинути стосунки партнерства, виявити лідерські риси у дітей, розвинути творчі здібності.

Команда учасників повинна зображувати оркестр, який виконує музичний твір за власним вибором. Це може бути пісня, ораторія, сюїта, фрагмент симфонії, опери, балету або будь-яка інша п'єса чи мелодія. Тривалість твору орієнтовно 3 хвилини. Час для підготовки (репетиції) – 15 хв. При імітації звуків можна користуватися усім, чим завгодно. Схвалюється озвучення власним голосом. Твір при цьому може бути як з вокальною партією, так і без неї.

Як у будь-якому оркестрі, в команді має бути диригент, керуючий виконанням, групи духових, ударних, струнних, клавішних, вокалу (якщо передбачено), а також будь-які інші види музичних інструментів, які учасники визнають необхідними. Якщо компанія дуже велика, інструмент не має бути в єдиному екземплярі – буде група інструментів (мінімум 3). При цьому вони повинні грати синхронно, підкоряючись діям диригента. Необхідно відпрацювати майстерність окремих груп інструментів, відпрацювати виконання, і тільки після цього представити твір на прем'єру перед шанованою публікою.

Ще раз, коротко, повторимо завдання:

- ✓ Обрати диригента.
- ✓ Обрати мелодію для виконання.
- ✓ Об'єднати інструменти.
- ✓ Провести окремі і спільні репетиції.
- ✓ Виступити на прем'єрі.

Після прем'єрного виконання Наставнику необхідно разом з дітьми оцінити якість виконання завдання за такими критеріями:

- ✓ єдність звучання однакових інструментів;
- ✓ злагодженість оркестру в цілому і музична цілісність твору;
- ✓ якість музичного виконання мелодії і аранжування;
- ✓ керівництво диригента оркестром.

ГРА «ВУЗЬКИЙ МІСТОК»

Мета: продемонструвати моделі поведінки в конфліктній ситуації.

Опис вправи. Двоє учасників стають обличчям один-до-одного на проведеній на підлозі лінії на відстані близько трьох метрів. Ведучий пояснює ситуацію: «Ви йдете один назустріч одному по дуже вузькому містку, перекинутому над водою. У центрі містка ви зустрілися і вам потрібно розійтися. Місток – це лінія. Хто поставить ногу за її межами – впаде у воду. Постарайтеся розійтися на містку так, щоб не впасти».

Пари учасників підбираються випадковим чином. При великій кількості учасників може одночасно функціонувати 2-3 «містки». Вправа проходить емоційніше, якщо використовується не просто лінія на рівній підлозі, а невелике підвищення (наприклад, для цієї мети добре підходить перевернута гімнастична лавка). Якщо ж такої можливості немає, слід вибрати або провести на підлозі пряму смужку (це може бути смуга на лінолеумі, подовжня рейка в паркеті і т. п.), завдовжки не менш 3-х метрів, що знаходиться на відстані не менше 1 м від найближчої стіни і предметів меблів. Краще, якщо вона матиме ширину 5-10 см, але можна обійтися і простою лінією.

Обговорення. Які почуття учасники переживали при виконанні вправи? Що допомагало, а що заважало успішно виконати її? Які є способи «розійтися на вузькому містку»? Чим ті пари, що «впали у воду», відрізнялися від тих, що успішно здолали важку ситуацію? Доцільно підвести учасників до розуміння того, що у виграші опинялися не ті, хто намагалися пройти самі, а ті, хто, передусім, прагнули допомогти партнеру.

ТІЛЕСНО-ОРІЄНТОВАНІ ВПРАВИ

Такі вправи допоможуть насичено провести релаксаційні, тілесно-орієнтовані, танцювально-рухові заняття як з групою, так і індивідуально. Вони допоможуть відпочити і розслабитися.

ВПРАВА «ГРУПОВА СКУЛЬПТУРА»

Мета: розвинути творчі здібності дітей, навчити терплячому ставленню до інших; зняти напругу.

Кожен учасник одночасно виступає в ролі скульптора і глини. Він знаходить своє місце в композиції. Робота проходить мовчки. У центр кімнати виходить перший учасник (будь-який охочий або призначений ведучим) і приймає якусь позу. Потім до нього приєднується другий, третій стає вже до загальної для перших двох учасників композиції. Виконується вправа досить швидко. Усі стежать, щоб композиція не перетворилася в безглузду мозаїку ізольованих фігур.

Примітка. Застиглу «скульптуру» можна «оживити».

ВПРАВА «ВИМІР ЛЮБОВІ»

Цілі: допомогти зняти напругу, розслабитися, заспокоїти дітей після активних ігор або фізичних навантажень; створити позитивний емоційний фон для зустрічі.

Ведучий: «Уявіть собі зачинені двері. На дверях написано слово «Любов». Двері відкриваються у світ любові, і за нею можна зустріти самих різних людей, істот, предмети, спогади, ситуації і стани свідомості. Приділіть деякий час тому, щоб уявити ці двері, ручку, напис на дверях. Тепер відкрийте двері, і нехай з-за них з'являться перші мимовільні враження. Не загадуйте наперед. Вони можуть виникнути в будь-якій формі – образу, фізичного відчуття, почуття, звуку, запаху.. Поступово звикайте до світу за дверима. Досліджуйте його. Що б ви не виявили там, приємне або неприємне, сприймайте це без яких-небудь оцінок або тлумачень; не біжіть далі, а затримуйтеся біля кожного уявного образу. Дозвольте йому розкрити себе повністю. Усвідомте, що образ – лише одне з великої кількості проявів, що мають відношення до любові. Скажіть: «У світі любові є і це». Потім переходьте до іншого образу. Вийдіть і закрийте двері.

Після завершення вправи поговоріть про ті образи, які ви уявили.

Примітка. Вправу можна змінити, змінивши напис на дверях: «Дружба», «Сім'я» і т. д.

ВПРАВА «ЗНАЙДИ СВОЮ ЗІРКУ»

Цілі: підвищення почуття впевненості в собі, розслаблення; добре підходить для гіперактивних дітей.

Гра триває 15-20 хвилин. Сядьте в коло і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи (якщо є можливість, включіть приємну інструментальну музику). А тепер уявіть собі зоряне небо. Зірки великі і маленькі, яскраві і тьмяні. Для одних це одна або декілька зірок, для інших – незліченна безліч яскравих точок, що світяться, то віддаляються, то наближаються на відстань витягнутої руки. Подивіться уважно на зірки і виберіть найпрекраснішу. Можливо, вона схожа на вашу мрію? Ще раз помилуйтеся своєю зіркою і спробуйте до неї дотягнутися. Старайтеся щосили! І ви обов'язково дістанете свою зірку. Зніміть її з неба і дбайливо покладіть перед собою, розгляньте ближче, постарайтеся запам'ятати, як вона виглядає, яке світло випромінює. А тепер проведіть долонями по колінах, вниз до ступень ніг і солодко потягніться, розплющіть очі, візьміть аркуш паперу, кольорові олівці і намалюйте свою зірку. Збережіть свій малюнок, і нехай у важкі моменти вашого життя ця зірка нагадає вам про те, що мрії здійснюються!

ІНШІ КОРИСНІ ВПРАВИ

Вправи, які ми наводимо нижче, згодяться Вам під час довгих бесід, підготовки домашніх завдань, допоможуть розслабитися і відпочити. Також вони підходять для побудови довірливих стосунків з Вихованцем і визначення основних потреб дитини.

ВПРАВА «БЕЗПЕЧНЕ МІСЦЕ»

Мета: зрозуміти побоювання дитини, визначити зони максимального комфорту для дитини.

Запропонуйте Вихованцеві зобразити місце, де він почуває себе абсолютно безпечно, комфортно, спокійно. Він сам вибирає олівці (фломастери, фарби). Якщо він говорить, що він не вміє малювати, допоможіть йому зобразити ті образи, символи, які він вам озвучить. Не забувайте повторювати, що, як би він не малював, все виходить прекрасно.

ВПРАВА «НАМАЛЮЙ СВОЮ ДОВІРУ»

Мета: виявити людину (можливо, вигаданий персонаж), якій дитина довіряє понад усе, на допомогу якої розраховує. Допомогти дитині усвідомити, що вона не самотня.

Поясніть Вихованцеві завдання: потрібно намалювати ту людину, на підтримку і допомогу якої він найбільше сподівається. Малюнок може складатися з образів (наприклад, сердечко, сонечко, свічка). В процесі малювання обговорюйте з Вихованцем те, що він хоче зображати.

ВПРАВА «НАМАЛЮЙ ДЕТАЛЬ»

Мета: розвинути творче і асоціативне (образне) мислення; вправа підходить і для встановлення контакту.

Проводиться в групі або в парі (Наставник – Вихованець). На одному аркуші паперу кожен малює будь-який один елемент. Малює стільки, поки не відірве олівець від аркуша. Потім передає аркуш наступному. Той домальовує щось своє. У кінці вони разом розглядають отримане зображення і намагаються знайти в ньому сюжет або предмети. В процесі малювання краще використовувати різні кольори олівців, які діти вибирають самостійно.

ВПРАВА «ДЗЕРКАЛЬНЕ МАЛЮВАННЯ»

Мета: побудова довірливих стосунків.

Грає пара. Аркуш паперу ділиться на 2 рівні частини вертикальною лінією. Один гравець малює щось на своїй половині, другий повторює усі його лінії дзеркально на своїй частині листа. Якщо грають тільки діти, вони можуть помінятися ролями. У разі, якщо один з тих, хто грає, дорослий, краще надати дитині можливості бути першою.

- ✓ Наприкінці вправи важливо обговорити те, що намальовано і запитати: Як кожен з дітей почував себе в ролі людини, за якою увесь час хтось підглядає або повторює?
- ✓ Як діти почували себе, коли їм увесь час доводилося наздоганяти когось, повторювати за ним, а не придумувати малюнок самостійно?

«МІСТ З МИНУЛОГО В МАЙБУТНЄ»

Мета: допомогти дитині позбутися вантажу минулих образ або тривоги, позитивно подивитися в майбутнє.

Пропонується зображувати міст, але не сам по собі, а з певного місця (можливо, минуле або сьогоднішня людини) в майбутній пункт призначення. Важливо, щоб людина зображувала себе на малюнку – на мосту або в одному з намальованих місць. Обговоріть малюнок (що означають ті або інші символи, деталі, кольори; чому саме в це місце ти йдеш і т. п.).

ПРИТЧА ПРО КОЛОДЯЗЬ

Одного разу віслук впав у колодязь і став голосно волати, кличучи на допомогу. На його крики прибіг господар віслюка і розвів руками – витягнути його з колодязя було неможливо. Тоді господар почав роздумувати: «Віслук мій вже старий, йому недовго залишилось, а я все-одно хотів купити молодого віслюка. Цей колодязь зовсім висох, я давно хотів його засипати і вирити новий. То чому б не вбити двох зайців – засиплю я старий колодязь, та й віслюка заодно закопаю».

Недовго думаючи, він запросив сусідів. Усі дружньо взяли за лопати і стали кидати землю в колодязь. Віслук одразу ж зрозумів, що відбувається і почав голосно волати, але люди не звертали уваги на його крики і мовчки продовжували кидати землю в колодязь. Проте дуже скоро віслук замовк. Коли господар заглянув у колодязь, він побачив, що кожну жменю землі, яка падала на спину віслюка, той струшував і приминав ногами. Через деякий час, на здивування всіх присутніх, віслук виявився вгорі і вистрибнув з колодязя!

Так ось... Можливо, у вашому житті було багато всяких неприємностей і в майбутньому життя посилатиме вам усе нові й нові. І кожен раз, коли на вас впаде чергова грудка, пам'ятайте, що ви можете струсити її і саме завдяки цьому піднятися трохи вище. Таким чином, ви поступово зможете вибратися з найглибшого колодязя.

Кожна проблема – це камінь, який життя кидає у вас, але ступаючи по цих каменях, ви можете перейти бурхливий потік.

БАНКА ЖИТТЯ

Студенти вже заповнили аудиторію і чекали початку лекції. Ось з'явився викладач і виставив на стіл велику скляну банку, що багатьох здивувало:

– Що ви можете сказати про цю банку? – запитав він.

– Ну, вона порожня, – відповів хтось.

– Цілком вірно, – підтвердив викладач, потім дістав з-під столу мішок з камінням і почав вкладати їх у банку до тих пір, поки вони не заповнили її до самого верху. – А тепер?

– Ну, а тепер банка повна! – знову сказав хтось із студентів.

Викладач дістав пакет з горохом і почав засипати його в банку. Горох заповнив простір між каміннями.

– А тепер?

– Тепер банка повна! Тоді викладач дістав пакет з піском і засипав його в банку, поки в ній не залишилося вільного простору.

– Ну, тепер-то банка точно повна, – загаласували студенти. Тоді викладач, хитро посміхаючись, дістав дві пляшки з водою і влив їх у банку.

– А ось тепер банка повна! – сказав він. – Що зараз сталося? Банка – це наше життя, каміння – найважливіші в житті речі: сім'я, діти, кохані, усе, що має для нас значення; горох – це те, що є не таким значимим: дорогий костюм або машина; пісок – дрібне і незначне, проблеми, які супроводжують нас упродовж життя. І якби я спочатку заповнив банку піском, то до неї не увійшли б ні горох, ні каміння. Ніколи не дозволяйте дрібницям заповнювати ваше життя, закриваючи вам очі на важливіші речі.

ДВА ДРУГА

Одного разу двоє друзів сперечалися й один з них дав іншому ляпаса. Останній, відчуючи біль, але нічого не кажучи, написав на піску:

– Сьогодні мій найкращий друг дав мені ляпаса.

Вони продовжували йти і знайшли оазис, в якому вирішили викупатися. Той, що отримав ляпаса, ледь не втопився, і друг врятував його. Коли він прийшов до тями, він написав на камені: «Сьогодні мій найкращий друг врятував мені життя».

Той, хто дав ляпаса і який врятував життя своєму другу, запитав його:

– Коли я тебе образив, ти написав на піску, а тепер ти пишеш на камені.

Чому?

Друг відповів:

– Коли нас кривдять, ми повинні написати це на піску, щоб вітер міг стерти слова. Коли хтось робить щось хороше для нас, ми повинні вигравіювати це на камені, щоб ніякий вітер не зміг стерти це.

ВИБІР ЗА ТОБОЮ

«Це неможливо!» – сказала Причина.

«Ця нерозумно!» – помітив Досвід.

«Це марно!» – відрізала Гордість.

«Спробуй...» – прошепотіла Мрія.

Анкета самооцінки майбутнього Наставника

На завершення важливо сказати, що Наставником може стати кожен. Більше того, ми майже щодня виступаємо в цій ролі: для близьких, дітей, сусідів, колег. Ми щодня піклуємося про когось, переживаємо і допомагаємо комусь. Найімовірніше, поряд з вами є той, для кого ви є авторитетом, радником, учителем або другом. Саме це і є наставництво, хоч ми і не звикли називати ці стосунки таким словом. Діти-сироти потребують того, що ви вже давно робите для свого оточення і що, як правило, не вимагає надзусиль з вашого боку. Тому не варто побоюватися, що ви не володієте достатніми навичками і знаннями, і не зможете впоратися з роллю Наставника. А для того, щоб ви переконалися в готовності стати Наставником для дитини-сироти, ми пропонуємо вам відповісти на декілька простих питань.

ЧИ Є У МЕНЕ БАЖАННЯ ДОПОМАГАТИ ДІТЯМ-СИРОТАМ?

- ТАК
- НІ

ЧИ МОЖУ Я ВИДІЛИТИ ДЛЯ ЦЬОГО 2-3 ГОДИНИ НА ТИЖДЕНЬ?

- ТАК
- НІ

ЧИ ВМІЮ Я ДРУЖИТИ

- ТАК
- НІ

МОЇ РІДНІ І БЛИЗЬКІ ПІДТРИМУЮТЬ МЕНЕ В ЦЬОМУ РІШЕННІ,
НЕ ПЕРЕШКОДЖАТИМУТЬ І НЕ КРИТИКУВАТИМУТЬ МЕНЕ

- ТАК
- НІ

МЕНІ, В ТІЙ ЧИ ІНШІЙ МІРІ, ВЛАСТИВІ ТАКІ ЯКОСТІ:

- ДОБРОТА
- ДРУЖЕЛЮБНІСТЬ
- ЧУЙНІСТЬ
- ТЕРПЛЯЧИСТЬ
- ДОПИТЛИВІСТЬ
- ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ
- ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ
- ПОСТІЙНІСТЬ

Я ВМІЮ:

- РОБИТИ ПОКУПКИ
 - СКЛАДАТИ БЮДЖЕТ
 - ПЛАНУВАТИ ЧАС
 - ГОТУВАТИ
 - МАЛЮВАТИ
 - ТАНЦЮВАТИ
 - СПІВАТИ
 - ВИШИВАТИ
 - ГРАТИ НА ГІТАРІ
 - ЩОСЬ РЕМОНТУВАТИ
 - ПРАЦЮВАТИ З КОМП'ЮТЕРОМ,
 - ПОМНОЦІННО ВІДПОЧИВАТИ,
 - ЗАРОБЛЯТИ ГРОШІ,
 - ІНШЕ _____
-

Я ХОЧУ ПОДІЛИТИСЯ ЗНАННЯМИ І ЖИТТЄВИМ ДОСВІДОМ З ПІДРОСТАЮЧИМ ПОКОЛІННЯМ

- ТАК
- НІ

Я РОЗУМІЮ, ЩО НЕ ЗАВЖДИ БУДЕ ЛЕГКО, АЛЕ Я ВСЕ-ОДНО ГОТОВИЙ (-А) ДОПОМАГАТИ ДИТИНІ

- ТАК
- НІ

Я ГОТОВИЙ (-А) РАДИТИСЯ І ДЛЯ МЕНЕ ВАЖЛИВО ПОЧУТИ ДУМКУ ЛЮДЕЙ (ВИХОВАТЕЛІВ, ПЕДАГОГІВ, ФАХІВЦІВ СЛУЖБИ У СПРАВАХ ДІТЕЙ)

- ТАК
- НІ

МЕНІ ЗАВЖДИ ЦІКАВО ПОЧУТИ ВІД ЛЮДЕЙ / ДІТЕЙ ДУМКУ ПРО МЕНЕ

- ТАК
- НІ

Я РОЗУМІЮ, ЩО НАШІ НАСТАВНИЦЬКІ СТОСУНКИ МОЖУТЬ ПЕРЕРОСТИ В МІЦНУ І ДОВГОСТРОКОВУ ДРУЖБУ, І РАД (-А) ЦЬОМУ

- ТАК
- НІ

Я ГОТОВИЙ (-А) ДО НОВИХ ЗАХОПЛЮЮЧИХ ВІДКРИТТІВ, ЯКІ Я ЗРОБЛЮ РАЗОМ З ДИТИНОЮ

- ТАК
- НІ

Я ХОЧУ СПРОБУВАТИ ПОГЛЯНУТИ НА СВІТ ОЧИМА ДИТИНИ, СТАТИ ЇЇ ДРУГОМ ТА ПІДТРИМКОЮ

- ТАК
- НІ

Якщо на більшість питань ви відповіли позитивно – вітаємо: ви можете бути наставником для дитини-сироти!



Для того, щоб стати хорошим Наставником, потрібно постійно підвищувати свій професійний рівень. Ми рекомендуємо усім Наставникам читати спеціалізовану літературу у сфері педагогіки, дитячої психології, вікової фізіології. Цікавитися тим, що відбувається у світі, а також тим, що зараз цікавить молодь. Нижче ми наводимо список літератури, яку буде цікаво й корисно читати всім, хто виховує дітей, а також перелік веб-сайтів, де можна знайти масу корисної інформації як для батьків, так і для Наставників.

Рекомендована література

- ✓ Алис Миллер. Драма одаренного ребёнка и поиск собственного Я. М.: Академический Проект, 2001.
- ✓ Байярд Роберт Т., Байярд Джин. Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. – М.: «Семья и школа», 1995.
- ✓ Гезалов А. Солёное детство. Автобиографическое эссе. – М.: издательство «Благо», 2002.
- ✓ Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребёнком. Как? – М.: издательство: АСТ, 2008.
- ✓ Гиппенрейтер Ю.Б. Продолжаем общаться с ребёнком. – М.: издательство: АСТ, 1997.
- ✓ Тренінговий курс «Підготовка наставників для дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування» Проект Наставництва ОДНА НАДІЯ, 2013/140
- ✓ Джен Паркер, Джен Сімсон. Чтоб ребёнок рос счастливым. Советы для родителей. – Харків: Видавництво і друкарня «Тірамід», 2007.
- ✓ Дорис Бретт. Жила была девочка, похожая на тебя ... Психотерапевтические истории для детей.
- ✓ Жаклин Уилсон. Девочка-находка. // издательство: «Росмэн-Пресс», 2006.
- ✓ Леви В. Как воспитывать родителей, или новый нестандартный ребёнок. // издательство: Торобоан, 2005.
- ✓ Петрановская Л. В класс пришел приемный ребёнок. – М.: издательство «Студия – диалог», 2009.
- ✓ Петрановская Л. Как ты ведешь себя? 10 шагов по изменению трудного поведения. Пособие для приемных родителей. – М.: Издательство «Студия – диалог», 2010.
- ✓ Сюзен Форвард. Токсичні батьки. – «Свічадо», 2010.
- ✓ Франсуаза Дольто. На стороне подростка. — Екатеринбург: «Рама Паблшинг», 2010.
- ✓ Франсуаза Дольто. На стороне ребёнка. – СПб.: издательство «Петербург–XXI век», 1997.
- ✓ Шипицына Л. М. «Необучаемый» ребёнок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд., перераб. и дополн. – СПб.: Речь, 2005.
- ✓ Эксклайн Вирджиния. игровая терапия (Дибс в поиске себя). // издательство: Апрель-Пресс, Эксмо, 2003 г.

РЕКОМЕНДОВАНІ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ

- ✓ <http://onehope.com.ua>
- ✓ <http://www.pochemu4ka.ru/>
- ✓ <http://innewfamily.narod.ru/>
- ✓ <http://www.murzilka.com>
- ✓ <http://www.ditu.gov.ua/>
- ✓ http://www.koob.ru/age_psychology/
- ✓ <http://www.adalin.mospsy.ru/>
- ✓ www.trepsy.net
- ✓ <http://www.detgazeta.ru/>



Проект Наставництва дітей-сиріт ОДНА НАДІЯ



Проект Наставництва ОДНА НАДІЯ працює в м. Києві понад 5 років в тісній співпраці з Київською службою у справах дітей та неповнолітніх, а також Соціальною службою у справах дітей, сім'ї і молоді. У рамках Програми Наставництва, створеної нашим Проектом, було розроблено три напрями взаємодії з дітьми-сиротами і дітьми, позбавленими батьківської опіки: профорієнтація, соціалізація та допомога в навчанні. Визначені такі форми взаємодії як індивідуальна і групова. Діти, залучені в Програму Наставництва, знаходяться в інтернатах, дитячих будинках, притулках та інших установах.

Мета Проекту Наставництва ОДНА НАДІЯ – пошук, навчання і супровід Наставників на території установ, в яких проживають діти-сироти і діти, позбавлені батьківської опіки.

Досягти кожду дитину в Україні через Наставництво, яка, за певних обставин не має можливості виховуватись в сім'ї, можливо тільки за участі партнерських організацій та волонтерських груп, що уже працюють для дітей-сиріт у своїх регіонах та поділяють ідею особистого Наставництва. На сьогодні в різних областях України, таких як: Львівська, Рівненська, Полтавська, Харківська, Запорізька, Одеська, Донецька, АР Крим та містах сусідньої Білорусії: Мінську, Бресті, Вітебську за допомогою Проекту втілюють Програму Наставництва різні організації та волонтерські групи. З часу, коли Проект розпочав співпрацю з партнерами за межами Києва, проведено близько 45 тренінгів в яких взяли участь понад 550 учасників, методологія Проекту успішно передається на Школах Наставництва, що проводяться як і в Києві, так і в інших містах на запрошення місцевих організацій.

Щоб стати Наставником, Вам не знадобиться ніяких особливих навичок. Треба лише вміти слухати, мати бажання піклуватися та передавати власний досвід і знання.

Щоб якісно супроводжувати та підтримувати Наставників, тим самим збільшуючи ефективність та довготривалість наставницьких стосунків, щоб втілювати Програму Наставництва, тим самим впливати на долі багатьох дітей, можна скористатись досвідом та методологією Проекту ОДНА НАДІЯ. Ми розробили план, за яким передаємо всі свої знання усім, хто небайдужий та готовий працювати. Запрошуємо до співпраці організації та інші структури, що вже служать дітям-сиротам або серйозно налаштовані розпочати подібну діяльність.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

- ✓ Не можна обіцяти те, чого Ви не зможете виконати і не можна обіцяти те, що від Вас не залежить. Не ставте нездійсненних цілей.
- ✓ Не розраховуйте на величезний і миттєвий результат (це робота на перспективу, результат можна одразу і не побачити).
- ✓ Не ставтесь до дитини як «до однієї з» (не вживайте виразів типу: «неблагополучна дитина», «конфліктна дитина»). Старайтесь бачити в дитині особистість.
- ✓ Не критикуйте дитину. Можна критикувати поведінку: «мені не подобається цей вчинок» або «мені неприємно, коли ти так говориш». Треба розібратись у спонукальних мотивах будь-якої поведінки.
- ✓ Не говоріть, що дитина бреше (використовуйте інші вирази: «боїться сказати правду» і т. п.).
- ✓ Не обіцяйте дитині, що з нею подібного більше не станеться.
- ✓ Не звинувачуйте дитину в тому, що вже сталося – у жертви немає вибору.
- ✓ Не говоріть, що, якби дитина вчинила інакше, то все було б по-іншому.
- ✓ Не продовжуйте працювати з дитиною, якщо відчуваєте неприязнь до неї.
- ✓ Умійте «пройти» повз дитину, якщо не можете допомогти їй.
- ✓ Якщо робота припиняється, обов'язково попередьте про це дитину.

НАСТАВНИЦТВО КРОК ЗА КРОКОМ

Посібник для небайдужих дорослих

Видання здійснене
ВІДДІЛОМ СОЦІАЛЬНИХ ПИТАНЬ ПАТРІАРШОЇ КУРІЇ УГКЦ
ЗА ПІДТРИМКИ БЛАГОДІЙНОГО ФОНДУ «РЕНОВАБІС»

Упорядник: о. Андрій Нагірняк,
керівник Відділу соціальних питань Патріяршої Курії УГКЦ
social.ugcc.org.ua

ОДНА НАДІЯ
СТАНЬ НАСТАВНИКОМ - ЗМІНИ ЖИТТЯ ДИТИНИ



АЛЬЯНС
**УКРАЇНА
БЕЗ СИРІТ**

Громадська організація «ОДНА НАДІЯ»

Альянс «Україна без сиріт»

вул. Тропініна, 8,
Київ, 04107, Україна

а/я 185, м. Київ, 03055,
Україна

Тел./факс: +380 44 359 08 00
onehopekiev@gmail.com
info@onehope.com.ua
www.onehope.com.ua

Тел: +380 93 494 04 03
bezsyrit@gmail.com
www.ukrainabezsyrit.org

Видання третє, доповнене
Наклад 1000 прим.
Препрес «Друкарські куншти»
Київ • 2014