

ა(ა)იპ საქართველოს საპატრიარქოს წმინდა ტბელ აბუსერისძის
სახელობის სასწავლო უნივერსიტეტი
ჰუმანიტარულ მეცნიერებათა და განათლების

თამთა შარაშიძე

მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების
განვითარების პრობლემები

ნაშრომი წარმოდგენილია განათლების მაგისტრის აკადემიური
ხარისხის მოსაპოვებლად

მეცნიერ ხელმძღვანელი: პროფესორი,
პედაგოგიკის მეცნიერებათა დოქტორი
სამონაზვნე ბარბარე - ცილა მეგრელაძე

ხიჭაური - 2021

ანოტაცია

თამთა შარაშიძის ნაშრომში, მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარების პრობლემები, განხილულია სოციალურ-ემოციური უნარების რაობა და მნიშვნელობა. სოციალური და ემოციური გარემო ყოველდღიურ გავლენას ახდენს ბავშვის პიროვნულ განვითარებაზე. იგი ხშირად სტიქიურ და არაწინასწარ განზრახულ ხასიათს ატარებს. სწორად წარმართული პედაგოგიური საქმიანობა დაეხმარება მოსწავლეს გაუმკლავდეს მოზღვავებულ სოციალურ და ემოციურ პრობლემებს.

ნაშრომი მეცნიერული სიახლეა, რომელთა გათვალისწინებით საადამიანურ სივრცეში დღეს არსებული ნაკლებად სახარბიელო პირობები შემცირდება და ხელი შეეწყობა მოზარდებში ემოციის მართვისა და ქცევის რეგულირების უნარების განვითარებას.

ნაშრომში წარმოდგენილია ემოციების მართვის ფორმები და მეთოდები, რომელიც მხარდაჭერილია მოქმედ პრაქტიკაში. განხილულია საკითხი - რა ვუყოთ ემოციებს? ნაჩვენებია მეთოდებისა და რეკომენდაციების (იყავი ემოციურად მისაბამი; იყავი ემოციების მწვრთნელი; მიაწოდეთ ინფორმაცია; დააყენეთ თქვენი შვილი არჩევანის წინაშე; სიმშვიდე, მხოლოდ სიმშვიდე! წიგნები სოციალურ-ემოციური ისტორიებით და სხვა) განხორციელების შესაძლებლობა.

Anotation

Tamta Sharashidze's paper, Problems of development of students' social-emotional skills, discusses the nature and importance of social-emotional skills. The social and emotional environment has a daily impact on a child's personal development. It is often spontaneous and unintentional. Properly planned pedagogical activities will help the student to cope with the overwhelming social and emotional problems.

The paper is a scientific novelty that takes into account the less favorable conditions in the parenting space today and will help develop the skills of emotion management and behavior regulation in adults.

The paper presents the forms and methods of emotion management that are supported in current practice. The question is discussed – what to do with emotions? The possibility of implementing methods and recommendations (Be an emotional role model; Be a coach of emotions; Provide information; Put your child in front of a choice; Calm down, just calm down! Books with social-emotional stories; etc) is shown.

სარჩევი

შესავალი -----

ანოტაცია -----

თავი I. სოციალური და ემოციური აღზრდა -----

§1. მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებაზე ზრუნვის

საჭიროება -----

§2. სოციალურ-ემოციური ინტელექტის რაობა -----

§3. რეკომენდაციები სოციალურ-ემოციური ინტელექტის განვითარებისათვის -----

თავი II. პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები

სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის -----

§4. სხვისადმი დახმარება -----

§5. საშუალებები დარდისგან თავდასაღწევად -----

§6. მუშაობა აგრესიამოქარბებულ ბავშვებთან -----

§7. სტრესგადატანილი ბავშვებისადმი დახმარება -----

§8. რა ვუყოთ ემოციებს? -----

§9. აქტივობები მშობელთა ჩართულობისათვის -----

დასკვნები -----

გამოყენებული ლიტერატურა -----

შესავალი

თემის აქტუალობა: ოცდამეერთე საუკუნემ უამრავი პრობლემა მოიტანა ყველა სფეროში, მათ შორის განათლებაშიც. ცხოვრების მრავალფეროვანი ცვლილებები აისახება სასკოლო განათლებაზეც. მასწავლებლის საქმიანობაში აღარ არის საკმარისი სწავლებისა და სწავლის მეთოდების ცოდნა და წარმატებული გამოყენებაც კი. დადგა აღმზრდელობითი მუშაობის გააქტიურების საჭიროება. აუცილებელია ზნეობრივი, სულიერი აღზრდის სწორად წარმართვა. ბოლოდროინდელი დაკვირვებები ცხადყოფს, რომ მოსწავლეები არიან გონებაგახსნილნი, გონებრივად განვითარებულნი, მრავალფეროვანი ცოდნის მფლობელები, ამასთან ბავშვები გახდნენ უფრო მგრძობიარენი, ვიდრე მათი ასაკისთვის არის დამახასიათებელი, მწელად ეგუებიან შენიშვნას, საყვედურს, სწრაფად ღიზიანდებიან, იღლებიან რჩევების მიცემისას და ა.შ.. ეს გამოწვეულია ცხოვრებისეული პირობებით, ციფრულ ტექნოლოგიებზე მიჯაჭვულობით და კიდევ სხვა მრავალი მიზეზები შეიძლება დასახელდეს.

ეს არასასიამოვნო ფაქტორები იმიტომ გავიხსენეთ, რომ მასწავლებელი ახალი გამოწვევების წინაშე დადგა, გარდა საგნის ცოდნისა და სასწავლო პროცესის მართვისა, ის კარგი მსმენელი, გულდია მოსაუბრე, თანამგრძობი, თითოეული მოსწავლის სოციალური სტატუსის, თავისებურებების გამთვალისწინებელი პიროვნება უნდა იყოს, ვინც მოსწავლის გვერდით იდგება.

აღმზრდელობით მუშაობაში ზნეობრივი აღზრდა უმთავრესია. ამ მიმართებით საქმიანობის მრავალფეროვანი ფორმებისა და მეთოდების გამოყენებაა შესაძლებელი, ეს შეიძლება იყოს პატრიოტული, ეთიკური, ტრადიციული თემები, რომლებიც ცალკე კვლევის საგანია.

გამოცდილების შესწავლით, ონლაინ სივრცეში პედაგოგიურ საქმიანობაზე დაკვირვებით, წყაროების ანალიზით, მიმაჩნია, რომ აღმზრდელობითი საქმიანობის სწორი და მიზანმიმართული წარმართვისათვის საჭირო და აუცილებელია სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებაზე ზრუნვა.

ეროვნულ სასწავლო გეგმაში მოცემულ გამჭოლ კომპეტენციათა შორის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანია პერსონალური და სოციალური კომპეტენცია, რომელიც არის ცოდნის, უნარებისა და დამოკიდებულებების ერთობლიობა. ის შესაძლებელს ხდის მოსწავლემ საკუთარი თავი შეაფასოს, მართოს ემოციები, იცოდეს საზოგადოებაში გავრცელებული ტრადიციული ნორმები, დაიცვას საუკეთესო წესები და განავითაროს იგი ცხოვრებაში, გადაწყვეტილებების მიღების პროცესში, ოჯახურ ცხოვრებაში, სხვებთან ურთიერთობაში.

წმინდა გაბრიელ ეპისკოპოსი ამბობდა, რომ ყოველ კაცს, დიდსა და მცირესა, მდიდარსა და ღარიბსა, უკეთუ სურს იყოს კაცი, ადამიანი, თავისი თავის და ქვეყნის სასარგებლოდ უნდა ჰქონდეს სიმტკიცე და სიმაგრე ხასიათისა, ესე იგი იქცეოდეს თავისი სინდისით, ჭკუით და არა სხვისი შეგონებით (ცხადია, თუ ეს შეგონება არაკეთილია). კაცი, მოკლებული ხასიათის სიმტკიცესა, ვერ მიიყვანს ბოლომდე ვერცერთ, უმცირეს საქმესაც კი (**ქადაგებანი 1999**).

საკუთარ ქცევაზე პასუხისმგებლობის ალების უნარის განვითარებას გულისხმობს ეროვნულ კვალიფიკაციათა ჩარჩოს (2019) საბაზო და საშუალო განათლების დონის განზოგადებული სწავლის შედეგები. მათ შორის მნიშვნელოვანი ადგილი უჭირავს სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებაზე ზრუნვას.

აღნიშნული პრობლემით ვიყავი დაინტერესებული ბაკალავრიატზე სწავლის პერიოდშიც და დავწერე საბაკალავრო ნაშრომი უმცროსკლასელთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარება. შემდგომ, სასკოლო ცვლილებების გაცნობამ (მხედველობაში მაქვს ახალი ეროვნული სასწავლო გეგმა (2018), კვალიფიკაციათა ეროვნული ჩარჩო (2019), გზამკვლევები, სახელმძღვანელოები და სხვა საორიენტაციო მარეგულირებელი დოკუმენტები), მაგისტრატურაში სწავლამ, პედაგოგიურმა პრაქტიკამ პრობლემისადმი ჩემი შეხედულებები, დამოკიდებულებები, ცოდნა უფრო გააღრმავა და განვიზრახე მემუშავა პრაქტიკულ საქმიანობაში გამოსაყენებელ მასალებზე.

კვლევის მიზანი: მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარების ხელშემწყობი ფორმებისა და მეთოდების პრაქტიკაში გამოყენების გზებისა და შესაძლებლობების განსაზღვრა.

კვლევის მეთოდები: წყაროების ანალიზი, სამაგიდე კვლევა, სასწავლო პროცესზე დაკვირვება, ანალიზი, დასკვნა, ინტერვიუ, გამოკითხვა.

კვლევის ამოცანები:

1. წყაროების ანალიზის საფუძველზე გაანალიზდეს სოციალურ და ემოციურ აღზრდასთან დაკავშირებული საკითხები;
2. განისაზღვროს სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებაზე ზრუნვის საჭიროება;
3. ჩამოყალიბდეს რეკომენდაციები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის;
4. შემუშავებულ იქნას სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარების ხელშემწყობი აქტივობები, სავარჯიშოები.

კვლევის მატერიალურ-ტექნიკური ბაზა: წმინდა ტბელ აბუსერისძის ბიბლიოთეკა, ელექტრონული ბიბლიოთეკა, ინტერნეტ საგანმანათლებლო რესურსები.

მეცნიერული სიახლე: ნაშრომში განხილულია სოციალურ-ემოციური უნარების რაობა და მნიშვნელობა. მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების ხელშემწყობი ფორმები და მეთოდები დამუშავებულია აქტივობების, სავარჯიშოების სახით.

ნაშრომის თეორიული მნიშვნელობა: ნაშრომში განხილულია მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციურ უნარებთან დაკავშირებული პედაგოგიური, ფსიქოლოგიური ნაშრომები, სტატიები, ინტერნეტ რესურსები. მოცემული ანალიზი წარმოადგენს პრობლემასთან მიმართებას მეცნიერებისა და მოქმედი მასწავლებლების მოსაზრებებს, დამოკიდებულებებს.

ნაშრომის პრაქტიკული მნიშვნელობა: მოკვლევული მასალები დალაგებულია თანმიმდევრულად და მოცემულია აქტივობების, სავარჯიშოების სახით, რაც საშუალებას იძლევა გამოყენებულ იქნას ისინი სავსებით ან მოდიფიცირებით, როგორც საგაკვეთილო პროცესში, ასევე სადამრიგებლო საათის ჩასატარებლად.

ნაშრომის სტრუქტურა: ნაშრომი შედგება ორი თავისა და ცხრა პარაგრაფისგან, დასკვნებისა და ლიტერატურის დასახელებისაგან.

ნაშრომის აპრობაცია მოხდა: განათლების მაგისტრანტებთან სპეცსემინარზე და კონფერენციაზე.

ნაშრომის მოკლე შინაარსი:

I თავის - სოციალური და ემოციური აღზრდა, I პარაგრაფში - მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებაზე ზრუნვის საჭიროება, განხილულია სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარების მნიშვნელობა მოზარდთა ცხოვრებაში. ამ უნარების განვითარებით ისინი შეძლებენ თანატოლებთან, უფროსებთან, იმ საზოგადოებასთან ურთიერთობას, ვისთანაც შეხება აქვს მოზარდს. ასევე შეძლებენ გარესამყაროს ცვალებად მოვლენებში გარკვევასა და ორიენტირებას.

I თავის - სოციალური და ემოციური აღზრდა, II პარაგრაფში - სოციალური და ემოციური ინტელექტის რაობა, აღწერილია XXI საუკუნეში სოციალურ-ემოციური უნარების საჭიროება ადამიანის ცხოვრებაში, განსაკუთრებით ბავშვებისთვის, რომლებიც დაუცველნი არიან სოციალური გამოწვევებისა და საფრთხეებისგან. ახალგაზრდა თაობა ყველაზე მგრძობიარეა დამოკიდებულებების მიმართ, რომელიც გავლენას ახდენს მათ სოციალურ და ემოციურ შესაძლებლობებზე და საჭიროებებზე. ყოველივე ეს ქმნის საფუძველს ბავშვის თვითგანვითარების, მიღწევებისა და თვითრეალიზაციისკენ უწყვეტი სწრაფვის გარანტიას. ამ უნარების განვითარების გარეშე სოციალიზაცია, სოციალური წესებისა და ნორმების ათვისება, სოციალური ურთიერთობების ცვალებად პირობებთან ადაპტაცია შეუძლებელია.

I თავის - სოციალური და ემოციური აღზრდა, III პარაგრაფში - რეკომენდაციები ემოციურ-სოციალური ინტელექტის განვითარებისათვის, მოცემულია რჩევები, რომლის გათვალისწინებით ხელს შევუწყობთ მოსწავლეებში განვითაროთ ის უნარები, რომლებიც დაეხმარება მათ პრობლემური სიტუაციების გადაჭრაში, დაფიქრდნენ თავიანთ ქმედებებზე, უმჯობესდება მათი დამოკიდებულება სკოლის მიმართ, იზრდება აკადემიური მოსწრების ხარისხი, მცირდება ბავშვებში ბულინგისა და ფსიქოლოგიური პრობლემების ალბათობა, უყალიბდებათ პოზიტიური დამოკიდებულება საკუთარი თავისა და მის გარშემო არსებული სამყაროს მიმართ.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, IV პარაგრაფში - სხვისადმი დახმარება, აღწერილია მეთოდები, რომლის დახმარებით ბავშვებს განუვითარდებათ სიკეთის,

სიყვარულის გრძნობა, სხვისადმი დახმარების სურვილი, შეძლებენ დაინახონ საკუთარი თავი და სამყარო ისეთი, როგორც სინამდვილეშია, ჩამოუყალიბდებათ თანაგრძნობის უნარი, შეძლებენ საკუთარი თავის გაიგივებას სხვა პიროვნებასთან, გაუმტკიცებს სინდისს და სხვა.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, V პარაგრაფში - საშუალებები დარდისაგან თავდასაღწევად, წარმოგიდგენთ ინფორმაციას როგორ დავეხმაროთ დადარდიანებულ ადამიანებს, როგორ გავუმკლავდეთ დარდს, როგორ მოვიშოროთ ზიზღი და სიბრაზე, როგორ ამოვიცნოთ დამაბულობის გამაფრთხილებელი ნიშნები. გთავაზობთ რამდენიმე სავარჯიშოს დარდის გასაქარვებლად.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, VI პარაგრაფში - მუშაობა აგრესიამოჭარბებულ ბავშვებთან, შეგიძლიათ გაეცნოთ აქტივობებს, რომლებიც შეამცირებს ბავშვებში აგრესიის მოჭარბებას, დამშვიდდებიან და გაუქრებათ სხვისადმი რაიმე ზიანის მიყენების სურვილი, დაფიქრდებიან თავიანთ ქმედებებზე. აღნიშნული სავარჯიშოები გამოავლენენ ბავშვებში აგრესიულობის დონეს, მათი საშუალებით შეძლებენ იფიქრონ ამა თუ იმ აგრესიულ სიტუაციებზე და მძაფრი მომენტებიდან თავის დაღწევის გზებზე.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, VII პარაგრაფში - სტრესგადატანილი ბავშვებისადმი დახმარება, მუცემულია სავარჯიშოები და რჩევები, რომელიც დაეხმარება მასწავლებელსა და მშობელს დააძლევინონ ბავშვებს სტრესი და მასთან დაკავშირებული ყველა უარყოფითი თვისებები. ასევე გაეცნობით როგორ ამოიცნოთ ბავშვებში სტრესი. ბავშვი უნდა ხედავდეს მასწავლებელში იმედს, უნდა ეადვილებოდეს მასთან საუბარი. დახმარების გარეშე კი ბავშვი ძნელად გამოდის მდგომარეობიდან. თუ არ დავეხმარეთ მას, შეიძლება მოუშუშებელი იარა დარჩეს მის სულში ან სულაც სწორი გზიდან გადაუხვიოს.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, VIII პარაგრაფში - რა ვუყოთ ემოციებს? აღწერილია როგორ აღვზარდოთ ბავშვებში ემოციების მართვის უნარი, რათა თავი

გაართვან მოზღვავებულ ემოციებს, არ გაუარესდეს სწავლისა თუ დისციპლინის მდგომარეობა, არ ჩაიკეტონ საკუთარ თავში, გაიაზრონ თავიანთი ემოციების გავლენა საკუთარ ქცევაზე. აქედან გამომდინარე აღნიშნული სავარჯიშოები დაეხმარებათ ბავშვებს ემოციების გამოხატვასა და მართვის უნარის გამომუშავებაში.

II თავის - პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებისათვის, IX პარაგრაფში - აქტივობები მშობელთა ჩართულობისთვის, გთავაზობთ აქტივობებსა და რჩევებს მშობლებისათვის, რადგან მათი დახმარებით ბავშვებს ჩამოუყალიბდებათ ემპათიის, სიყვარულის გრძნობა; გაიგებენ სხვის წუხილს, დარდს; განიცდიან სიხარულს, ბედნიერებას სხვისი ბედნიერებისა და წარმატების გამო; განუვითარდებათ თანაგანცდის უნარი; ისწავლიან პატიოსნებას, პატივისცემას, თვითდისციპლინას. მშობელმა უნდა დაეხმაროს მათ იყონ სამართლიანები, პასუხისმგებლიანები, დაიჯერონ საკუთარი შესაძლებლობებისა და კარგად იფიქრონ გადაწყვეტილების მიღების წინ. ამ ყველაფრის დახმარებით ბავშვები შეძლებენ რთული სიტუაციებიდანაც კი სწორი გამოსავლის პოვნას.

სოციალური და ემოციური აღზრდა

§1. მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარებაზე

ზრუნვის საჭიროება

პედაგოგიურ მეცნიერებაში აღზრდა განმარტებულია, როგორც პიროვნებაზე ორგანიზებული პედაგოგიური ზემოქმედება, საზოგადოების კონკრეტულობა განსაზღვრული სოციალური თვისებების ჩამოყალიბების მიზნით, პირობების მიზანმიმართული შექმნა, რათა ადამიანმა აითვისოს კულტურული გამოცდილება თანდაყოლილი შესაძლებლობების გათვალისწინებით, სტიმული მიეცეს მის თვითგანვითარებასა და დამოუკიდებლობას, როგორც პიროვნულ თვისებებს (გობრონიძე 2000:245).

როგორც მოგეხსენებათ, თითოეული ახალი თაობა მემკვიდრეობით ღებულობს გარკვეულ სოციალურ და მატერიალურ ღირებულებებს. ამასთან აითვისებს რა ტრადიციებსა და გამოცდილებით შეძენილ კეთილღირებულებებს, შემოქმედებით უნარებსა და ტრადიციების დაცვით ხელს შეუწყობს საზოგადოების განვითარებას.

ყველა ეპოქის აღზრდაში ახალი პრობლემები იჩენდა თავს. ამჟამინდელი ვითარებით მკაფიოდ ჩანს სოციალური და ემოციური უნარების არ ქონით გამოწვეული პრობლემების გაძლიერება, განსაკუთრებით აღვნიშნავთ მოსწავლეებს შორის ურთიერთობებს, მოზარდთა დამოკიდებულებას უფროსების მიმართ, გარესამყაროს ცვალებად მოვლენებში გარკვევასა და ორიენტირებას. მეცნიერ-მკვლევარები (გობრონიძე, ლორთქიფანიძე, მალაზონია, სარიშვილი და სხვა) აღზრდაში გულისხმობენ მოზარდის მომზადებას ცხოვრებისათვის.

აქედან გამომდინარე ჩავატარე გამოკითხვა პედაგოგებსა და მშობლებს შორის.

გამოკითხვის მიზანი იყო: ცხოვრებისათვის მოსამზადებლად რომელი პრობლემების გამკვლავება დასჭირდება მოსწავლეს.

გამოკითხვის ფორმა: ინტერვიუ.

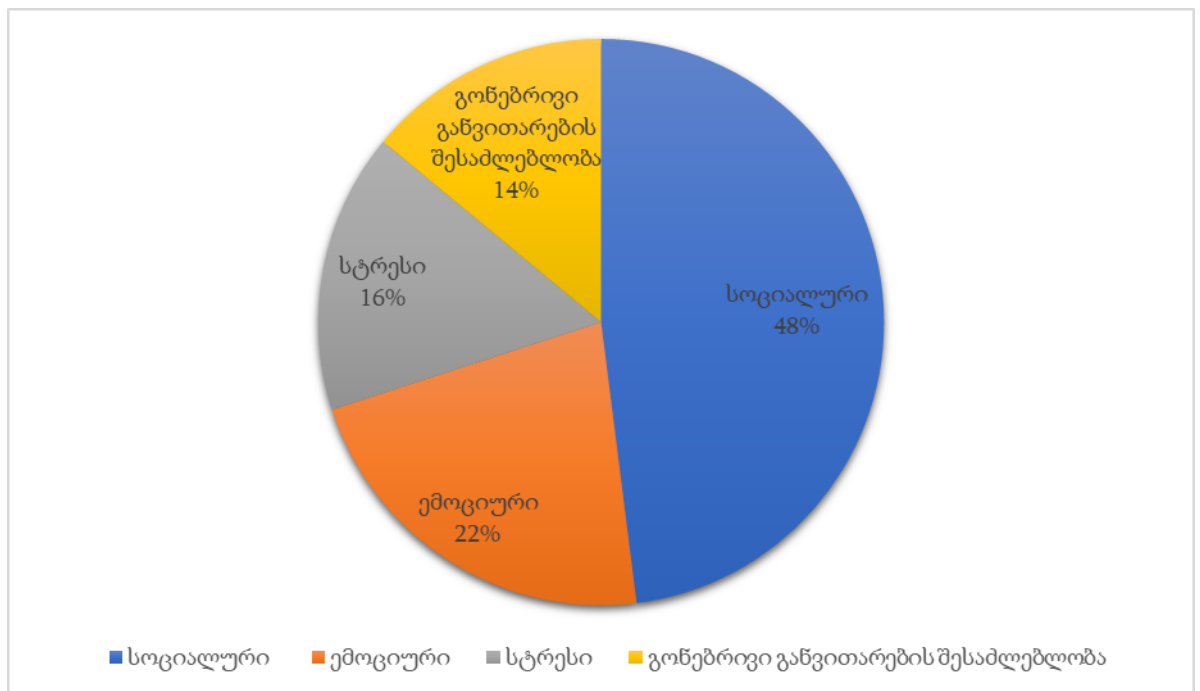
გამოკითხვაში მონაწილეობდა 30 მასწავლებელი, 30 მშობელი (დაწყებითი და საბაზო საფეხურის).

ინტერვიუს შეკითხვა: თქვენი შეხედულებით მოსწავლის ცხოვრებისთვის მოსამზადებლად რომელი პრობლემის გამკლავება მიგაჩნიათ საჭიროდ?

გამოკითხვის შედეგები იყო შემდეგი:

- სოციალური პრობლემები **48%**;
- ემოციური პრობლემები **22%**;
- სტრესი **16%**;
- გონებრივი განვითარების შესაძლებლობა **14%**.

ცხოვრებისათვის მოსამზადებლად საჭირო დასაძლევ პრობლემები



სქემა შექმნილია ჩვენ მიერ (კვლევის შედეგები).

დიაგრამა 1

ინტერვიუს შემდეგ რესპოდენტებთან შეხვედრა ჩავატარეთ. დავაზუსტეთ ზოგიერთი მონაცემების მოტივი. აღმოჩნდა, რომ სოციალურ პრობლემებთან აკავშირებდნენ მატერიალურ პრობლემებსაც. სტრესისა და ემოციების მოტივებიც ერთმანეთს უახლოვდებიან. გონებრივი განვითარების შესაძლებლობების დაბალი მაჩვენებელი აიხსნა იმით, რომ თუ მოინდომებენ სწავლის გაგრძელება შეუძლიათ, რადგან მთის კანონი დაფინანსებაში ხელს უწყობს. კიდევ უფრო საიმედო მოტივი არის წმინდა ტბელ აბუსერისძის უნივერსიტეტში უფასო სწავლება.

გამოკითხვის შედეგები თანხმობაშია მეცნიერულ მოსაზრებასთან, რომლის მიხედვით სასკოლო აღზრდა არის ორგანიზებული პედაგოგიური ზემოქმედება პიროვნების განვითარებაზე იმ მიზნით, რომ მას ჩამოუყალიბდეს ეპოქის მიერ განპირობებული სოციალური ნიშნები, თვისებები.

სოციალურ ნიშნებს შორის დამახასიათებელია კულტურის კომპონენტები. კულტურა ლათინური სიტყვაა და ნიშნავს მოშენებას, დამუშავებას, პატივისცემას. ეს განმარტება იმიტომ გავიხსენე, რომ ვიზიარებ მოსაზრებას, რომლის თანახმად კულტურა ვლინდება სოციალურ ნორმებსა და წესებში, ერთმანეთთან, თავის თავთან დამოკიდებულებაში.

კულტურაში აისახება საზოგადოების განვითარების გარკვეული დონე, შემოქმედებითი ძალები და ადამიანის უნარი, რომლებიც გამოხატულია ინდივიდთა საქმიანობასა და ცხოვრების წესში, მათ მიერ შექმნილ მატერიალურ და სულიერ ფასეულობებში.

კულტურა როგორც მატერიალურ და სულიერ ფასეულობათა ერთიანობა წარმოადგენს ყველა ადამიანის პრაქტიკული საქმიანობის პროდუქტს. ყოველი ცოდნა, უნარი და ჩვევა, პრაქტიკული იქნება ის თუ გონებრივი, არის მოქმედების ათვისების საშუალება. იგი ვლინდება მოქმედიანობაში. ამის შესაბამისად, მოქმედიანობა წარმოადგენს არსებობის ყველა კომპონენტის ერთ-ერთ ფორმას.

ადამიანი ითვისებს კულტურას წარმომავლობის, სოციალური პირობების და კონკრეტული ისტორიული ეპოქის შესაბამისად.

აღზრდის პრობლემა დაკავშირებულია სულიერ კულტურასთან, როგორც მოზარდი თაობისათვის გადასაცემი, მის მიერ შენახვის, კვლავ წარმოებისა და განვითარების ობიექტი. ამ მიმართებით მეცნიერები (ლორთქიფანიძე, გობრონიძე და სხვები) მნიშვნელოვნად თვლიან კაცობრიობის მიერ უკვე მოპოვებული ცოდნის გამოყენებას და იმ უნარებისა და ჩვევების განვითარებას, რომლებიც განაპირობებს დაგროვილი და განვითარებული ცოდნის გამოყენებას ადამიანის კეთილდღეობისათვის, კეთილი მიზნებისათვის. ამ მიმართებით შემოქმედებითობა წარმოადგენს წარმმართველს.

ი. ლერნერის აზრით შემოქმედებითობა ეს არის ნაცნობ სიტუაციაში ახალი პრობლემების ხედვა და მისი გადაჭრა დამოუკიდებელი, ორიგინალური გადაწყვეტილებებით, რითაც იქმნება ახალი. ამიტომ აუცილებელია აღზრდა ეფუძნებოდეს ზნეობრივ ტრადიციებს. აქედან გამომდინარე მნიშვნელოვანია ადამიანის დამოკიდებულების ნორმები სამყაროსა და ერთმანეთისადმი, რომელიც

გულისხმობს მის ცოდნას, უნარებს, ჩვევებს, ემოციურ აღქმას, მოთხოვნილებების შესაბამისობას ტრადიციულთან.

განსაკუთრებულია ემოციის როლი. ემოცია წარმოადგენს სინამდვილის ასახვას განსაკუთრებული ფორმით, რომელიც განსხვავდება აზროვნებისგან. შესაძლებელია ადამიანს ჰქონდეს ცოდნა, უნარი, შემოქმედებითი ჩვევები, მაგრამ არ გააჩნდეს ღირებულებებისადმი ემოციური დამოკიდებულება, არ ჰქონდეს აღზრდილობა. ეს კი ხელშემშლელია ადამიანთა შორის ურთიერთობებში, მათ შორის შემეცნებითი და შეფასებითი ინფორმაციის გაცვლაში. ურთიერთობების მეშვეობით ბავშვის შეგნება განვითარების ახალ დონეს აღწევს, იცვლება მისი სულიერი სამყაროს მოწყობა.

წყაროების ანალიზი ცხადყოფს, რომ აღზრდამ საჭიროა მოიცვას კულტურის შემდეგი ელემენტები: ცოდნა, უნარ-ჩვევები, შემოქმედებითობა, ემოციურ-შეფასებითი მოქმედებები, ურთიერთობა (ლ. ვიგოტსკი, ი. ლერნერი, გობრონიძე და სხვები).

ამ მიმართებით ყურადღება მივაქციეთ ემოციურ-შეფასებით ელემენტს, რომელიც ვლინდება ტრადიციულისადმი და ზნეობრივისადმი ადამიანის დამოკიდებულებაში. ანუ როგორ ესმის მოზარდს მისი მოვალეობა და პასუხისმგებლობა ერის, ქვეყნის, საკუთარი ოჯახის, სოფლის ან ქალაქის მიმართ.

ემოციურ-შემეცნებითი დამოკიდებულების მიზანმიმართული წარმართვისათვის სოციალური პირობები და სახელმწიფოებრივი მიდგომა მთავარია. წმინდა მეფე დავით აღმაშენებელმა ქართლის ცხოვრების მიხედვით აკრძალა საემშაკონი თამაშობანი.

სამწუხაროდ, სოციალური ვითარება ხშირად არაზნეობრივის დასაწერგავად არის გამოყენებული, ამიტომ სასკოლო განათლების ამოცანა სწორედ იმაშია, რომ აღზარდოს თაობა, რომელიც შეძლებს გაუმკლავდეს ეპოქის პრობლემებს და შესძლოს გაარჩიოს ზნეობრივი არაზნეობრივისგან, სოციალურმა პირობებმა არ გადააქციოს უზნეობის მსახურად, გამოხატოს ემოციები სწორად და ამით თავიდან აიცილოს მიუღებელის მიბაძვა, მოწონება, გააცნობიეროს თავისი კულტურული მემკვიდრეობის დადებითი მნიშვნელობა.

ჩავატარეთ გამოკითხვა ორ ეტაპად. გამოკითხვის მიზანი იყო: დაგვედგინა მოსწავლეთა ემოცია წარსულში მომხდარი სოციალური პრობლემებისადმი.

გამოკითხვაში მონაწილეობდა სხვადასხვა სკოლის 50 მოსწავლე. გამოკითხვა ჩავატარეთ დისტანციურად. მონაწილეობა მიიღო თავისი სურვილით V-IX კლასის მოსწავლეებმა.

კონფედენციალურობა დაცული იყო.

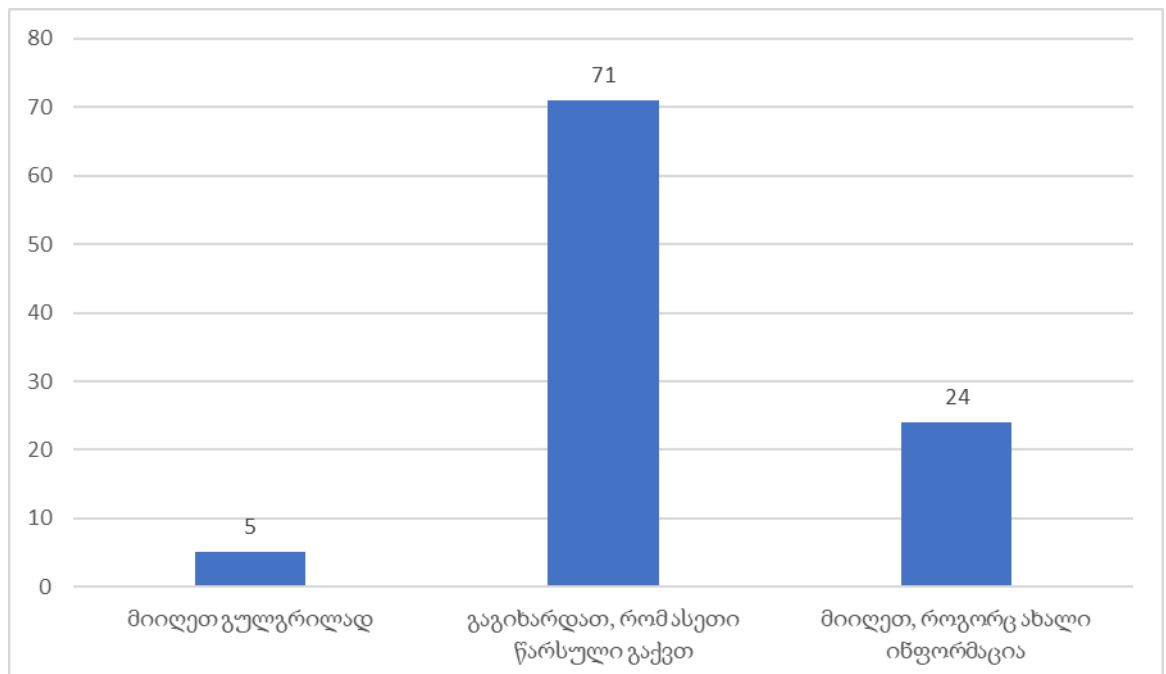
შეკითხვა იყო ასეთი:

თედო სახოკია თავის წიგნში აჭარის მოგზაურობის შესახებ წერს: მთელი აჭარა შემოვიარე და მათხოვარი არ მინახავსო. როგორია თქვენი ემოცია ამ ფრაზის მიმართ?

გამოკითხვის შედეგები იყო შემდეგი:

- მიიღეთ გულგრილად 5%;
- გაგიხარდათ რომ ასეთი წარსული გაქვთ 71%;
- მიიღეთ, როგორც ახალი ინფორმაცია 24%.

მოსწავლეთა ემოცია წარსულში მომხდარი სოციალური პრობლემებისადმი: „მთელი აჭარა შემოვიარე და მათხოვარი არ მინახავს“ - როგორია თქვენი ემოცია?



სქემა შექმნილია ჩვენ მიერ (კვლევის შედეგები).

დიაგრამა 2

გამოკითხვის შედეგების გაცნობის შემდეგ ინდივიდუალური გასაუბრებით დავაზუსტეთ, გულგრილად იმიტომ მიიღეს, რომ არ გაუკვირდათ ეს ამბავი.

ვისაც გაუხარდა, ემოცია ახსნეს საამაყო წარსულით, ასევე იმითაც, რომ ალბათ ეს მემკვიდრეობითია, რადგან არც ახლაა მათ სოფელში მათხოვარი. თითქმის ყველამ მოითხოვა ინფორმაციის ვრცლად მიწოდება და დავამატეთ, რომ თედო სახოკიას დაკვირვებით ეს იმ ტრადიციის შედეგი იყო, რომლის მიხედვით გაჭირვებულის მოვლა ყველა ოჯახის მოვალეობა იყო და მორიგეობით ემსახურებოდნენ იმას, ვინც ხელმართ მოხუცებული ან გაჭირვებული იყო. ეს საქმე უპირველესად რძლების მოვალეობას წარმოადგენდა.

ამ ინფორმაციის გაცნობამ კიდევ უფრო აამაღლა ემოციური განწყობა, თუმცა თქვეს, რატომ მართო რძლებისთვის?

ამ გამოკითხვამ, მე, როგორც მასწავლებელს დამანახა ემოციური ტექსტების სწავლება-აღზრდაში ჩართვის საჭიროება, რომელიც განვახორციელებ კიდევ და შემდგომ პარაგრაფებში განვიხილავთ.

ამრიგად, ყველა ეპოქის აღზრდაში ახალი პრობლემები ჩნდება. ამჟამინდელ ვითარებაში მკაფიოდ ჩანს სოციალური და ემოციური სფეროს გავლენით პრობლემების გაძლიერება, განსაკუთრებით აღსანიშნავია მოსწავლეთა შორის ურთიერთობები, მათი დამოკიდებულება გარშემომყოფებთან, ცვალებად მოვლენებში გარკვევა და ორიენტირება.

მომავალი ცხოვრებისათვის მოსწავლეთა მოსამზადებლად სოციალური და ემოციური უნარების განვითარება ერთ-ერთ მნიშვნელოვან საჭიროებად მიაჩნია მშობელთა და მოსწავლეთა უმრავლესობას.

§2. სოციალური და ემოციური ინტელექტის რაობა

სოციალური და ემოციური უნარების განვითარების აქტუალობა განპირობებულია იმით, რომ XXI საუკუნის უნარ-ჩვევები მოითხოვს ახალი ტექნოლოგიების განვითარებას, დიდი რაოდენობის ინფორმაციის დამახსოვრებას, აზროვნების არამდგრადობას, შემოქმედებითობას. გარდა ამისა, თანამედროვე სამყაროს არასტაბილურობა და საფრთხეები წარმოქმნის დიდ სტრესს და გასაჭირს,

რაც ამცირებს ადამიანის თვითგანვითარებისა და თვითრეალიზაციის ეფექტურობას. განსაკუთრებით ბავშვები არიან დაუცველნი სოციალური გამოწვევებისა და საფრთხეებისგან, ამიტომ მნიშვნელოვანია სოციალური და ემოციური შესაძლებლობების განვითარება ადრეული ასაკიდან.

რა არის სოციალური ინტელექტი? სოციალური ინტელექტი არის შესაძლებლობების ერთობლიობა, რომელიც განსაზღვრავს სოციალური ურთიერთქმედების წარმატებას. ის მოიცავს საკუთარი და სხვისი ქცევის გააზრების უნარს და ასევე სიტუაციის შესაბამისად მოქმედების შესაძლებლობას. ეს გულისხმობს ემპათიას, იმის გრძნობას, რასაც სხვა ადამიანი განიცდის, ესმის მისი თვალსაზრისი და შეუძლია კომუნიკაცია მარტივად და ეფექტურად. სოციალური უნარები მოიცავს ქცევის ეთიკურად ღირებულ ფორმებს და მეთოდებს, რომლებიც ეხმარება მოზარდს სხვებთან ურთიერთობასა და თანამშრომლობაში, კონტაქტების დამყარებასა და შენარჩუნებაში, კონფლიქტური სიტუაციების თავიდან აცილებაში.

ამერიკელი ფსიქოლოგი დანიელ გოლემანი განსაზღვრავს სოციალური ინტელექტის ორ მნიშვნელოვან კომპონენტს: სოციალური აღქმა (როგორ ვკითხულობთ ინფორმაციას სხვების შესახებ) და სოციალური შესაძლებლობები (როგორ ვუმკლავდებით ამ ახალ ცოდნას). მისი აზრით, სოციალური აღქმა მოიცავს სხვადასხვა უნარ-ჩვევებს - უმარტივესი ემპათიის გრძნობიდან რთულ სოციალურ სიტუაციებამდე, როდესაც ჩვენ სწრაფად ვკითხულობთ სხვა ადამიანის მდგომარეობას, გრძნობებს, აზრებს და ვახდენთ ამ ყველაფრის გაგებას. ფსიქოლოგი ემი მორინი კი გვთავაზობს უფრო მარტივ ახსნას - მისი აზრით, სოციალური ინტელექტი ნიშნავს თანამოსაუბრის მოსმენისა და იმის გაგების შესაძლებლობას, რისი თქმაც სურს მას ნამდვილად.

რამდენად განსხვავდება სოციალური ინტელექტი ემოციურისგან? სოციალური ინტელექტი ხშირად ასოცირდება ემოციური ინტელექტის კონცეფციასთან. ამერიკელმა მკვლევარებმა პიტერ სალოუამ და ჯონ მაიერმა, რომლებმაც ეს კონცეფცია დანერგეს 1990 წელს, მათ განსაზღვრეს ემოციური ინტელექტი, როგორც საკუთარი და სხვისი ემოციების თვალყურისდევნების უნარი, მათი გარჩევა და ამ ინფორმაციის გამოყენება შემდგომი ასახვისა და მოქმედებისათვის. ლოგიკურია, რომ ემოციური ინტელექტი ასოცირდება სოციალურ

ინტელექტთან: იმისათვის, რომ კომუნიკაცია წარმატებული იყოს, ჩვენ ნამდვილად უნდა გვესმოდეს, თუ როგორ გრძნობს თავს თანამოსაუბრე და რა ემოციებს განვიცდით ჩვენ თვითონ. ფსიქოლოგები აღნიშნავენ, რომ ემოციური ინტელექტი სოციალური ინტელექტის ნაწილია.

სასწავლო სივრცეში პედაგოგები ბავშვებს ასწავლიან ქცევის ნორმებსა და წესებს, რომლებიც შემდეგში ეს წესები იქცევიან კომუნიკაციის ეთიკურად ღირებულ ფორმებად. მისი საშუალებით მოსწავლე იგებს კონფლიქტების მიზეზებს, სწავლობს როგორ მიიღოს გადაწყვეტილება დამოუკიდებლად, ხდება მეგობრულ ხუმრობებს, ნებაყოფლობით ღებულობს მონაწილეობას ერთობლივ საქმიანობაში (როლური თამაშები; სპექტაკლები; საგუნდო ცეკვა, სიმღერა; ერთობლივი პანელების, პროექტების, ნახატების, ხელნაკეთობებისა და ა.შ. შექმნაში), აფასებს სხვის და საკუთარ მიღწევებს, შეცდომებს, ღებულობს კრიტიკას.

სოციალური და ემოციური განვითარება არის საკუთარი თავისა და სხვების გაგების ფორმირება, საკუთარი თავისა და სხვების მართვა, საკუთარი სახელმწიფოებისა და სხვა ადამიანების მდგომარეობის რეგულირება, საკუთარი ფსიქიკური მდგომარეობისა და შესაძლებლობების ცოდნა, საქმიანობის მიზანმიმართულობა, ზნეობრივი და ეთიკური გაგება, სოციალური ურთიერთობის საფუძვლების ცოდნა და წარმატებული კომუნიკაციური უნარის ფორმირება. პედაგოგი (მშობელი) ორიენტირებული უნდა იყოს ბავშვის შინაგანი ფსიქოლოგიური მდგომარეობის განვითარებაზე, რაც გულისხმობს საკუთარი თავისა და სხვების გაგებას, პროსოციალური განწყობებისა და მოტივაციის ფორმირებას, საკუთარი კომპეტენციების ასახვას და მათ გაუმჯობესებას, კომუნიკაციის უნარების განვითარებას და სხვათა მახასიათებლების შემწყნარებლობას.

ბავშვის საჭიროებები და შესაძლებლობები უნდა განხორციელდეს საგანმანათლებლო დაწესებულებების შემოქმედებით გარემოში. ბავშვებს უნდა ვასწავლოთ სოციალურ-ემოციური უნარები, რადგან ბავშვი იყოს ბედნიერი ახლა და წარმატებული ადამიანი მომავალში. ბავშვთა ემოციური და გონებრივი თავისებურებების, მათი მიდრეკილებებისა და ინტერესების ცოდნა ეხმარება პედაგოგს დაამყაროს კონტაქტი ბავშვთან, უხელმძღვანელოს მათ განვითარებას, თავიდან აიცილოს მრავალი შეცდომა მათი სწავლებისა და აღზრდის საკითხში.

უმცროს კლასელთა სწავლების პროცესში პედაგოგის მიერ დაშვებული შეცდომა შეიძლება გახდეს საფუძველი იმედგაცრუების, ოჯახსა და სკოლაში კონფლიქტის, სწავლაში წარუმატებლობის. უარყოფითი ემოციური მუხტი, რომელიც შეიძლება მიიღოს ბავშვმა დაწყებით კლასებში, დიდ გავლენას მოახდენს ბავშვის მომავალ ცხოვრებაზე.

ადამიანის ემოციური კეთილდღეობა არის მისი თავდაჯერებულობა, უსაფრთხოების გრძნობა, განწყობა და ცხოვრებაში წარმატება. ეს ყველაფერი დამოკიდებულია იმაზე თუ როგორ განვითარდება მისი ურთიერთობა გარშემომყოფებთან. თავდაჯერებულობა პიროვნების მნიშვნელოვანი თვისებაა. მისი საშუალებით გვაქვს და ვიცავთ საკუთარ აზრს, ვენდობით საკუთარ თავს და გრძნობებს. ბავშვის ინდივიდუალობის, მისი მე-ს ჩამოყალიბება ადრეული ასაკიდან იწყება და ხდება მათი განვითარება. ყველა ადამიანმა უნდა გაითვალისწინოს ის, რომ ყველა ბავშვი უნიკალური და განუმეორებელია. თავდაპირველად მათი შესაძლებლობები შეზღუდულია, უნდა მოხდეს მათი თანდათანობით განვითარება და გაუმჯობესება. მათ უნდა იცოდნენ რა შეუძლიათ და რა არ შეუძლიათ, ხვალ ისინი აუცილებლად გააკეთებენ იმას, რაც დღეს ვერ შესძლეს. ამიტომ ისინი უნდა გრძნობდნენ გარშემომყოფთა მხარდაჭერას სხვადასხვა სიტუაციაში - წარმატებასა თუ წარუმატებლობაში.

სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარება ბავშვს ეხმარება საკუთარი თავის შესწავლაში, საკუთარი ემოციების ამოცნობაში, იმპულსებისა და ქცევის მართვაში, თანატოლებთან და უფროსებთან პოზიტიური ურთიერთობის ჩამოყალიბებაში, გრძელვადიანი შედეგების განვითარებაში, მოტივაციის ამაღლებაში, აკადემიური მოსწრების განვითარებაში და ა.შ.. ბავშვები, რომლებსაც სოციალურ-ემოციური უნარები აქვთ განვითარებული, უკეთ იცნობენ საკუთარ თავსა და შესაძლებლობებს, აქვთ საკუთარი თავის, უნარებისა და შესაძლებლობების რწმენა, უკეთესად თანაცხოვრობენ, როგორც თანატოლებთან, ასევე უფროსებთან. სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარება ეხმარება ბავშვებს წარმატებულები იყვნენ როგორც სკოლაში, ასევე ზრდასრულ ცხოვრებაში - სწავლისას მათი აკადემიური მოსწრება უფრო მაღალია, ზრდასრულობაში კი უკეთ ართმევენ თავს როგორც სამსახურში წამოჭრილ, ასევე სხვა ცხოვრებისეულ სირთულეებს.

ემოციური ინტელექტის იდეა სოციალურისგან წარმოიშვა. ის არის საკუთარი და სხვა პიროვნების შინაგანი მდგომარეობის გაგების უნარი, რომელიც ეხმარება მოზარდს განათლების შედეგების გაუმჯობესებასა და კომუნიკაციის დამყარებაში. საჯარო სკოლები ვალდებულია მოსწავლეებში აამაღლოს ემოციური ინტელექტის შესახებ ცნობიერება.

ემოციური ინტელექტი მოიცავს 3 ძირითად სფეროს:

- თვითშემეცნება და თვითმართვა: ეს სფერო ფოკუსირებულია ძლიერი და სუსტი მხარეების გაცნობიერებაზე. ბავშვები სწავლობენ არა მხოლოდ საკუთარი გრძნობების გაგებასა და გაზიარებას, ასევე სწავლობენ თვითკონტროლსაც. მათი მეშვეობით მოზარდები გამოავლენენ თავიანთ საუკეთესო მხარეებს.
- საზოგადოების ინფორმირებულობისა და კომუნიკაციის უნარები: ეს უნარები მოიცავს ინტონაციისა და ჟესტების ენის წაკითხვის უნარს სხვებთან კომუნიკაციისას. ბავშვები სწავლობენ კონფლიქტური სიტუაციების პროგნოზირებას და თავიდან აცილებას, სხვების თანაგრძნობას, კულტურული განსხვავების გაგებას, სხვადასხვა სიტუაციებთან ადაპტირებას, ადამიანებთან ადეკვატურად ქცევას.
- პრობლემების გადაჭრის უნარები: ზემოთ ხსენებულ უნარებს მოსწავლეები იყენებენ სტრატეგიების შემუშავების მიზნით, რომლითაც შეძლებენ სხვადასხვა სიტუაციებში ადაპტირებას.

გრძნობები და ემოციები გავლენას ახდენს ჩვენს ფსიქოლოგიურ მდგომარეობაზე, მაგრამ ისინი მნიშვნელოვნად განსხვავდება ერთმანეთისგან. გრძნობა აღქმული ემოციური მდგომარეობის გამოსახვაა (მაგალითად, რისხვა). ემოციები კი წარმოიქმნება ადამიანის ნების საწინააღმდეგოდ, წარმოქმნის სპეციფიკურ გრძნობებს, რომელსაც ხშირად ვერც კი ვამჩნევთ. ცხოვრების სენსუალური მხარე შეიძლება იმდენად დამაბნეველი იყოს, რომ მოცულობითი ემოციის რეალიზებას დიდი დრო დასჭირდეს. ემოციური განვითარება წინ უსწრებს კოგნიტური განვითარების უმეტეს ფორმებს. ახალგაზრდა თაობა ყველაზე მგრძნობიარეა დამოკიდებულებების მიმართ, რომელიც გავლენას ახდენს მათ სოციალურ და ემოციურ შესაძლებლობებზე და საჭიროებებზე. ყოველივე ეს ქმნის

ბავშვის თვითგანვითარების საფუძველს, მიღწევებისა და თვითრეალიზაციისკენ მისი უწყვეტი სწრაფვის გარანტიას.

სოციალურ-ემოციური საგანმანათლებლო პროგრამები მიზნად უნდა ისახავდნენ ბავშვთა და მოზარდთა ძირითადი სოციალურ-ემოციური უნარების, ცოდნისა და დამოკიდებულების განვითარებას და უნდა მოიცავდეს 5 მნიშვნელოვან ელემენტს: 1) თვითშემეცნება: საკუთარი ემოციებისა და აზრების ამოცნობა, ქცევაზე მათი გავლენის გაგება, ძლიერი და სუსტი მხარეების შესწავლა და თვითდაჯერებულობის განცდის ჩამოყალიბება; 2) თვითრეგულირება: სხვადასხვა სიტუაციებში საკუთარი ემოციების და ქცევის ეფექტურად კონტროლის უნარი, სტრესთან გამკლავების უნარი, მოტივაციის შენარჩუნების უნარი და ფოკუსირება პირადი და აკადემიური მიზნების მისაღწევად; 3) სოციალური კომპეტენცია: სხვადასხვა ფენისა და კულტურის მქონე ადამიანების მიმართ თანაგრძნობის გამოხატვის, სოციალური და ეთიკური ქცევის ნორმების გააზრების უნარი; 4) კომუნიკაციის უნარები: სხვა ადამიანებთან პოზიტიური ურთიერთობების დამყარებისა და შენარჩუნების უნარი; 5) პასუხისმგებლობა გადაწყვეტილების მიღებისას: პიროვნულ და სოციალურ ქცევაში ეთიკური და კონსტრუქციული არჩევანის გაკეთების უნარი, მათი შედეგების რეალისტურად შეფასების უნარი.

ამ კომპონენტების გათვალისწინებით მიიღწევა საგანმანათლებლო სტანდარტში დაფიქსირებული მიზნები. მაგალითად, ემოციებისა და ქცევის თვითშემეცნება და კონტროლი სკოლამდელი ასაკის ბავშვებში გამოიხატება ემოციების ამოცნობასა და ზუსტად დასახელებაში, იმის გაგებაში, თუ როგორ უკავშირდება ისინი ქცევას. საშუალო სკოლაში ბავშვებს უყალიბდებათ იმის გაგება, თუ რა გრძნობები შეიძლება განიცადონ ადამიანებმა მოცემულ სიტუაციაში, მათ შეუძლიათ გააანალიზონ საკუთარი ქცევის შედეგები სხვებისთვის, გადმოსცენ საკუთარი შეხედულებები, გამოხატონ თანაგრძნობა.

განათლების სისტემა მიზნად ისახავს ცოდნის გადაცემას, ინტელექტუალურ განვითარებას, მკაფიო კრიტერიუმების დაცვას. მხედველობაში არ აქვთ მიღებული ემოციური მგრძობელობა და თანატოლებთან და უფროსებთან ურთიერთქმედების თავისებურებები, რაც სკოლის ცხოვრების განუყოფელი ნაწილია. ითვლება, რომ ბავშვები ამ უნარებს ოჯახში უნდა იღებდნენ. ყველა საჯარო სკოლამ უნდა

შეიმუშაოს ისეთი პროგრამები, რომლებიც ხელს შეუწყობენ პიროვნულ განვითარებას, კომუნიკაციის უნარების გაუმჯობესებასა და ემოციების სამყაროს გაცნობას. ცხოვრებისეულ სიტუაციებში ბავშვები სწავლობენ და იღებენ როგორც საკუთარ, ისე სხვის გრძნობებს, მათ მიზეზებს, არეგულირებენ ემოციებს, კომპეტენტურად უმკლავდებიან და მათი მოქმედებების დროს ეფექტურად იყენებენ ემოციების შესახებ ცოდნას.

ემოციური ინტელექტის თეორია, რომელიც შემუშავებულია აფექტისა და ინტელექტის ერთიანობის საფუძველზე, მიუთითებს არაცნობიერი რესურსების მნიშვნელობაზე პიროვნების განვითარებაში. მენტალური მოდელი არის სოციალური სამყაროს გაგებისა და წაკითხვის უნარი. ამ უნარის განვითარების გარეშე სოციალიზაცია, სოციალური წესებისა და ნორმების ათვისება, სოციალური ურთიერთობების ცვალებად პირობებთან ადაპტაცია შეუძლებელია. პიროვნული სიმწიფის დონის განმსაზღვრელი ნაწილია პირადი პოტენციალი, რომელიც გულისხმობს ინდივიდუალური შესაძლებლობების დაცვას ზეწოლისგან და ცვალებადი გარემოსგან. ბავშვმა/მოზარდმა უნდა შეისწავლოს ცვალებად რეალობასთან გამკლავების რთული მექანიზმები. ემოციების რეგულირება შეიძლება იყოს ნებაყოფლობითი, მიზანმიმართული, უნებლიე, სპონტანური. რეგულირების პროცესისთვის საჭიროა საკუთარი და სხვისი ემოციების სწორად გაცნობა, მათი წარმოქმნის პირობების ან სიტუაციების შეფასება, რეგულირების შესაძლებლობის გააზრება სხვა ადამიანთან ურთიერთობისას.

მრავალი კვლევითა და ექსპერიმენტით დამტკიცებულია, რომ მხოლოდ მემკვიდრეობა ვერ განუვითარებს ადამიანს იმ თვისებებს და ვერ შეძლებს ვერაფრის შექმნას, შესატყვისი სოციალური გარემოს გარეშე (ვიგოტსკი, 1947). უფრო ნათლად რომ წარმოვიდგინოთ, მოვიყვანოთ დ. უზნაძის მაგალითი - ყველასთვის გასაგებია, რომ გარკვეული თესლისგან მხოლოდ ერთი სახის მცენარე აღმოცენდება, თუ კონკრეტულად რომელი - წინასწარაა განსაზღვრული. მაგრამ მხოლოდ მცენარის თესლი არაა საკმარისი მცენარის განვითარებისთვის, აუცილებელია ხელშემწყობი სათანადო გარემო, რათა თესლი მცენარედ იქცეს (უზნაძე, 1947). ბავშვის განვითარება უნდა წარმოვიდგინოთ, როგორც გარკვეულ კულტურულ გარემოში

მიმდინარე უწყვეტი პროცესი, რომლის დროსაც ბიოლოგიური და სოციალური ფაქტორები თანაბრად მონაწილეობენ.

სკოლამდელი ასაკის პერიოდში ბავშვი ამყარებს თანატოლებსა და უფროსებთან მრავალმხრივ ურთიერთობებს, რომლებიც გავლენას ახდენს მის განვითარებაზე. ამ ასაკში ეყრება საფუძველი ბავშვის ჯანმრთელ ემოციურ განვითარებას - როდესაც ბავშვი სწავლობს ერთობლივ თამაშსა და ემოციების გაზიარებას, როდესაც უფროსი მისი შემეცნებითი ცნობისმოყვარეობის წამახალისებელია, როდესაც ბავშვს ნდობა აქვს და თავს უსაფრთხოდ გრძნობს, არ აქვს შფოთვა და შიში. ამ ყველაფრის გარეშე მისი სრულფასოვან პიროვნებად ჩამოყალიბება შეუძლებელია. სკოლამდელი ასაკის ბავშვთა ემოციები მძაფრი, ინტენსიური, მაგრამ არამდგრადია. როდესაც მას უხარია რამე, ის მთლიანად ჩართულია ამ სიხარულში, შესაბამისად, როდესაც განიცდის - განიცდის მთელი არსებით.

ბავშვი ხშირად განიცდის შიშსა და შფოთვას, რომლებიც სრულიად განსხვავებული ემოციებია. შიშს ყოველთვის იწვევს რაიმე განსაზღვრული გამდიზიანებელი (რეალური თუ წარმოსახული), შფოთვას კი არ გააჩნია კონკრეტული მიზეზი. შფოთვის შემთხვევაში ბავშვებს ეშინიათ, მაგრამ არ იციან, რისი. როდესაც მშობლები მოთმინებას კარგავენ, ხშირად ეუბნებიან ბავშვებს ისეთ ფრაზებს, როგორცაა: წავალ და აღარ მოვალ, აღარ ვიქნები შენი დედა, ასე რომ იქცევი, მე ვნერვიულობ და ავად გავხდები და ა.შ.. მათ ავიწყდებათ, რომ ბავშვები უფროსების (მშობელი, მასწავლებელი) შესაძლებლობებს ობიექტურად ვერ აფასებენ და ხშირად მათ ნათქვამს პირდაპირი მნიშვნელობით იგებენ, რაც მისი შფოთვის მიზეზი ხდება.

ბავშვები ურთიერთობის პროცესში ითხოვენ ყურადღებას, სურთ, რომ მოეფერონ, სურვილები შეუსრულონ და, თუ ამას ვერ აღწევენ, შეიძლება გამოავლინონ აგრესია. ამ დროს ისინი იცავენ საკუთარ უფლებებსა და ღირსებას თავგამოდებით. თუმცა აგრესია შეიძლება გამოავლინონ ვერბალური და ფიზიკური, რომელიც შეიძლება მიმართული იყოს ადამიანებზე, ცხოველებსა თუ საგნებზე. აგრესიის გამოვლენის შემთხვევაში, ბავშვის დასჯა არ არის გამოსავალი. მართალია, ის აგრესიულად აღარ მოიქცევა იმ ადამიანის თანდასწრებით ვისგანაც დაისაჯა,

მაგრამ აგრესია გამოვლინდება სხვა მიმართულებით. სავალალო შედეგი შეიძლება გამოიწვიოს ფიზიკურმა დასჯამ, რადგან ამ დროს უფროსი თვითონ აძლევს მაგალითს ბავშვს, როგორ გადაჭრას მის წინაშე მდგარი პრობლემა აგრესიული მოქმედებით. ის ბავშვები, რომლებიც მშობლებისგან ძალადობას განიცდიან, თანატოლებს უგონებენ შეურაცხმყოფელ სახელებსა და ისტორიებს. აგრესიის მართვა შესაძლებელია როლური თუ სიუჟეტური თამაშებით.

ბავშვის ემოციური სფეროს განვითარება არ იწყება საკუთარი ემოციების აღქმით, ის ჯერ სწავლობს მისთვის ახლობელი ადამიანების ემოციების გაგებას, მათი გამოვლინებების საშუალებებს და შემდეგ იწყებს საკუთარ ემოციებში გარკვევას. მთავარი და მნიშვნელოვანი უფროსების განწყობაა: ის უნდა იყოს კეთილგანწყობილი და მშვიდი. ბავშვები მათთვის მნიშვნელოვანი ადამიანების მიბაძვით სწავლობენ. ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ ბავშვისთვის ავტორიტეტული უფროსი ზნეობრივი ქცევის მაგალითს იძლეოდეს. როდესაც უფროსი უხსნის, რატომაა კონკრეტული ქცევა ცუდი ან კარგი, მან შესაბამისი მაგალითიც უნდა მისცეს.

მასწავლებლის უმნიშვნელოვანესი მოვალეობაა ბავშვებს აუხსნას თუ რაოდენ დიდი მნიშვნელობა აქვს ემოციებს თავიანთ ცხოვრებაში, რაოდენ დიდ გავლენას ახდენს ემოციები დავალებების შესრულებაზე, თანატოლებთან და მოზრდილებთან კომუნიკაციაზე. მათ უნდა შეძლონ ოპტიმიზმის შენარჩუნება (ორიენტაცია საქმის პოზიტიურ შედეგზე, პოზიტიური ემოციური განწყობის შენარჩუნება), საკუთარი თავის პატივისცემა (საკუთარი ძალების ცოდნა, თვითშემეცნება, როგორც საზოგადოების სრულფასოვანი წევრი), სტრესის წინააღმდეგობა (რთულ სიტუაციებში სტრესთან გამკლავების უნარი).

§3. რეკომენდაციები ემოციურ-სოციალური ინტელექტის განვითარებისათვის

წყაროების ანალიზის საფუძველზე ამოვკრიბე ის რეკომენდაციები, რომლებიც ხელს შეუწყობს ემოციურ-სოციალური ინტელექტის განვითარებას, რადგან ეს საკითხი არ არის მკაფიოდ ჩამოყალიბებული და აკადემიური წარმატება უმთავრესია მშობლებისა და პედაგოგების თვალში, ასეთი უნარების განვითარება ხშირად უკანა პლანზე გადადის. ამასთან, კვლევამ აჩვენა, რომ სოციალურ-ემოციური უნარები აუცილებელია ბავშვებისთვის წარმატების მისაღწევად, როგორც საზოგადოებაში, ასევე განათლებაში. სოციალური და ემოციური უნარები ეხმარება ბავშვებს შეასრულონ რთული ამოცანები, დროულად ეძებონ დახმარება სხვებთან და კარგად იფიქრონ თავიანთ ქმედებებზე. სკოლებში სოციალურ-ემოციური განვითარების პროგრამები ბავშვებს ეხმარებათ არა მხოლოდ ამ უნარების განვითარებაში, არამედ აუმჯობესებენ მათ დამოკიდებულებას სკოლის მიმართ, აძლიერებენ პოზიტიური ქცევის წესებს, ზრდიან აკადემიურ მოსწრებას, ამცირებენ ბავშვებში ბულინგისა და ფსიქოლოგიური პრობლემების ალბათობას.

სოციალურ-ემოციური უნარების განვითარება არის ბავშვის მიზანმიმართული ემოციური განწყობა - პოზიტიური დამოკიდებულება საკუთარი თავის, სხვა ადამიანების, მის გარშემო არსებული სამყაროს მიმართ, ემოციურ მდგომარეობებთან გამკლავების უნარი, საკუთარი და სხვების მოსაზრებებისა და სურვილების გათვალისწინება და სხვა. ამ თვისებების ფორმირება ხელს შეუწყობს ისეთი მნიშვნელოვანი პიროვნული თვისებების განვითარებას, როგორცაა: შემოქმედებითი თვითგამოხატვის, თვითრეალიზაციისა და თვითგანვითარების უნარი. საბოლოო ჯამში, ადამიანის სოციალური და ემოციური კეთილდღეობის უზრუნველყოფა არის თავდაჯერებულობის გრძნობა, საზოგადოებასთან ჰარმონიული ურთიერთქმედება და ცხოვრებაში წარმატება. სოციალური და ემოციური აღზრდისა და განვითარების შინაარსი რეალიზდება სპეციალურად ორგანიზებული ფორმების, მასწავლებლისა და ბავშვების ერთობლივი საქმიანობის სახეების (ინტერაქტიული თამაშები, ექსპერიმენტული თამაშები, საბავშვო პროექტები, როლური თამაშები, სახის გამომეტყველებისა და პანტომიმის აქტიური

გამოყენება) საშუალებით. ამ დროს ისინი იყენებენ სხვადასხვა სავარჯიშოებს: გამარჯობა, ეს მე ვარ, მოდით გავეცნოთ ერთმანეთს, რა უნდა გავაკეთოთ, თუ ეს აძლევს ბავშვებს საშუალებას გამოხატონ საკუთარი თავი და შეიძინონ სოციალური უნარები თანატოლებთან ურთიერთობისას. შედეგად, ბავშვებს ესმით, რომ მეგობრობა კომუნიკაციას სიხარულს ანიჭებს და რომ მათ უნდა შეეძლოთ ამ სიხარულის სხვა ადამიანისთვის მიწოდება.

წარმოგიდგინოთ რამდენიმე მეთოდს. ყველა ამ მეთოდს აქვს ერთიანი აზრი: ბავშვებს განუვითარდეთ სოციალურ-ემოციური უნარები და მიეცეთ შესაძლებლობა გაიწვრთნან მათი გამოყენებით, ისევე, როგორც მათ ვასწავლით მათემატიკური პრობლემების გადაჭრას. ყოველივე ამის შემდეგ, სოციალურ-ემოციური უნარები დაეხმარება ბავშვებს დაუბრკოლებლად გადაჭრან სხვადასხვა სიტუაციაში წამოჭრილი პრობლემები.

- ❖ იმისათვის, რომ ბავშვმა ისწავლოს საკუთარი ემოციების მართვა, მათ პირველ რიგში უნდა ისწავლონ მათი ამოცნობა და დასახელება. თავდაპირველად უნდა მოხდეს ემოციების ენის, გამომსახველობითი საშუალებების გაცნობა. ესენია პოზები, სახის გამომეტყველება, ჟესტები. მასწავლებელი ასწავლის ბავშვებს მათ გამოყენებას სხვადასხვა სიტუაციებში.
- ❖ პედაგოგი აწვდის ინფორმაციას, რომ ერთსა და იმავე პიროვნებაში განსხვავებული ემოციური მდგომარეობა შეიძლება გამოიწვიოს მოქმედებებმა, მოვლენებმა ანუ ადამიანი განსხვავებულ სიტუაციებში განსხვავებულ ემოციურ მდგომარეობას განიცდის. თუმცა შესაძლებელია, რომ სხვადასხვა ადამიანებში ერთმა და იმავე სიტუაციამ გამოიწვიოს განსხვავებული ემოციური მდგომარეობა. ამით სწავლობენ ბავშვები საკუთარი გრძნობების შედარებას უცნობებთან.
- ❖ პედაგოგები ასწავლიან ბავშვებს ქცევის ნორმებსა და წესებს, რომლებიც შემდგომში ვითარდებიან კომუნიკაციის ეთიკურად ღირებულ ფორმებად. ეს ფორმები ხელს უწყობს კონფლიქტების მიზეზების ცოდნას, ასწავლის დამოუკიდებელი გადაწყვეტილებების მიღების მეთოდებსა და ტექნიკას. აქედან გამომდინარე ძალიან დიდი მნიშვნელობა ენიჭება ქცევის ნორმებისა და წესების შემუშავებასა და გაცნობას.

- ❖ იმისათვის, რომ ბავშვმა ისწავლოს საკუთარი ემოციების მართვა, პირველ რიგში უნდა ისწავლოს მათი ამოცნობა და დასახელება. ერთ-ერთი ასეთი სავარჯიშო არის ემოციების ლექსიკა - თავდაპირველად მასწავლებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რა ემოციები იციან მათ და წერს დაფაზე დასახელებულ ყველა სიტყვას კომენტარის გარეშე. მას შემდეგ, რაც ბავშვებმა ამოწურეს თავიანთი იდეები, პედაგოგი ამატებს რამდენიმე სახელს. შემდეგ იწყება თითოეული შემოთავაზებული ემოციის განხილვა. მასწავლებელი ეკითხება: რა ნიშანი აქვს ამ ემოციას - ნეგატიური (უსიამოვნო), დადებითი (სასიამოვნო) თუ ნეიტრალური? რა სიტუაციებში შეიძლება მოხდეს ეს? რომელიმე თქვენგანს შეექმნა ასეთი გრძნობა?...; შემდეგ პედაგოგი ურიგებს მოსწავლეებს ემოციების ამსახველ ნახატებს და სიტყვების სიას, რომლებიც მათ უნდა შეუსაბამონ ერთმანეთს.
- ❖ იყავი ემოციურად მისაბამი - ბავშვები ჯაშუშობენ იმ ადამიანების ქცევას, რომლითაც აღფრთოვანებულები არიან. ის შეიძლება იყოს მშობელი ან მასწავლებელი. თუ მათ აჩვენებთ ემოციების მრავალფეროვნებას და მათი მართვის სტრატეგიებს, ბავშვი შეისწავლის მომავალში სათანადო რეაგირებას მსგავს სიტუაციებზე.
- ❖ იყავი ემოციების მწვრთნელი - მიიღეთ ბავშვის ემოციები და განიხილეთ მასთან ერთად. თანაბრად მნიშვნელოვანია, რომ ასწავლოთ ბავშვებს, როგორ ამოიცნონ და დაასახელონ ემოციები, როგორ გაუძლონ და იმუშაონ მასზე, ადეკვატურად როგორ გამოხატონ ისინი. ასეთი მწვრთნელობა აუმჯობესებს ემოციების კონტროლს, ადაპტაციურ ქცევას და ამცირებს დესტრუქციული ქცევის დონეს.
- ❖ წაიკითხეთ წიგნები სოციალურ-ემოციური ისტორიებით - ერთად კითხვა იძლევა სოციალურ-ემოციური უნარების ამოცნობისა და განხილვის შესაძლებლობას.
- ❖ განათავსეთ თქვენი შვილი არჩევანის წინაშე - თუ მშობლისა და შვილის ურთიერთობა გულისხმობს ერთობლივ მუშაობას პრობლემების გადასაჭრელად, ბავშვები ასევე სწავლობენ მშობლებთან მოლაპარაკებასა და

პრობლემების მოგვარებას, რაც კიდევ უფრო აუმჯობესებს მათ სოციალურ უნარ-ჩვევებს და ზრდის ავტორიტეტს თანატოლთა ურთიერთობებში.

- ❖ გამოიყენეთ პოზიტიური დისციპლინური პრაქტიკა - თუ ბავშვი ურჩია, იმსჯელეთ იმაზე, თუ როგორ მოქმედებს მათი ქცევა სხვებზე. ეს ხელს უწყობს ემპათიის გრძნობის, საზოგადოებისადმი პატივისცემის ჩამოყალიბებას.
- ❖ სიმშვიდე, მხოლოდ სიმშვიდე! - პედაგოგი უხსნის მოსწავლეებს, რომ ცხოვრებაში შეიძლება რთული სიტუაციები გაჩნდეს, რომელთა დაუყოვნებლივ გადაჭრის სურვილიც ყველას აქვს, სინამდვილეში ჯერ არ ვართ მზად ამისთვის. ამიტომ მნიშვნელოვანია სიმშვიდის შენარჩუნება და თვითკონტროლი, რათა პრობლემა მაქსიმალურად გადაიჭრას.

მასწავლებელი ეკითხება ბავშვებს: როგორ ფიქრობთ, რა არის თვითკონტროლი? რა სიტუაციებში უნდა გამოვიყენოთ იგი? როდის მოგიწიათ ამის გაკეთება?... და მოსწავლეებისგან წამოსულ პასუხებს ჩამოწერს დაფაზე. შემდეგ მასწავლებელი განმარტავს, რომ ჩვენი სხეული ჩვეულებრივ გვიგზავნის სიგნალებს, როდესაც გრძნობს, რომ ვკარგავთ საკუთარ თავზე კონტროლს - ამ სიგნალებს თითის ანაბეჭდის შეგრძნებას უწოდებენ. ვიღაცას აქვს თავის ტკივილი, ვიღაცას უვლის მუცელში, ვიღაცას კისერზე ოფლს ასხამს. ეს სიგნალები შეიძლება უსიამოვნო იყოს, მაგრამ ისინი ძალიან მნიშვნელოვანია, რადგან ამ გზით სხეული გვაფრთხილებს, რომ ვიყოთ მშვიდად. ასეთ მომენტში უნდა გააკეთოთ შემდეგი - უთხარით საკუთარ თავს: გაჩერდი და მიმოიხედე გარშემო, დაწყნარდი, ღრმად ჩაისუნთქეთ ცხვირით ხუთი თვლის განმავლობაში, გააჩერეთ სუნთქვა ორი თვლის განმავლობაში, ამოისუნთქეთ პირით ხუთი თვლის განმავლობაში, გაიმეორეთ ეს ნაბიჯი სანამ არ დამშვიდდებით. მნიშვნელოვანია ამ ნაბიჯების დაწერა არა მხოლოდ დაფაზე ან პლაკატზე, არამედ მისცეთ ბავშვებს საშუალება გამოიყენონ ისინი პრაქტიკაში. პედაგოგი ბავშვებთან ერთად ასრულებს სავარჯიშო ნაბიჯებს.

ძალიან მნიშვნელოვანია, როცა მასწავლებელი სთხოვს მთელ კლასს გამოიყენოს ეს აქტივობა, როდესაც ბავშვები დაბრუნდებიან ფიზიკური აღზრდიდან, ხანგრძლივი შესვენებიდან, ლანჩიდან ან სხვა მასტიმულირებელი აქტივობიდან, ტესტის ან გამოცდების დაწყებამდე,

სკოლის წვეულებაზე გამოსვლამდე ან სხვა სიტუაციაში, რომელიც იწვევს შფოთვას ან შიშს. ამ უნარების განვითარება ხელს უწყობს გრძელვადიანი შედეგების განვითარებას, როგორცაა მოტივაცია, თვითკონტროლი და საკუთარი თავის გაგება.

- ❖ ჩართეთ მოსწავლეები კლასის ნებისმიერი საქმიანობის დაგეგმვასა და განხორციელებაში. საკუთარი გეგმის შედგენის პროცესი იწვევს პასუხისმგებლობის გრძნობას. თუ ბავშვი ამბობს, რომ მას არ აინტერესებს, შეახსენეთ მას, რომ ძალისხმევის გარეშე შეუძლებელია საქმეების შესრულება - თეფხს ადვილად ვერ ამოვიყვანთ გუბიდან.
- ❖ ბავშვმა უნდა დააკვირდეს საკუთარ შეფასებებს. თუ თქვენ უფრო მეტად ზრუნავთ თქვენი შვილის კლასელებზე, ვიდრე მასზე, რატომ უნდა იდარდოს საკუთარ თავზე? მიეცით თქვენს შვილს უფლება თვალყური ადევნოს თავის შეფასებებს და თუ ის ცუდი მოსწავლეა, ნუ დაიწყებთ მასწავლებლებთან საუბარს ვადის გახანგრძლივებისა და კლასის შეცვლის მოთხოვნით. დაე, დაეკისროს ბავშვს პასუხისმგებლობის გრძნობა და იგრძნოს კავშირი მომზადებას, ორგანიზებულობასა და შედეგებს შორის. ბავშვმა უნდა ისწავლოს საკუთარი პრობლემების დამოუკიდებლად მოგვარება, როგორ მიმართოს მასწავლებელს დახმარებისთვის ან განმარტებისთვის. როდესაც მოსწავლეები ურთიერთობას ამყარებენ მასწავლებლებთან, ისინი უფრო მჭიდრო კავშირს ამყარებენ საგანთან.
- ❖ ასწავლეთ ემოციების თვითრეგულირება. ბავშვს ხშირად სჭირდება დახმარება, როდესაც განიცდის ძლიერ ემოციებს. დაეხმარეთ მათ ამოიცნონ ფიზიკური სიმპტომები, რომლებიც მათ სტრესორს ახლავს. ეს მათ დაეხმარება გააცნობიერონ როდის უნდა გაჩერდნენ და ღრმად ჩაისუნთქონ. იზეიმეთ ყოველთვის, როდესაც შეამჩნევთ, რომ მათ კარგად გაართვეს თავი ემოციურ სიტუაციას. ბავშვებს უნდა დაეხმაროთ დაამყარონ კავშირი თავიანთ აზრებს, გრძნობებსა და ქცევას შორის. იქნებ ის შეპყრობილია იდეით ყველაფერი ან არაფერი, იქნებ ზედმეტად თვითკრიტიკულია? როდესაც რამე ძლიერად აინტერესებს ბავშვს, თუნდაც ეს თქვენთვის საინტერესო არ იყოს, მხარი დაუჭირეთ და დაეხმარეთ ინტერესის გაღრმავებაში.

- ❖ ყოველთვის არ შეგვიძლია ბავშვებში აღვზარდოთ აბსოლუტური უშიშროება, თუმცა მათ ეს სჭირდებათ. აუხსენით რამდენად მნიშვნელოვანია ზოგიერთ შემთხვევაში ფრთხილად ყოფნა (უცხო ადამიანთან კონტაქტი, სახლში მარტო დარჩენა და ა.შ.). ამავე დროს საჭიროა აუხსნათ ახლობლების ნდობის საჭიროებებზე, რომლებიც არ დააზარალებენ და დაეხმარებიან მათ მწუხარებასა და შფოთვაში.
- ❖ მიზნების მიღწევის უნარის ფორმირება - მასწავლებელი ასწავლის იმ სირთულეებს, რომლებსაც ადამიანები ხშირად განიცდიან საკუთარი მიზნების მისაღწევად. თავდაპირველად წერილობით ჩამოაყალიბეთ თითოეული ბავშვის ინდივიდუალურ-საგანმანათლებლო მიზნები და შესაძლებლობები და დაყეთ ჯგუფებად. ბავშვები წრეში სხედან, თითოეული აცხადებს თავის მიზანს და ასახელებს მის მისაღწევად შესაძლო დაბრკოლებებს. ჯგუფის დანარჩენი წევრები ასახელებენ თავიანთ აზრს თუ როგორ შეიძლება დაბრკოლების გადალახვა საკუთარი გამოცდილების საფუძველზე (შემიძლია დაგირეკო პარასკევს და შეგახსენო, რომ შენ უნდა გააკეთო ..., შემიძლია აგიხსნა მასალა, რომელიც ვერ გაიგე...). მომდევნო კვირას ბავშვები განიხილავენ თავიანთი მიზნების მიღწევის პროგრესს, თუ როგორ გრძნობდნენ თავს, როდესაც კლასელები დაეხმარნენ, რომელი დახმარება იყო ყველაზე სასარგებლო. ბავშვები სწავლობენ მიზნების მიღწევის ბარიერების წინასწარ განჭვრეტას, სწავლობენ დაეხმარონ სხვებს თავიანთი მიზნების მიღწევაში.
- ❖ სხვებთან მუშაობის უნარების სწავლება: ერთობლივ პროექტებზე მუშაობა, სადაც თითოეული მონაწილის შეფასება დამოკიდებულია ჯგუფის შეფასებაზე. ბავშვებს შესთავაზეთ იმუშაონ პროექტებზე, მაგალითად შეისწავლონ ქვეყნის, კონტინენტის, მეცნიერის, პოეტის, ფიზიკური მოვლენის და ა.შ. შესახებ. ჯგუფის თითოეულ წევრს ევალება შეისწავლოს მასალა და შემდეგ მოუყვეს ჯგუფის სხვა წევრებს. ამის შემდეგ ჯგუფი ერთობლივი პრეზენტაციისთვის ემზადება. სამუშაოს ბოლოს აუცილებელია განხილვა - რა გაკეთდა და რა არ გაკეთებულა? რა აღმოჩნდა რთული ერთობლივი სამუშაოს შესრულებაში? რისი გაკეთება შეიძლება შემდეგ ჯერზე სხვანაირად?

თუ გვინდა, რომ ბავშვებმა არ დაივიწყონ დასახული მიზნები (მასწავლებლის მიერ ან თვითონ), შეგიძლიათ გააკეთოთ სპეციალური ბანერი, სადაც ბავშვები შეძლებენ თავიანთი მიზნების დაწერას, შესრულების ვადას, დაბრკოლებების მითითებასა და როგორ გაუმკლავდნენ მათ საბოლოოდ. შედეგად მათ არასდროს დაავიწყდებათ. თუ ვინმე ვერ უმკლავდება დავალებას ეს ნათლად ჩანს. თქვენ შეგიძლიათ დაეხმაროთ მათ (ეს უკვე მზრუნველობის გამოვლინებაა - ეს არის გუნდური მუშაობის უნარი). სტენდი უნდა იყოს ვიზუალურად მიმზიდველი დიზაინის (მაგ. მოტივაციური ფრაზები) ისე, რომ ბავშვებისთვის მასთან ურთიერთობა სასიამოვნო და საინტერესო იყოს.

თავი მეორე

პედაგოგიური საქმიანობის ფორმები და მეთოდები სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებისათვის

§4. სხვისადმი დახმარება

არიან ადამიანები, რომლებიც თესავენ სიკეთეს, სათნოებას ქმნიან, აშენებენ, იღვწიან და სხვას გზას უნათებენ. სიწმინდით და სიმშვიდით მოქმედება არ ხმაურობს, არ ყვირის.

ადამიანი უნდა დაეხმაროს მოყვასს ფეხზე დადგომაში. სიკეთის მარცვალი დავინახოთ ყოველ გზასაცდენილში და გამოსავალი ვიპოვოთ ყველა განსაცდელიდან.

თითოეული ჩვენგანის ცხოვრება განსაცდელითაა სავსე. ათასგვარი მწუხარება, სიძნელე, დამცირება, დამარცხება უნდა გადაიტანოს ადამიანმა, რომ შეიცნოს საკუთარი თავი. ამ გზით მავალი თავის სულში აღმოაჩენს გაორებას, დაპირისპირებას, სიძულვილს, ეჭვს, ეგოიზმს და უამრავ სხვა ნაკლს, მაგრამ ყოველთვის უნდა იყოს მზად სხვის საშველად. თუ მოიწადინებს, ადამიანს შეუძლია განიმარცვოს ტანსაცმელი ძველი კაცისა და შეიმოსოს სამოსელი სიმართლისა, სიყვარულისა, თანაგრძნობისა, მორჩილებისა, სიწმინდისა.

გადარჩენა ძნელია, მაგრამ არა შეუძლებელი. მრავალ არიან ჭირნი მართალთანი და ყოვლისავე მისგან იხსნეს იგინი უფალმან (ფსალმუნი 33. 19) - გვასწავლის დავით წინასწარმეტყველი.

თითოეული ჩვენგანისთვის აუცილებელია ღვთით ბოძებული სიბრძნე და გონიერება, რათა შევძლოთ დავინახოთ საკუთარი თავი და სამყარო ისეთი, როგორც ის სინამდვილეშია. დავინახოთ რისი დათმობაც შესაძლებელია და ისიც, რაც უნდა დავიცვათ მტკიცედ. კარგად უნდა დავფიქრდეთ რას ვესწრაფვით, რათა მოძმეს სავალი გზა გავუადვილოთ.

სავარჯიშო I - მოწყალეების საქმენი

I ეტაპი - განმარტება: კეთილ საქმეთა შორის უპირველესია მოწყალეობა. იგი არ ნიშნავს გაჭირვებულის მხოლოდ შველას ან მძიმე მდგომარეობაში მყოფისთვის თანაგრძნობას. ის ასევე გულისხმობს სხვისი მდგომარეობის იმდენად ღრმად წვდომის უნარს, რომ შეძლო მისი თვალეებით დაინახო სამყარო; მისი გონებით გააანალიზო პრობლემები; განიცადო მისი განცდები.

ეს კი სიბრაღულზე მეტია. ეს არის არა მარტო თანაგრძნობა, არამედ საკუთარი თავის გაიგივება სხვა პიროვნებასთან იმდენად, რომ აღიქვამ და გრძნობ სამყაროს, გარემოს ისე, როგორც აღიქვამს მას ჭირში მყოფი. ეს არის ნიჭი სხვადყოფნისა.

მისდინეთ მოწყალეების გზას და სიმართლეს - გვარიგებს ბრძენი.

აქ ერთის მხრივ იგულისხმება ღვთის მოწყალეობა, მოყვასისთვის გაწეული სიკეთე, გაჭირვებულისადმი დახმარება, მზადყოფნა სხვათა დასახმარებლად, ხოლო მეორე მხრივ მოცემული პირობისა და დაკისრებული მოვალეობის აღსრულებისთვის ზრუნვა.

მოწყალეებისა და თანაგრძნობის უნარი. აი, ჭეშმარიტი ბედნიერება.

II ეტაპი

დავალება: უპასუხეთ:

მოწყალეობა, რომელიც შენთვის გაუკეთებიათ	მოწყალეობა, რომელიც შენ გაიღე	რას განიზრახავ სამომავლოდ	რას შემატებს შენს ცხოვრებას მოწყალეების საქმე

ცხილი 1

III ეტაპი:

განმარტება: შვიდნი მოწყალეების საქმენი სულისა:

1. მოქცევა ცოდვილთა;
2. სწავლება უმეცართა;

3. განმართვა დაბრკოლებათა;
4. ნუგეშისცემა მწუხარეთა;
5. მოთმინებით ატანა უსამართლობისა;
6. მიტევება შეცდომათა;
7. ღმერთთან ვედრება მოყვასთა საცხოვნებლად.

შვიდნი მოწყალების საქმენი ხორციელნი:

1. ჭმევა მშვიერთა;
2. სმევა მწყურვალთა;
3. შემოსვა შიშველთა;
4. შეწყნარება უცხოთა;
5. მოკითხვა სნეულთა;
6. მიხედვა პატიმართა;
7. დაფლვა მიცვალებულთა.

IV ეტაპი:

შეადარე III ეტაპის განმარტება და II ეტაპში შესრულებული მონაცემები.

სავარჯიშო II - მე ვერ მივუხვდი...

განმარტება: ზოგჯერ ადამიანს სურს დაეხმაროს მეორეს, მაგრამ იგი ვერ იგებს, უარყოფს, ბრაზდება, საჭიროდ არ თვლის. თუმცა შეიძლება თუ მაშინვე არა, კარგა ხნის გასვლის შემდეგ მიხვდეს და გაიგოს.

დავალბა: წაიკითხეთ ქვემოთ მოყვანილი ტექსტი.

1. ამოწერეთ ის სამი წინადადება, რომელიც ყველაზე მეტად დაგამახსოვრდათ.
2. დასვით ორი შეკითხვა. უპასუხებს კითხვის დამსმელის მიერ შერჩეული ბავშვი.

ნიკო ლორთქიფანიძე სამი შაური

ჩემს ცხოვრებაში ბევრი საჩუქარი მიმიღია ძვირფასი ღირებულების, დაუვიწყარი მნიშვნელობით.

მათ შორის დაუვიწყარი ადგილი უჭირავს... სამ შაურს.

სოფლიდან ქალაქში გამომისტუმრეს - სასწავლებელში მიმაბარეს. ყველაფერი მეუცხოვა ქალაქში. მაკვირვებდა, რომ ვერავინ მიცნობდა, მაკლდა ალერსიანი სიტყვა. სიცხე მაწუხებდა. მტვერი მაწვალებდა. ერთი, სოფლისკენ გაქცევა ყველაფერს მერჩია.

ერთ საღამოს განათებული მაღაზიის ფანჯარაში გამოფენილ სურათებს შევაჩერდი - ნაღვლიანად შევცქეროდი: ერთი მათგანი ძალიან მომეწონა. ყიდვაც არ შემეძლო და უფრო მომენატრნენ ჩვენები, ვიცოდი, რომ რომელიმე ჩვენგანი აქ ყოფილიყო, რამეს მაინც მიყიდდა და მაჩუქებდა.

უეცრად მხარზე ვიღაცამ ხელი დამადო. მოვიხედე. ჩვენი სოფლელი მღვდელი!

მეამა!

- როგორ არიან ჩვენები? - დავეკითხე საჩქაროდ მამა იორდანეს.
- კარგად ბრძანდებიან. შენ როგორ ხარ?
- ასე... გვარიანად.
- დედამ შემოგითვალა, კარგად ისწავლე: მალე ჩამოვალ და არ მოიწყინო.
- ხილი არაფერი გამოუტანებია?
- ჩემთვის არა, მაგრამ ამ დილას ბიჭს გამოატანეს და არ მიგიღია?

მე უკვე გაქცევას ვაპირებდი, რომ ჩვენებური ფელამუში მეგემნა.

- მოიცა, მოიცა! - შემაჩერა მღვდელმა, გადაიწია ანაფორა.

კაბის ჯიბიდან ამოიღო დიდი, გალაქიანებული ქისა, უხერხულად გახსნა. დიდხანს ეძებდა და როგორც იქნა, სამშაურიანი ამოიღო.

მე მღვდელს შევაჩერდი. კარგად არ ვიცოდი, ვგრძნობდი კი რისთვისაც ამოიღო და გამომიწოდა ჟანგიანი სამშაურიანი, მაგრამ არ მინდოდა მეჩვენებინა, რომ მივხვდი.

- წაილე, ხილი იყიდე! - ღიმილით მითხრა მღვდელმა.
- არა! არ მინდა...
- რატომ? რად გრცხვენია.
- ფულს საჩუქრად არ ვღებულობ! - მოკლედ მოვუჭერი პატივსაცემ მღვდელს.

ეს წინადადება ოდესღაც ჩემი უფროსი ძმისგან გამიგონია და მოხარული ვიყავი, რომ ვისარგებლე.

დღეს მართლის თქმა სჯობია: მაშინ კარგად არც კი ვიცოდი, რას ნიშნავდა ჩემი ამაყი სიტყვები.

- უკაცრავად, უკაცრავად! - მოხუცი მღვდელი დაიბნა და ვაივაგლახით საჩუქრად ამოღებული ვერცხლის ფული სადღაც გააქრო... - ნახვამდის! - გამომემშვიდობა მღვდელი და ხელი გამომიწოდა.

ქართული ანდაზა - შინაურ მღვდელს შენდობა არა აქვსო, - სწორედ ჩვენს მღვდელზე მართლდებოდა. ჩვენს ოჯახში ჩვეულებრივ, ხელზე არავინ ჰკოცნიდა. ახლა რაღაცამ წამძლია და პატივისცემით, სიყვარულით ხელზე ვემთხვიე.

მთელ ქალაქში ამ ერთ არსებას სურდა ჩემთვის ესამოვნებინა შეძლებისდაგვარად და მე ვერ მივუხვდი.

ჩემი ხელზე კოცნა შეგნებული ბოდში იყო.

- დაგლოცოს უფალმა, - სიყვარულით მითხრა მღვდელმა და მხარზე ხელი დამკრა.

სავარჯიშო III - დახმარება რჩევით

I ეტაპი:

განმარტება: ღმერთმა იმათაც აჩვენა თავისი სიყვარული ადამიანთა მოდგმისადმი, რომ ყოველ ჩვენგანში განამტკიცა მიუკერძოებელი მსაჯული - სინდისი, რომელიც დებს მკაცრს ზღვარს სიკეთესა და ბოროტებას შორის.

ღვთის მიმართ სინდისის დაცვა გვავალებს - არ უგულუბელვყოთ მისი მცნებანი, მოყვასთა მიმართ სინდისის დაცვა ნიშნავს - არ დავაბრკოლოთ იგი არც სიტყვით, არც საქმით, არც გონებით.

სახმართა მიმართ სინდისის დაცვა გვავალებს არ მივითვისოთ ნაპოვნნი, არ ვეცადოთ სხვის დასაკუთრებას.

მშვიდობა მაშინ აქვს კაცს, როდესაც მას თავისი ჭკუა და სინდისი არაფერში არ ამტყუნებს და არ არცხვენს.

II ეტაპი:

სიტუაციური ამოცანა: დიდი მწერლის ნოდარ დუმბაძის მოგონებიდან:

ბავშვობაში კოლმეურნეობის ბალიდან ხილი მოვიპარე. მეველემ მიცნო. მე უარზე ვიყავი. მიმიყვანეს კოლმეურნეობის თავჯდომარესთან - იქაც ვიუარე. მეველემ თქვა, რომ ალბათ კარგად ვერ დავინახე და ეგ არ იყო. მე გახარებული გავრბოდი ეზოში. ჭიშკართან მისულს წამომეწია მეველე და დამიძახა: - შვილო ნოდარ, შუბლის ძარღვი არ გაიწყვიტო, თორემ ნამეტარი იოლი მოგეჩვენება ცხოვრებაო.

დავალება: რა კითხვები გაგიჩნდათ?

ამრიგად, მოსწავლეებში სხვისადმი დახმარების უნარის განვითარებისათვის საჭიროა ისეთი საქმიანობის განხორციელება, რომელიც გააცნობიერებს, რომ სხვისი დახმარება მასაც სჭირდება და თვითონაც უნდა დაეხმაროს სხვას.

მოყვასისადმი დახმარება სიკეთის გამოხატულებაა და ცხოვრებას ულამაზებს იმას ვინც დაეხმარა და იმასაც ვისაც დაეხმარნენ. ამ მიმართებით ეფექტურია სავარჯიშოები: მოწყალების საქმენი, მე ვერ მივუხვდი..., დახმარება რჩევით.

§5. საშუალებები დარდისაგან თავდასაღწევად

I ეტაპი: ინფორმაცია - დადარდინებული ადამიანისადმი დახმარების მსურველმა უნდა იცოდეს და გაითვალისწინოს შემდეგი:

1. გაჭირვებაში მოხვედრილი ადამიანები უჩვეულო რეაქციებს ავლენენ. ეს ჩვეულებრივი მოვლენაა კრიზისულ გარემოში მოხვედრილთათვის. ძირითადად ეს რეაქციებია: ძვირფასი ადამიანის დაკარგვის, მომავლის შიში, უსუსურობის შეგრძნება, სიბრაზე იმათ მიმართ, ვინც დამნაშავედ მიაჩნიათ, გაღიზიანება, უნდობლობა გარემომცველი ადამიანების მიმართ, დაბნეულობა, ტკივილებისა და მწუხარების გამძაფრება, ნაღველი და ა.შ.. ეს ემოციები გავლენას ახდენს ადამიანის დამოკიდებულებაზე სხვებთან, ოჯახთან, შვილებთან, მეგობრებთან, კოლეგებთან.

2. დარდისაგან თავის დასაღწევად საჭიროა საკუთარ თავს უთხრა: ყველაფერი წესრიგშია. სასურველია გამოყოთ დრო, როდესაც თავს უფლებას მისცემთ იდარდოთ. ამით თქვენ გაუწევთ კონტროლს დარდს და პირიქით. გამოყავით დროის

მონაკვეთი, როცა გაეცნობით ახალ ამბებს, უფრო მეტად დაისვენეთ, ისეირნეთ, იცურავეთ, მოუსმინეთ მუსიკას, გაენდეთ სხვებს და უამბეთ თქვენი დარდის შესახებ. თუ სასიამოვნო საქმიანობით დაიტვირთებით, თავს უკეთ იგრძნობთ, მეგობრებისა და ოჯახის წევრებისგან მხარდაჭერას ბევრი რამ შეუძლია.

3. დარდის პერიოდში სიფიცხისაგან თავის დასაღწევად გასათვალისწინებელია, რომ ჩვენს რეალობაში ზიზღისა და სიბრაზის დაუფლება ჩვეულებრივი ამბავია. სიფიცხისაგან თავის დაღწევის ერთ-ერთი გზაა მისი, როგორც ჩვეულებრივი რეაქციის გააზრება. გადართეთ სიბრაზე მოქმედებაში: აკეთეთ რაიმე, ივარჯიშეთ, დაეხმარეთ სხვას, აწარმოეთ დღიური, მასში დააფიქსირეთ თქვენი შეგრძნებები.

4. თავის ტკივილი გამაფრთხილებელი ნიშანია. ის მიგვითითებს, რომ ვიძაბებით და დროა თავს მივხედოთ. ზოგჯერ თავის ტკივილები მას შემდეგ გვეწყება, როდესაც პრობლემის წინაშე ვდგებით.

5. დაძაბულობამ შეიძლება გაოიწვიოს ძილის რეჟიმის დარღვევა. შესაძლებელია ამის გამო იმაზე უფრო მეტი ან ნაკლები გეძინოთ, ვიდრე საერთოდ გჩვევიათ. ნუ უყურებთ ტელევიზორს წამოწოლილი, ნუ შეჭამთ, ნუ წაიკითხავთ საწოლში.

6. კრიზისისათვის დამახასიათებელია გონებით სხვაგან ყოფნა, მუცლის ტკივილი, გამონაყარი, ბევრის ან ცოტას ჭამა, შიში. კრიზისში მყოფს ფეხზე დააყენებს მეგობრული ატმოსფეროს შექმნა, დახმარება - განასხვავოს რეალობა ფანტაზიისაგან, მზრუნველობა იმათ მიმართ, რომელთაც უფრო მეტად იწვნიეს კრიზისის შედეგები.

II ეტაპი: რჩევა დარდიანი ადამიანისთვის

როლით თამაშში მონაწილეობენ წყვილები. მათ შორის ერთი მთხრობელია, მეორე - მრჩეველი, კლასის სხვა მოსწავლეები მსმენელები და დამკვირვებლები არიან.

აღნიშნული თამაშის უკეთ წარმართვისათვის მთხრობელს მიეწოდება ბარათი შემდეგი შინაარსის ტექსტით:

ისაუბრეთ იმ სირთულის შესახებ, რამაც თქვენი დარდი გამოიწვია.

რას აპირებთ შემდგომ? გაქვთ იმედიანი ვარიანტები?

მრჩეველს შემდეგი შინაარსის ბარათი გადაეცემა:

ეცადეთ წააქეზოთ მოსაუბრე აღწეროს დარდის გამომწვევი პრობლემა. ეძიეთ მისი მოგვარების გზები. მთხრობელთან ერთად მოიფიქრეთ მდგომარეობიდან გამოსვლის სასურველი ვარიანტი.

კრიტიკიუმი დამკვირვებლისათვის: რა გაუჭირდა მრჩეველს, როცა იგი ცდილობდა დახმარებოდა მთხრობელს პრობლემის გადაჭრაში? ან პირიქით, რა წარმატებას მიაღწია?

მსმენელმა გულმოდგინედ შეისწავლა საკითხი - მრჩეველმა მთხრობელთან ერთად განიხილა პრობლემის გადაჭრის შესაძლებელი ვარიანტები თუ თავისი შეხედულება მოახვია თავს? მოცემული რჩევა იყო თუ არა კონკრეტული, რეალისტური, სასარგებლო?

ინფორმაცია განსჯისთვის: დარდი აიძულებს ადამიანს ჩაუღრმავდეს თავის თავს და გაიცნობიეროს საკუთარი თავი. ეს აშოშმინებს ამპარტავნებასა და პატივმოყვარეობას. ვისაც დიდი უბედურება გადაუტანია, ის უკეთესად თანაუგრძნობს მოყვასს, მაგრამ ეს ხდება გარკვეულ ვითარებასა და დროში. ზოგჯერ უსიამოვნო მდგომარეობასაც მოაქვს სარგებლობა ადამიანისთვის ისიც განსაკუთრებულ ვითარებაში (გაბრიელ ეპისკოპოსის მიხედვით).

სავარჯიშო I: დავებმართო ბაიას

მოცემული ტექსტი, რევაზ ინანიშვილის მოთხრობა ბაია დაყოფილია მონაკვეთებად. თითოეული ჯგუფი კითხულობს ერთ-ერთ მონაკვეთს და ავსებს ტექსტის ბოლოს მოცემულ გრაფებს.

თუ ინტერესი გაჩნდება, შეიძლება ჯგუფებმა პრეზენტაციის დროს წაიკითხოთ ან თხრობით გადმოსცენ ამა თუ იმ მონაკვეთის შინაარსი.

გთავაზობთ მოთხრობას.

ბაია

I მონაკვეთი

ბაიამ იცის, რომ ყვავილის სახელი ჰქვია. ის ყვავილი, ბაია ყვითელია, მკვრივფურცლებიანი, მწვანე ბალახში სულ მზესავით ბრწყინავს. ბაია რომ

დაიყვიტლებს, ესე იგი, ყვითელი გვირგვინები ჩამოეშლება, მუხუდოზე ცოტა მსხვილი ეკლიანი კაკლებიდა რჩება. ძველად ამ კაკლებით ცხვირს იტებდნენ. რას ჰქვია, ცხვირს იტებდნენ?! აი, რას: თუ ვინმეს სისხლი წამოაწვებოდა სახეზე, დღევანდელი სიტყვებით რომ ვთქვათ, თუ ვინმეს წნევა აუწევდა, მოსწყვეტდა ბაიას ეკლიან კაკალს მოგრძო ყუნწიანად, შეიყოფდა ნესტოში, დაირტყამდა ზემოდან ხელს, წამოიგდებინებდა სისხლს და წნევა მოემვებოდა. ამიტომ ბაია ყვავილს ცხვირსატეხელასაც უწოდებენ. ბაიას - გოგოს, რატომღაც, ეს ცხვირის სატეხელობაც მოსწონს. მივა, გაჩერდება სარკესთან და აკვირდება საკუთარ თავს. შუბლი, ცხვირი, დაწვისთავები, ნიკაპი და მხრები ბაიასაც მზისფრად უბრწყინავს. ხანდახან თვალებიც უბრწყინავს, მაგრამ თვალები უმთავრესად ნაღვლიანი და მიბურუსებული აქვს, თითქოს სულ ახლა, აი, აი, ახლა უტირიაო, თითქოს სადღაც რაღაცა სტკივა და იმ ტკივილს აყურადებსო. წამწამები ხომ არ არის მისი ეკლები?

გაჩერებს თინა მასწავლებელი ბაიას და ეკითხება, - ბაია, რატომ გაქვს ეგეთი ნაღვლიანი თვალები? მითხარი, რა გაწუხებს. ბაია პატარაა, თინა მასწავლებელი - დიდი, ახოვანი ქალი, მკერდამდეც ვერ სწვდება ბაია. პასუხი რომ გასცეს, ბაიამ მაღლა უნდა ასწიოს თავი, ის კი დაბლა ხრის, წითლდება და თვალებსაც ხუჭავს. მაშინ თინა მასწავლებელი ლოყებზე შემოაწყობს ხელებს, თვითონ ჩაიხრება და ისე ააწევინებს თავს. ბაია იძულებულია თვალებიც გაახილოს და გაიღიმოს კიდევ. იღიმება, მაგრამ თინა მასწავლებელი მაინც ეუბნება, - რაღაცა გაწუხებს და არ ამბობ, ბაია. ბაია მხრებს წურავს და ისევ თავის ჩაღუნვას ცდილობს. თინა მასწავლებელი ლოყას მიადებს საფეთქელთან. ერთს მოუჩეჩავს თმას, - გაიქეციო, - და შეემვება. ბაია არ გარბის, ნელი ნაბიჯით გადგება უკან, მიეყუდება კედელს და არის უმთავრესად ასე, კედელზე გაშლილხელებშიწყობილი, მალ-მალე ხუჭავს თვალებს, ასე უკეთესად აღიდგენს თინა მასწავლებლის ხელებისა და ლოყის სასიამოვნო სითბოს, სურნელებას.

II მონაკვეთი

ბავშვები თამაშობენ - ხტიან, ძიძგილაობენ. გოგოები წინ წამოწეული ხელისგულების ერთმანეთზე მიტყუპებით ითვლიან, - ანა, ბანა, ნიცა, რუსების ბალნიცა... ზოგჯერ ბაიაც ჩაერევა ამგვარ თამაშებში, მაგრამ თამაშში მაშინვე

ჩამოერევა ფიქრიც, - მამა ცუდი ჰყავს, ლოთი, ნერვიული, ასეთი მამის ხელში - დედაც დაავადმყოფებულია, საცოდავი. თვითონაც საცოდავია ბაია, სულ რაღაც უთრთის სხეულში, რა თამაში უნდა გამოუვიდეს კარგად ასეთ საცოდავს, ამიტომ, მალე, თითქოს ძალა გამოელიაო, თითქოს მობეზრდაო, მიდგება ისევ კედელთან და ისევ ზედ მიაწყოფს გაშლილ ხელებს.

III მონაკვეთი

ზარს რომ დარეკავენ, პირველი ბაია გარბის კლასისაკენ. დაჯდება მერხზე, დაიწყოფს წინ ხელებს და არის ასე, ყურადღებად ქცეული. თუ წიგნს აკითხებს თინა მასწავლებელი, ყოჩაღად კითხულობს, თუ ათხრობინებს, მაშინ უჭირს, სიტყვებს მალე ვერ პოულობს, უმწეოდ იხედება აქეთ-იქით. თინა მასწავლებელი ატყობს, რომ ძალიან წუხს ბაია და დასვამს, თავზე მოფერებით გადაუსვამს ხელს, - კარგი, ბაია, კარგიო. ბაიამ იცის, კარგად რომ ვერ მოჰყვა მოსათხრობი, თავს დაწევს და წითლდება. ამ დროს რომ ვინმემ ქვემოდან ამოხედოს თვალებში, თვალები ცრემლით აქვს სავსე.

ბაია დილით ყველაზე ადრე მოდის ხოლმე სკოლაში. სხვა ბავშვებს სულ დართულ-დაკაზმული დედები მოჰყვებიან, ხელს არ უშვებენ, სანამ კლასში არ შევლენ ბავშვები. ბაია მარტო ჩამოირბენს მაღალ სახლებს შორის ჩამომავალ ჯერაც მოუასფალტებელ ბილიკს. მხოლოდ ერთხელ უხდება სამანქანო გზის გადმოკვეთა, იქ გაჩერდება, კარგად მიმოიხედავს, დარწმუნდება, რომ მანქანა არაფერი მოდის და მაშინ გადმოირბენს აქეთ. აქეთ უკვე სკოლის მავთულის ღობე იწყება, გამოჰყვება იმ ღობეს ძირძირ და სირბილით ამოვა სკოლის კიბეზე. თინა მასწავლებელი ხშირად ბაიას უტოვებს კლასის გასაღებს. ბაია კარს გააღებს, ჩანთას მერხში შედებს. თუ მშვიდი დღეა, ფანჯრებსაც დააღებს. იცის, როგორ იღება ფანჯრები. მისდგამს სკამს, ავა ზედ, რაზას ჯერ მაღლა ასწევს, მერე მარჯვნივ გადახრის, მერე თავისკენ გამოსწევს ღონივრად და გაიღება. ფანჯრების გაღების შემდეგ ჩვარს ჩამოიღებს დაფიდან, წავა, გარეცხავს, გაწურავს, მოიტანს და გულდაგულ შეუდგება დაფის გაპრიალებას.

ამასობაში სხვა ბავშვებიც მოვლენ, ბავშვები, მათი დაკაზმული დედებიც. ბაიას ის დედებიც ეფერებიან: - შენ უკვე აქა ხარ, ბაია? რა ყოჩაღი გოგო ხარ, რა

ყოჩაღი! ბაიას სხვა ბავშვები გამოსტაცებენ ჩვარს, ისინი აგრძელებენ დაფის წმენდას. ბაია შეცბუნებული დგას. დაჯდება მერხზე, იქიდან ადევნებს ბავშვებს თვალს.

IV მონაკვეთი

ხანდახან, შაბათობით, დედაც მოჰყვება სკოლაში ბაიას. ბაიას გული ეკუმშება. იცის, რომ დედას სამ საათამდე არ დაუძინია, სამი საათისათვის დაბრუნდა მთვრალი მამა. დედას ადგომის თავიც აღარ ჰქონდა დილას, თანაც მერამდენე ადგილას იკემსავდა კოლგოტკს! ბაიამ ისიც იცის, რომ ახლა დედას მეტს აღარავის აცვია ბაილონის კაბა, იმ კაბის კალთაც როგორღაც გვერდზე მიდის, ხან დედა ისწორებს, ხან ბაია უსწორებს. გარეთა კიბეს ამოივლიან თუ არა, მიუბრუნდება დედას ბაია, - წადი, დედიკო, ახლა შენ! - თინა მასწავლებელი არა ვნახო? - ბაია ვერაფერს ამბობს. ამოვა მალლა დედაც. ბაიას კლასში შეუშვებს, თვითონ დერეფნის ფანჯარასთან დადგება. ბაია მალ-მალე გაიხედავს ხოლმე დედისკენ, მაგრამ მალულად. მოდიან დართულ-დაკაზმული სხვა დედები, თამამები, ბედნიერები. ბაიას ეჩვენა, რომ დედა ნერვიულობს, ტუჩებს იკვნეტს. ბოლოს მოვა თინა მასწავლებელიც. თინა მასწავლებელთან ხომ სულ პატარავდება დედა, ხან სულ ვერ ამბობს სიტყვას, ხან ერთმანეთს მიაყრის ამოუსუნთქებელიც. თინა მასწავლებელი ამშვიდებს დედას, მკლავზე ალერსით უთათუნებს ხელს, დედას ელიმება და წითლდება. მერე წავა გაღიმებული, გახარებული, მაგრამ აშკარად ისეთი ნაბიჯებით, ბაიას სულ ეშინია, არ წაიქცეს.

ბაია კლასის გასაღებს უბრუნებს თინა მასწავლებელს. თინა მასწავლებელი ყოჩაღად ეუბნება ბაიას, - რა ოქრო გოგო ხარ. რა მშვენიერი დედა გყავს! ბაიას თითქოს თავბრუ ეხვევა ამ სიტყვებზე. დაირეკება ზარი. ბავშვები თავ-თავიანთ ადგილზე დასხდებიან. დაიწყება გაკვეთილი. თინა მასწავლებელი ლამაზად გადმოშლის ლამაზი ხელით ჟურნალს.

ბაიას უყვარს გაკვეთილის დაწყება. სიმშვიდეა, სიწყნარეა, გარედან შემოდის რომელიღაც პატარა ჩიტის ძახილი, - ვის! ვის! ვის! ვის ჰკითხავს ნეტა თინა მასწავლებელი გაკვეთილს? ბაიამ ყველა გაკვეთილი იცის, მაგრამ მაინც ურჩევნია, სხვას ჰკითხოს.

სულ ბოლო ზარის დარეკვას ხომ ალტაცებით ხვდება ყველა ბავშვი! მხოლოდ ბაია აწყობს ჩანთაში წიგნებს ნელ-ნელა. ნელა ჩაიცვამს პალტოს, ნელა მოიხვევს მოსახვევს. ნელი ნაბიჯებით გაუყვება დერეფანს, გავა გარეთ, ცინცხალ ჰაერზე. იქ ცოტა ხნით შედგება, სუნთქავს, სუნთქავს, აქეთ-იქით იყურება, მერე ძალიან დაღლილივით აუყვება შინისკენ მიმავალ აღმართს. იმ აღმართზეც რამდენჯერმე ჩერდება. გაჩერდება და ნაღვლიანი თვალებით გადაჰყურებს დაბლა მშვიდად გაშლილ ვეება ქალაქს. ისევ განაგრძობს გზას. ხომ ასე არ უნდა იყოს, არა? მაგრამ მაინც ასე ფიქრობს, - ნეტავ გრძელი, ცოტა უფრო გრძელი იყოსო შინისკენ მიმავალი აღმართი...

გრაფები თითოეული ჯგუფისთვის:

ბაიას მძიმე მდგომარეობა რითაა გამოწვეული?	აღწერეთ ბაიას განცდები	ვინ უმსუბუქებს ბაიას მძიმე მდგომარეობას? (ტექსტიდან ადგილები)	როგორ გესახებათ ბაიას მომავალი?	თქვენ რით შეგიძლიათ დახმარება?

ცხრილი 2

ლიდერი წარმოადგენს ჯგუფის წევრების მიერ შევსებულ მასალას. გაანალიზების შემდეგ გაკეთდება დასკვნა.

ამრიგად, ემოციური განცდის - დარღში მყოფი ადამიანისადმი დახმარების უნარის განვითარებისათვის ეფექტურია ისეთი სავარჯიშოების ჩატარება, როგორცაა ემოციური ლიტერატურული ტექსტების გამოყენება აქტივობების ჩართვით. აქტივობების ძირითადი საკითხებია: ბაიას მძიმე მდგომარეობა რითაა გამოწვეული?; აღწერეთ ბაიას განცდები; ვინ უმსუბუქებს ბაიას მძიმე

მდგომარეობას? (ტექსტიდან ადგილები); როგორ გესახებათ ბაიას მომავალი?; თქვენ რით შეგიძლიათ დახმარება?

§6. მუშაობა აგრესიამოჭარბებულ ბავშვებთან

მსოფლიოს გლობალურ პრობლემად იქცა მოჭარბებული აგრესია. იგი სხვადასხვა სახით ვლინდება. ბავშვებში აგრესიის მოჭარბებას სხვადასხვა ფაქტორი განაპირობებს. ესენია: გარემომყოფთა უარყოფითი მაგალითი, ტელეეკრანიდან ძალადობის ამსახველი ფილმები, მძიმე სოციალური პირობები, სათამაშო კომპიუტერები, ტოტალიზატორები და სხვა.

მოჭარბებული აგრესია ბავშვებში ვლინდება შემდეგი სახით: ადვილად აღზუნება, აფექტურობა, სხვისთვის რაიმე ზიანის მიყენების სურვილი, არასწორი გადაწყვეტილებები, გამომწვევი ქცევა, უწმაწური სიტყვები, ფარულად მოქმედება და ა.შ..

გთავაზობთ სავარჯიშოებს აღნიშნულთან დაკავშირებით:

სავარჯიშო I: აგრესიულობა

ასოციაციური თამაში: თითოეული მოსწავლე პასუხობს მისთვის სასურველ შეკითხვას დაფიქრების შემდეგ. შეუძლიათ იმუშაონ წყვილებად.

პირველი შეკითხვა: წარმოიდგინე, რომ რაღაც საშინელი ჩაივინე, აღწერე შენი ქმედება.

მეორე შეკითხვა: ამხანაგმა გაწყენინა, დაგცინა. გარკვეული დროის შემდეგ თვითონ აღმოჩნდება შენს მდგომარეობაში (მასაც დასცინეს და აწყენინეს), შენი დახმარება რომ დასჭირდეს, როგორ მოიქცევი?

მესამე შეკითხვა: შენი უფლება რომ იყოს, ყველაზე დიდი სასჯელით ვის დასჯი?!

პასუხები წარმოდგება ავტორების მიერ.

სავარჯიშო II: დაასრულე ამბავი

მასწავლებელი კლასს სთავაზობს ნახატს: ხიდი, მდინარე, ნაპირზე ქვები. ხიდზე მიდის გოგონა, ხელში თოჯინა უჭირავს. მეორე მხრიდან გოგონასკენ მიემართება ძაღლი...

დაასრულეთ ეს ამბავი. პასუხი წარმოადგინეთ წერილობით. თქვენს დაწერილს თქვენვე წაიკითხავთ.

შენიშვნა: აღნიშნული სავარჯიშოები გამოავლენენ ბავშვებში აგრესიულობის დონეს: პირველი სავარჯიშოს შემთხვევაში დაფიქრების შემდეგ, მეორე სავარჯიშოს შემთხვევაში სწრაფად, ექსტრემალური სიტუაციის ანალიზით.

სავარჯიშო III: მიაშბეთ თქვენზე

ბავშვები იყოფიან წყვილებად. ერთი არის რესპონდენტი, მეორე-ჟურნალისტი. გაიმართება დიალოგი, რომლის დროსაც უნდა წარმოჩნდეს ინტერესის სფერო, შეხედულებები, გატაცება, ფიქრები და ა.შ..

პირობა: რესპონდენტთან საუბარი მიმდინარეობს მას შემდეგ, როცა იგი წააწყდა მოულოდნელ აგრესიულობას. ამის შესახებ ჟურნალისტმა არ იცის. მას სრულიად სხვა მიზანი აქვს.

დასკვნითი დიალოგი: ახლა უკვე ვხვდები, როგორი ყოფილხართ.

სავარჯიშო IV: როდის ვარ ბედნიერი? როდის ვგრძნობ თავს უბედურად?

სავარჯიშო წარმართება ინდივიდუალური მუშაობის გზით. თითოეული ბავშვი პასუხობს შეკითხვებს და ცალ-ცალკე წერს ქაღალდზე.

ქაღალდს დაამაგრებს დაფაზე. ერთი დამკვირვებელი გააანალიზებს პასუხებს როდის ვარ ბედნიერი?; მეორე დამკვირვებელი - როდის ვგრძნობ თავს უბედურად?.

სავარჯიშო V: რაზე ფიქრობთ?

ინფორმაცია: გაზეთები წერენ იმის შესახებ, რომ ამერიკის შეერთებულ შტატებში ერთ-ერთმა მოსწავლემ სკოლაში ავტომატი მოიტანა და დაცხრილა თავისივე თანატოლები და მასწავლებელი.

ფიქრები ხმამაღლა: რაზე ფიქრობთ ამ წუთში?

სავარჯიშო VI: ქაოსიდან მნიშვნელობისკენ

მოსწავლეებს ეძლევათ დავალება:

I ეტაპი: დახუჭეთ თვალები. ამოირჩიეთ ნებისმიერი ფერის ფანქარი ან კალამი. მარცხენა ხელს საშუალება მიეცით დახატოთ სტრესში მყოფი ადამიანის მდგომარეობა. გაახილეთ თვალები. ნახეთ რა დახატეთ. ეცადეთ ნახატზე სტრესისთვის დამახასიათებელი შინაარსის მომენტი შეამჩნიოთ. შეგიძლიათ სხვა ფერის ფანქარაც გამოიყენოთ. შეგიძლიათ რაიმე დახატოთ.

II ეტაპი: შეადგინეთ სტრესის ამსახველი მოთხრობა ნახატის მიხედვით. აღწერეთ თითოეული ელემენტი. რა ან ვინ არის? აღწერეთ დამწუხრებული პიროვნებისთვის დამახასიათებელი ნიშნები. როდის ხდება მოქმედება? რა ხდება? რას გრძნობს ნახატზე მოცემული პიროვნება?

III ეტაპი: გაუზიარეთ ერთმანეთს აზრი.

ქაოსში მნიშვნელობა იპოვეთ. ე.ი. ყოველ გაურკვეველ მდგომარეობას აქვს გამოსავალი. მთავარია მშვიდად ვეძიოთ იგი და არ დავკარგოთ იმედი.

სავარჯიშო VII: საფრთხიდან უსაფრთხოებისკენ და პირიქით

ასოციაციური თამაში:

I ეტაპი: წარმოიდგინეთ სახიფათო მდგომარეობა (მეწყერი, ხანძარი, მიწისძვრა და ა.შ.). იპოვეთ მათში მოხვედრილი ადამიანის გამოსავალი ანუ გზა საფრთხიდან უსაფრთხოებისკენ.

სასურველია დახატოთ.

ბავშვები მუშაობენ დამოუკიდებლად. თითოეული თავის ნახატს აცნობს დანარჩენს.

II ეტაპი: წარმოიდგინეთ უსაფრთხო მდგომარეობა და შექმენით საფრთხე. ამასთან იპოვეთ გამოსავალი.

ბავშვები ნახატებს წარმოადგენენ და ახსნიან.

რჩევა: საფრთხეში მოხვედრილი ადამიანი სტრესის თავიდან ასაცილებლად უნდა იყოს მზად და საფრთხის გამკლავებისთვისაც. არ არსებობს ხიფათი, რომლისგანაც გამოსვლა დროთა განმავლობაში არ შეიძლებოდა. ჩვენ არ უნდა შევექმნათ სახიფათო ვითარება არც საკუთარი თავისთვის და არც სხვისთვის.

სავარჯიშო VIII: ანკეტა გულახდილობისთვის

გარკვეული სამუშაოს ჩატარების შემდეგ შედეგის ხარისხის განსაზღვრისთვის შეიძლება გამოყენებული იქნას ანკეტა, რომელიც მოიცავს შემდეგ კითხვებს:

1. ბევრს ფიქრობ გადატანილ ტრავმაზე? ვერ ახერხებ დავიწყებას?
2. ღამით გესიზმრება რაც გადაგხდა?
3. გეჩვენება, რომ მომხდარი წარსულში კი არ იყო, არამედ მომავალში მოხდება?
4. ახერხებ თავიდან ამოგდო ცუდი ამბები? როგორ?
5. თავს არიდე იმის დანახვას, რაც უსიამოვნო ამბებს გაგონებს?
6. გასართობი არ გაინტერესებს?
7. გიჭირს ახლობლებთან ძველებური ურთიერთობა?
8. შეგიძინევია, რომ მეგობრები ან ახლობლები აღარ გიყვარს?
9. გეჩვენება, რომ შენ არ უყვარხარ არავის?
10. ხშირად კამათობ, ჩხუბობ, ბრაზდები?
11. ცდილობ იყო ფხიზლად, რომ კვლავ არ შეგხვდეს უსიამოვნება?
12. ნებისმიერი უსიამოვნო ამბის გაგონებაზე გული გიჩქარის? ოფლი გასხამს? სუნთქვა გეკვრება?
13. ცდილობ მხოლოდ კარგი გაიხსენო?
14. ცდილობ მშვიდად იყო? ახერხებ?

კითხვები შეიძლება მასწავლებელმა შეცვალოს თავისი შეხედულებისამებრ.

ანკეტის ანალიზით უნდა დადგინდეს ბავშვებს, ნაწილობრივ, შეუმსუბუქდათ მდგომარეობა, თუ ისევ სტრესის მდგომარეობაში არიან.

ანალიზის შედეგების მიხედვით მასწავლებელი საჭიროების შემთხვევაში განაგრძობს მუშაობას ბავშვებთან ახალი სავარჯიშოებით.

ამრიგად, ბავშვებში ემოციის მოჭარბებას განაპირობებს სხვადასხვა ფაქტორი: გარშემომყოფთა უარყოფითი მაგალითი, ძალადობის ამსახველი ფილმები, მძიმე სოციალური პირობები, სათამაშო კომპიუტერი და სხვა.

ემოცია შეიძლება გამოვლინდეს ისეთი ემოციით, როგორცაა აღზნება, აფექტურობა, სხვისთვის ზიანის მიყენების სურვილი, გამომწვევი ქცევა, უწმაწური სიტყვები და სხვა.

ემოციამოჭარბებულ ბავშვებთან მუშაობაში სასურველია ისეთი აქტივობების გამოყენება, როგორცაა აგრესიულობა; დაასრულე ამბავი; მიაშბეთ თქვენზე; როდის ვარ ბედნიერი? როდის ვგრძნობ თავს უბედურად?; რაზე ფიქრობთ?; ქაოსიდან მნიშვნელობისკენ; საფრთხიდან უსაფრთხოებისკენ და პირიქით; ანკეტა გულახდილობისთვის.

§7. სტრესგადატანილი ბავშვებისადმი დახმარება

სტრესი თანამედროვეობის გლობალური პრობლემაა. მის გამოვლინებას ვხვდებით ნებისმიერ ადამიანში. განსაკუთრებით იმატა სტრესულმა მდგომარეობამ ბავშვებში, რაც სხვადასხვა გარემოებებით არის განპირობებული: მშობლების დაკარგვა, ხანძარი, ლტოლვილობა და ა.შ..

სტრესულ მდგომარეობაში მყოფი ბავშვი ნაკლებად დამოუკიდებელია, ამიტომ ცდილობს სხვა ადამიანებში იპოვოს დასაყრდენი. იქმნება საშიშროება იმისა, თუ ვინ აღმოჩნდება ბავშვისთვის საყრდენი - მისდამი კეთილგანწყობილი პიროვნება თუ შემთხვევითი უზნეო ადამიანი. აქედან გამომდინარე, განსაკუთრებით დიდია ოჯახის და მასწავლებლის როლი, რათა გადაარჩინოს ბავშვი, დაეხმაროს გამოვიდეს სტრესული მდგომარეობიდან. მასწავლებელში ბავშვი საიმედო ფარს უნდა ხედავდეს, უნდა ეადვილებოდეს მასთან ღია საუბარი, იზიდავდეს ყურადღება, გრძნობდეს მხარდაჭერას, უჩნდებოდეს იმედი.

განსაკუთრებით მძიმე მდგომარეობაში აღმოჩნდნენ ომგადატანილი ბავშვები. მათთვის დამახასიათებელია ღამით ცუდად ძილი, დედის სახლიდან გასვლისას მისი დაკარგვის შიში, უიმედობა, თითქმის ყველაფრისადმი ინტერესის დაკარგვა და ა.შ..

უმეტეს შემთხვევაში მშვიდი გარემო უწყობს ხელს მსგავსი პრობლემის მოგვარებას, მაგრამ დახმარების გარეშე ბავშვი ძნელად გამოდის მდგომარეობიდან. მასზე განსაკუთრებით უარყოფითი გავლენა აქვს მშობლის გაბრაზებულ და უიმედო ყოფას, ცუდ საყოფაცხოვრებო პირობებს, ხელმოკლეობას.

კლასში მასწავლებელი ძალიან ფაქიზად უნდა ეპყრობოდეს სტრესულ მდგომარეობაში მყოფ ბავშვს. მოთმინებით ხვდებოდეს ყველა მის უცნაურ, ზოგჯერ მოუთმენელ, ახირებულ ქცევას და აზრებს. უნდა ამშვიდებდეს, ზრუნავდეს მასზე, საშუალებას აძლევდეს დაუფარავად გამოხატავდეს ემოციებს. შეაძლებინოს დაძლიოს უსიამოვნო მოგონებები, შეუქმნას ირგვლივ თანადგომისა და თანამშრომლობის ატმოსფერო.

ერთობ ძნელია მშობლის, ბებიის ან ბაბუის დაკარგვით გამოწვეული სტრესი. ამ დროს ისეთი ძლიერია ემოციური გრძნობების მოჭარბება, რომ თუ ბავშვს დახმარება არ გაეწია, შეიძლება ეს მოუშუშებელ იარაღ დარჩეს მის სულში ან სულაც სწორი გზიდან ასცდეს. გლოვის პროცესში ბავშვი თავს უიმედოდ და მარტოდ არ უნდა გრძნობდეს, უნდა ჰქონდეს სიცოცხლის გაგრძელების ხალისი. ამ პერიოდში დიდი მნიშვნელობა აქვს ოჯახის დარჩენილი წევრების ერთიანობას. თუ ეს ასე არ არის, ბავშვი კიდევ უფრო მძიმე მდგომარეობაში ვარდება. ასეთ შემთხვევაში ორმაგად იზრდება კლასის მეგობრობისა და მასწავლებლის როლი. მათ უნდა შეუცვალონ მწუხარებით გათანგულ ბავშვს დაკარგული დასაყრდენი.

სამწუხაროდ, ძნელად გამოდიან სტრესული მდგომარეობიდან ის ბავშვები, რომელთა ოჯახს ხანძარი ან სტიქიური უბედურება დაატყდა თავს. ფსიქოლოგები გვირჩევენ, რომ სტრესგადატანილი ბავშვები არ უნდა იყვნენ სინამდვილეს ჩამოშორებულნი. მათ უნდა იცოდნენ, რაც შეემთხვათ. როდესაც ბავშვები მცირეწლოვანნი ან მომხდართ დაბნეულნი არიან, მათ უნდა ავუხსნათ მომხდარის შესახებ, რათა სწორად გაიაზრონ არსებული ვითარება, არ უნდა აღმოჩნდნენ გაურკვევლობაში, არ უნდა იყვნენ დათრგუნულნი. მომხდარის შედეგების შეგუებასთან ერთად, ბავშვებს უნდა დავეხმაროთ მომავლის რწმენის განმტკიცებაში, იმაში, რომ ცუდი კარგით შეიცვლება. გათვალისწინებულია ის გარემოება, რომ ტრავმა დიდი ელდა და მოულოდნელობაა, რომ დაძაბულობას დიდი ენერჯია მიაქვს. სტრესის უარყოფითი ზეგავლენა შეიძლება ხანგრძლივი იყოს და გამოვლინდეს მოგონებებში, შიშში, იგი მიდრეკილია ქცევების ცვლილებისადმი (განსაკუთრებით უარყოფითისკენ). შესაძლებელია სტრესმა გამოიწვიოს ემოციურობის ზრდა ან პირიქით, ყველაფრისადმი გულგრილობა, თავის მიუსაფრად გრძნობა.

მასწავლებლის, მეგობრების დროული და მიზანმიმართული დახმარება ხელს უწყობს სტრესული მდგომარეობის დაძლევის უნარ-ჩვევების, სათანადო ქცევების ჩამოყალიბებას და აფერხებს შეუფერებელი საქციელის გამოვლენას, ბავშვზე უარყოფით ზეგავლენას.

სტრესგადატანილ ბავშვებთან მუშაობის დროს პედაგოგმა უნდა გაითვალისწინოს რეკომენდირებული წესები. შემოგთავაზებთ ზოგიერთ მათგანს:

ყველას, მათ შორის სტრესულ მდგომარეობაში მყოფ ბავშვსაც აქვს თავისი აზრის, ფიქრის, განცდის გამოხატვის უფლება.

არავითარი კომენტარი, ჩარევა, სიტყვის შეწყვეტა, დროის შეზღუდვა.

დაუშვებელია კამათი, ჩხუბი. უნდა შეიქმნას მხოლოდ ურთიერთპატივისცემის, მოსმენის ატმოსფერო, ნუ გააკრიტიკებთ, ნუ განსჯით სტრესგადატანილი ბავშვების მეტყველებას, აზრს.

შექმენით გულახდილობის ატმოსფერო, იყავით ყურადღებიანი.

მიეცით საშუალება ბავშვებს გული გაგიხსნათ.

ეცადეთ გააძლიეროთ ან გააღვიძოთ ბავშვში შიდა რესურსები, რათა გამოსავალი საკუთარი ძალებით იპოვოს.

დაეუფლეთ ისეთ უნარ-ჩვევებს, რომელიც დაეხმარება ბავშვს გაუმკლავდეს თავს დატეხილ სტრესულ მდგომარეობას.

აღნიშნული წესები გააცანით ბავშვებს, მათ შეუძლიათ შეიტანონ მათში ცვლილებები, შემოგთავაზონ იდეა.

განვიხილოთ სავარჯიშოები აღნიშნულ პრობლემასთან დაკავშირებით.

სავარჯიშო I: სტრესში მყოფი ადამიანის საუბრით ნუგეში

I ეტაპი:

როლით თამაშში მონაწილეობს რამდენიმე ჯგუფი 3-3 მონაწილით. მათ შორის ერთი სტრესში მყოფი მოსაუბრე, ერთი მსმენელი, ერთიც დამკვირვებელი.

როლით თამაშის პრობლემათა თანმიმდევრობა:

1. სტრესულ მდგომარეობაში მყოფის მიერ სასაუბრო ურთიერთობის პროცესის დასაწყისში წარმოჩენილი დაბრკოლებები:

მორიდება, საუბრის თემის ვერ შერჩევა, უტაქტო შეკითხვები და ა.შ..

2. სასაუბრო ურთიერთობის დაბრკოლება პიროვნული თვისებების გამო:

გულჩათხრობილობა, მორიდებულობა, გაუცხოება, დაცინვის ან უარყოფის შიში, თანაგრძნობის უქონლობა, ქედმაღლობა და ა.შ..

3. სასაუბრო ურთიერთობის კეთილშედეგიანობის დამაბრკოლებელი:

ბრძანება: უნდა, მოგიწევს, საჭიროა... **მუქარა:** თუ არა მაშინ, უმჯობესია თორემ... **ნოტაციის კითხვა:** შენი მოვალეობაა, ვალდებული ხარ, სასურველია... **ჭკუის დარიგება:** აი, აქ ცდები... აზრზე ხარ... **პასუხის მიწოდება:** მე ამას გავაკეთებდი... **შენთვის ყველაზე კარგი იქნებოდა...** **შეფასება:** ზარმაცი ხარ, ენაგრძელი ხარ... **დიაგნოზის დასმა:** ვიცი რაცა ხარ... **ცნობისმოყვარეობა:** რატომ? რა? როგორ? როდის?...

4. სასაუბრო ურთიერთობის პროცესში წამოჭრილი დაბრკოლების გამოსწორების ვარიანტები:

წაქეზება საუბარში გამოწვევისათვის, განწყობის შექმნა გულახდილობისათვის, თანადგომა, სითბოთი და სიყვარულით მიმართვა, მობოდიშება, ტაქტიანობა და ა.შ..

5. რჩევა და წინადადებები სასაუბრო პროცესში:

კარგად უნდა იცნობდეს პრობლემას, პრობლემის გადაჭრის ვარიანტების არჩევას, მასთან, ვისაც რჩევა სჭირდება, რჩევა უნდა იყოს პრაქტიკული და რეალური.

დამკვირვებლის მიერ გააანალიზდება რამდენად სწორად, გულახდილად მიმდინარეობს საუბარი, რათა სტრესში მყოფი მოსაუბრე დამშვიდდეს, დაინტერესდეს, უსიამოვნო მდგომარეობიდან გამოვიდეს. დასადგენია რამდენადაა შექმნილი ურთიერთნდობის ატმოსფერო.

II ეტაპი:

როლით თამაშში მონაწილეობს 3-3-კაციანი ჯგუფი. მათ შორის ერთი დარდიანი, მწუხარე, სტრესში მყოფი, ერთი მანუგემებელი, ერთიც დამკვირვებელი.

როლით თამაშის პრობლემა სხვადასხვა ჯგუფისათვის:

1. განშორების სევდა.
2. ოჯახის წევრთა მონატრება.
3. მარტოობის განცდა.

როლით თამაშის დროს მანუგეშებლის მიერ გასათვალისწინებელია:

1. დარდისა და მოწყენილობის დროს ადამიანებთან საუბარი რაში დაგვეხმარება?
(განმუხტვაში, დროებით დარდის დავიწყებაში, ნუგეშის პოვნაში და ა.შ).

2. რა თემაზე შეიძლება საუბარი?

(ოჯახზე, მსგავს მაგალითზე, განყენებულ თემებზე, ეკონომიკურ მდგომარეობაზე, სულიერებაზე, სამომავლო გეგმებზე და ა.შ).

3. რა სახის შეკითხვები შეიძლება დაისვას?

(სასაუბრო თემის ირგვლივ, პრობლემაზე, რომელიც აწუხებს და ა.შ).

4. შეიძლება შეკითხვების გამოყენება: რას გრძნობდით მაშინ? როდის, რატომ მოხდა? როგორ მოხდა? და სხვა.

5. საუბრის ძირითადი მომენტები:

ა) სიტყვების სათანადოდ შერჩევა,

ბ) კონფედენციალურობა,

გ) შეკითხვების შერჩევა,

დ) მოსმენა.

6. საუბრის დროს როგორი მოსაუბრე ხარ? (ტაქტიანი, შეგიძლია პრობლემის სწორად წარმოჩენა, კეთილგანწყობილი, თავშეკავებული, ტკბილხმოვანი, განათლებული და ა.შ.).

7. როგორი მსმენელი ხარ? (ყურადღებიანი, ინტერესიანი, მშვიდი თუ პირიქით?)

III ეტაპი:

როლით თამაშში მონაწილეობს ჯგუფები სამ-სამი პირით. ერთი სტრესულ მდგომარეობაშია, მეორე - ნუგეშისმცემელი, მესამე - დამკვირვებელი.

როლით თამაშის პრობლემათა თანმიმდევრობა:

1. სტრესი შეიძლება შერჩეული იქნას შემდეგი ნიშნის მიხედვით:

კოშმარი, გაძლიერებული აგრესიულობა, მეტისმეტად გაღიზიანებული მდგომარეობა, ოჯახის წევრებისა და მეგობრების ჩამოშორება, უდროოდ დროს ჭამა და ძილი, ან ჩუმად ყოფნა, განცალკევება, მეტი კითხვა, მეგობრებთან არწასვლის სურვილი.

2. თუ საუბარში გამოწვევა გასურთ, უმჯობესია ჰკითხოთ: რაზე ფიქრობ? არ შეეკითხოთ რას გრძნობს, ნუ ეცდებით ჰკუა დაარიგოთ, ისინი უბრალოდ აზრს გიზიარებენ, მათ პატივისცემით მოეპყარით.

3. მოთმინებას ნუ დაკარგავთ თუ სიბრაზეს თქვენ წინააღმდეგ მიმართავს.

4. უბიძგეთ ნორმალური ურთიერთობის დამყარებისკენ.

5. მიეცით საშუალება გამოხატოს თავისი მღელვარება იმის მეშვეობით, რისი გაკეთებაც შეუძლია (წეროს დღიური, მოთხრობები, დახატოს, აღწეროს თავისი ემოციები).

6. მაქსიმალურად ეცადეთ შეინარჩუნოთ სიმშვიდე, რადგან თქვენი მღელვარება მასაც გადაედება.

7. გადაარწმუნეთ ისევ მისივე გრძნობებსა და აზრებზე საუბრით.

კითხვა დიალოგისთვის: ცხოვრება წინააღმდეგობებით არის სავსე. ხშირად სტრესის მიზეზი პატარა რამ შეიძლება გახდეს, თუ ადამიანი მუდმივად დაძაბულად ცხოვრობს, სტრესიდან მხოლოდ სიყვარული და თანაგრძნობა გამოიყვანს. თქვენ როგორ ფიქრობთ?

სავარჯიშო II: ოჯახში მშობლის დაბრუნება

როლით თამაშში მონაწილეობს რამდენიმე ჯგუფი 4-5 პირის შემადგენლობით. თითოეულს შეუძლია შეარჩიოს ქვემოთ მითითებული პრობლემებიდან ერთ-ერთი, კერძოდ:

ა) მამა რამდენიმე წელია წასულია ოჯახიდან სამუშაოდ და ახლახან დაბრუნდა.

ბ) მამა დაბრუნებამდე სხვა ოჯახში ცხოვრობდა, სხვა ქალთან და იმის შვილებთან.

გ) დედა სამკურნალოდ იყო წასული ხანგრძლივი დროით.

დ) დედა დაუბრუნდა მიტოვებულ შვილებს.

თითოეული ჯგუფი წარმოადგენს მშობლისგან მიტოვებულ, სტრესულ მდგომარეობაში მყოფ ოჯახს. პრობლემა თავადაც შეუძლიათ მოიფიქრონ.

რჩევა როლით თამაშის მონაწილეებისთვის:

1. საყვარელი ადამიანის დაბრუნებას დიდი სიხარული მოაქვს ოჯახში. ამასთან, შინ დაბრუნებულმა ადამიანმა შეიძლება გარკვეული უხერხულობა იგრძნოს

შეგუების პროცესში. ხანგრძლივი განშორების შემდეგ ხშირია სირთულეები, რომლებიც დაკავშირებულია ოჯახთან შეხვედრისას. შეეცადეთ სტრესის მიუხედავად გაუგოთ უფროსებს.

2. გაითავისეთ, რომ მშობლის დაბრუნებისას სავსებით დასაშვებია და ნორმალური მდგომარეობაა თუ თავს დამაბუღლად, სტრესულად გრძნობს. ჩვეულებრივ ამ დროს დამახასიათებელია აფორიაქებული ძილი, მშფოთვარე სიზმრები და გაღიზიანება. ნუ იქნებით დამაბუღლი, გულჩათხრობილი, ნუ გაიხსენებთ იმ უსიამოვნებას, რაც ოჯახის წევრის წასვლით განიცადეთ. იფიქრეთ მხოლოდ იმაზე, რამაც მცირე, მაგრამ მაინც სიხარული მოგიტანათ.

3. სახლში დარჩენილი ბავშვები თავად იღებენ გადაწყვეტილებებს, უძღვებიან ოჯახის საქმეს, თავისი შეხედულებისამებრ იქცევიან. როცა შინ დაბრუნებული მამა ან დედა ცდილობს უცებ დაიბრუნოს უფლებამოსილება, ამან შეიძლება სტრესულ მდგომარეობაში მყოფ შვილებთან კონფლიქტი წარმოშვას. ორივე მხარე დათმობაზე უნდა წავიდეს და გაინაწილონ უფლებამოსილება. საუკეთესო გამოსავალია მშვიდი საუბარი.

კითხვა დიალოგისთვის: განშორება თავისებურ კვალს, სტრესს ტოვებს ადამიანის ცხოვრებაში. ეცვლება გარემო, ეცვლება შეხედულებები. ურთიერთობა აღდგება მოთმინებით, ურთიერთპატივისცემით.

სავარჯიშო III: ახლობელდაკარგული ადამიანისადმი დახმარება

I ეტაპი: ახლობლის გარდაცვალების შესახებ ინფორმაცია.

როლით თამაშში მონაწილეობენ წყვილები. გათამაშდება სცენა. ერთ-ერთ მეწყვილეს შეატყობინეს ახლობლის გარდაცვალება.

როლით თამაშის თანმიმდევრობა:

1. სამწუხარო ინფორმაციის გაცნობა (როცა დაფარვა შეუძლებელია).

ვარიანტები:

ა) მოულოდნელად განუცხადონ.

ბ) შეამზადონ, განაწილონ სამწუხარო ინფორმაციის მოსმენისთვის.

2. საუბარი სტრესში მყოფ ადამიანთან წარსულზე, მოგონებები დაკარგულ ადამიანზე.

3. მცდელობა, მწუხარე ადამიანი განაშორონ იმას, რაც დაკარგულ ახლობელს აგონებს.

4. მიცვალებულის სულის მოსახსენიებელ ადათ-წესებზე, ცერემონიებზე საუბარი (ახლობლისგან შორს მყოფსაც შეუძლია შესაბამისი რიტუალის შესრულება, სანთლის ანთება, საკურთხის მომზადება, მოწყალების გაცემა და ა.შ.).

5. იმედი და ნუგეში.

II ეტაპი: ახლობელდაკარგული, სტრესში მყოფი ადამიანისადმი დახმარების მსურველებმა უნდა იცოდნენ და გაითვალისწინონ შემდეგი:

1. ახლობელი ადამიანის დაკარგვა იწვევს მწვავე ემოციურ სტრესს. მისი ხანგრძლივობა შეიძლება იყოს სხვადასხვა შემთხვევაში სხვადასხვა.

2. მწუხარების პერიოდი სხვადასხვა ეტაპისგან შედგება. მისი გავლა ყველა ადამიანს უწევს ასაკის მიუხედავად. სხვაგვარად გაძნელება ტკივილის მოშუშება. ეს ეტაპებია: შოკი, უნდობლობა, არარეალურობის შეგრძნება, კონცენტრაციის უნარის დაკარგვა, საქმიანობის ვერგამკლავება, სიბრაზე მიმართული საკუთარი თავის, გარდაცვლილის მიმართ, ნაღველი, შეგუება.

3. მწუხარების გადალახვისთვის საჭიროა არ შევეწინააღმდეგოთ ახლობელ, სტრესში მყოფ ადამიანს: ნუ დავუშლით განიცადოს ყველა ის გრძნობა, რაც მის ემოციებთანაა დაკავშირებული.

4. დახმარებისთვის მიმართეთ უახლოეს მეგობარს, ოჯახს, ეკლესიას, ყველას, ვისაც შესწევს უნარი გაიგოს თქვენი გრძნობები, ემოციები, შეუძლიათ ნუგეში გცეთ.

5. მწუხარებისგან გამოსვლას დრო სჭირდება. ყველაზე მძიმე პირველი წელიწადია.

თავს ნუ არიდებთ დღესასწაულებზე ყოფნას. გამოყავით დრო დაკარგული ადამიანის მოსაგონებლად. წადით ეკლესიაში, სასაფლაოზე, ნურაფერს გააკეთებთ ისე, როგორც წინათ. შეეცადეთ განასხვაოთ წარსული აწმყოსგან.

6. საყვარელი ადამიანის მოგონების მიუხედავად ცხოვრება გრძელდება. ამისი ნუ გეშინიათ, ნუ განერიდებით აქტიურ საქმიანობასა და ყოფას.

7. თავი აარიდეთ მძიმესიუჟეტის ფილმების ნახვას. დარწმუნდით, რომ მწუხარება ვერ მოგცემთ ძალას რაიმეს შესაცვლელად.

8. შეხედეთ მოვლენებს რელიგიური თვალთახედვით. იფიქრეთ, რომ გარდაცვლილმა კეთილსინდისიერად შეასრულა საამქვეყნო ვალი და მოიპოვა სასუფეველი.

9. აღნიშნეთ გარდაცვალების დღე. გაიღეთ მოწყალეობა.

10. არ დაგავიწყდეთ, რომ საყვარელი ადამიანის გარდაცვალებამ შეიძლება გომოიწვიოს სერიოზული ფსიქოლოგიური პრობლემები, რაც მძიმე დაავადებებს იწვევს. ამით მეტ პრობლემას შეუქმნით საკუთარ თავსაც და ახლობლებსაც.

11. ახლობელდაკარგული ადამიანისადმი თანადგომა და მხარდაჭერა ისეთი გზით უნდა განხორციელდეს, რომ მან იგრძნოს ახლობლებთან დაკარგული კავშირის რამდენადმე შეცვლა.

ასეთივე მიდგომას საჭიროებს ის პიროვნებაც, რომელსაც მშობლები ცოცხალი ჰყავს, მაგრამ საკუთარი პრობლემებით გადატვირთულთ არ სცალიათ შვილებისთვის.

12. როგორი მძიმე და ძნელი მატერიალური თუ მორალური სიძნელე არ უნდა იყოს ადამიანის წინაშე ოჯახში თუ სკოლაში, მათ სინამდვილე უნდა იცოდნენ არსებულ გარემოებათა შესახებ. მათი დაფარვა გამოიწვევს დაბნეულობასა და დათრგუნვას. ადამიანმა, რა ასაკისაც არ უნდა იყოს, არამცთუ უნდა იცოდეს სიმართლე, არამედ საკუთარი აზრიც უნდა გააჩნდეს მომხდარის მიმართ.

13. განსაკუთრებული მნიშვნელობა აქვს სასოების, მომავლის იმედის, რწმენის ჩანერგვას.

გთავაზობთ:

ა) ახლობელდაკარგული ადამიანის დამახასიათებელ სიმპტომებს და

ბ) მათდამი ფსიქოლოგიურ დახმარებას.

ა) 1. განსაკუთრებული შიში გამოწვეული უსიამოვნო მოგონებებით, აკვიატებული აზრები, ტირილი, გაბრაზება ყველაფერზე.

2. შფოთიანი ძილი (ცუდი სიზმრები, მარტო დარჩენის შიში).

3. დაბნეულობა, დარდი, სევდის მოლანდებები.

4. გაუცხოება, სირცხვილის განცდა.

5. დუმილი, რთული გასარკვევია რა აწუხებთ. უხმო შეკითხვები.

6. უმწეობა, პასიურობა, გულგრილობა.

ბ) 1. ნება დართეთ ილაპარაკონ და მოიქცნენ ისე, რომ დაივიწყონ ეს მოგონებები. აუხსენით, რომ მათი განცდა და ქცევა ნორმალურია.

წააქეზეთ, რომ გამოხატონ შიში, გაბრაზება, მოწყენილობა, იტირონ. გაუწიეთ მხარდაჭერა, რომ თავი დათრგუნულად არ იგრძნონ.

2. დაეხმარეთ, რომ მოგიტხრონ თავიანთი სიზმრების შესახებ. მიაწოდეთ ინფორმაცია თუ რატომ აქვთ ადამიანებს ცუდი სიზმარი.

3. დაეხმარეთ, რათა არ დაივიწყონ ის სასიამოვნო მოგონებები, რომელიც ჰქონდათ უსიამოვნო შემთხვევამდე. ვიფიქროთ იმაზე, რამაც მცირე, თუმცა მაინც სიხარული მოგვიტანა.

4. წააქეზეთ, რომ ისაუბრონ მათთვის შემაშფოთებელი მოვლენის შესახებ. ამასთან დაკავშირებით შეიძლება ისაუბრონ თავიანთ გრძნობებზე, იმ შედეგებზე, რაც შეიძლება მოჰყვეს გრძნობების აყოლას.

5. განუმარტეთ ზოგადი ემოციური რეაქციები, დაეხმარეთ, რომ სიტყვიერად გამოხატონ ემოციები, რათა თავი მარტოდ არ იგრძნონ.

6. უზრუნველყავით მხარდაჭერით, დასვენებით, საკვებით. გააკეთეთ ისე, რომ ყოველთვის მის გვერდით ეგულეობდეთ.

სოციალურ-ემოციური გავლენით გამოწვეული სტრესი მძიმე მდგომარეობაა ბავშვისთვის. მას ახასიათებს დამით ცუდად ძილი, შიში, უიმედობა, ყველაფრისადმი ინტერესის დაკარგვა, მათ შორის სწავლისადმი, მოჭარბებული უარყოფითი ემოციები და ა.შ..

ბავშვისადმი დროული დახმარება საშუალებას მისცემს მას გაუმკლავდეს სტრესულ მდგომარეობას და დაუბრუნდეს ნორმალურ ვითარებას. ამ მიმართებით განსაკუთრებულია მასწავლებლის როლი, რათა ბავშვმა დასაყრდენი იპოვოს მასში და შესძლოს სტრესული მდგომარეობიდან გამოსვლა. დაკვირვებამ გვიჩვენა, რომ შედეგიანია შემდეგი სავარჯიშოები: სტრესში მყოფი ადამიანის საუბრით ნუგეში, ოჯახში მშობლის დაბრუნება, ახლობელდაკარგული ადამიანისადმი დახმარება.

§8. რა ვუყოთ ემოციებს?

არცერთი ადამიანი განცდისა და ემოციის გარეშე არ არსებობს. ჩვენი საუკუნე ემოციების სიჭარბით ხასიათდება. ზოგჯერ ბავშვმა შეიძლება თავი ვერ გაართვას მოზღვავებულ ემოციებს და მისი სწავლის თუ დისციპლინის მდგომარეობა გაუარესდეს, ოჯახში და მეგობრებში ურთიერთობები დაეძაბოს, ჩაიკეტოს თავის თავში და ა.შ.. აქედან გამომდინარე, საჭიროა აღიზარდოს ბავშვებში ემოციების მართვის უნარი. ეს არის უნარი, შეიცნოს საკუთარი და სხვისი ემოციები, გაიაზროს თავისივე ემოციის გავლენა საკუთარ ქცევაზე, რათა თავიდან აიცილოს მოსალოდნელი გართულებები.

ემოცია ბუნებრივი მოვლენაა, ასეთია, მაგალითად, ბედნიერების განცდა, სევდა, სიბრაზე, შიში და ა.შ..

ემოცია შეიძლება იყოს სასიამოვნო ან უსიამოვნო მდგომარეობის გამომხატველი. ცხოვრებისეული დაბრკოლებების ზრდასთან ერთად იზრდება გრძნობების ინტენსიურობაც. საჭიროა ამ გრძნობების გამოცნობა, უარყოფითი გავლენის დაძლევა.

ემოციების დაფარვა არ შეიძლება. აღზრდის ერთ-ერთი უმთავრესი ამოცანაა ბავშვებს დავეხმაროთ ემოციების გამოხატვასა და მათი ზემოხსენებული მართვის უნარის გამომუშავებაში.

სავარჯიშო I: დავხატოთ ემოცია

მოსწავლეებს დავალება ეძლევათ დახატონ ემოცია და გააფერადონ: მასწავლებელი ნამუშევრებს დაფაზე გააკრავს და არკვევს რა ემოციაა ქალაქდზე გამოხატული. შემდეგ ავტორი ამბობს, სწორია თუ არა პასუხი (სავარაუდოდ დახატავენ შიშს, სიბრაზეს - მუქფერებში; სიხარულს, კმაყოფილებას - ღია ფერებში და ა.შ.).

სავარჯიშო II: ემოციური მდგომარეობის გამოხატვა

განმარტება: ემოციას ახასიათებს ფიზიოლოგიური და სულიერი ნიშნები. მაგალითად, შეიძლება სიხარულით გული გაგინათდეს, შეიძლება სიხარულის გამო ხელების ქნევაც კი დაიწყო.

არის შემთხვევა, როცა ერთი და იმავე ნიშნით შეიძლება სხვადასხვა ემოცია გამოიხატოს, მაგალითად, ცრემლით მწუხარებაც გამოიხატება და სიხარულიც. ღიმილით - ირონიაც შეიძლება გამოიხატოს და აღტაცებაც, მაგრამ ისინი მაინც მკვეთრად განსხვავდებიან ერთმანეთისგან და ეს ადვილად შესამჩნევია.

დავალება მოსწავლეებს: დაიყონ წყვილებად და მოძრაობითა და ხმით გამოიხატონ სხვადასხვა ემოციური მდგომარეობა.

დამკვირვებლები გამოიცნობენ რომელ ემოციას გამოიხატავენ წყვილები (სავარაუდოდ: აღფრთოვანებას, გაჯავრებას, მოწონებას, დაცინვასა და სხვას).

დიალოგის პრობლემა: გარეგნულად როგორ გამოიხატება ემოცია და რა შემთხვევაშია საჭირო და აუცილებელიც დაფვაროთ იგი. როგორ შევძლოთ ეს? (მაგალითად, რაც უნდა სასიხარულო ამბავი შეიტყო, პანაშვიდზე არ შეიძლება ღიმილით შეხვიდე).

სავარჯიშო III: სად, ყველაზე მეტად რომელი ორგანოთი ვგრძნობთ ემოციებს?

დავალება მოსწავლეებისთვის: დაფაზე გამოსახულია ადამიანის ორი ფიგურა. ამის ფონზე დაისმის ორი კითხვა:

1. სად გრძნობთ სამწუხარო, არასასიამოვნო ემოციურ განცდას?
2. სად გრძნობთ სასიხარულო, სასიამოვნო ემოციურ განცდას?

(სავარაუდო პასუხები: გულში, სახეზე, მხრებში და ა.შ.. მაგალითად, მხარი ჩამომივარდა ან მხარში გავიშალე, მუხლი, ხელები მომეკვეთა და ა.შ.).

კითხვა დიალოგისთვის: ადამიანი სასიამოვნო და უსიამოვნო ემოციას შეიძლება ერთი და იმავე ორგანოთი გრძნობდეს. როგორ განირჩევა ისინი ერთმანეთისგან?

სავარჯიშო IV: რაც გამახსენდა...

გაკვეთილის მსვლელობა: მონაწილეებს შეუძლიათ ქაღალდზე დახატონ ის, რაც გაახსენდათ.

მსჯელობა: თამაშის თითოეული მონაწილე განმარტავს რა, რატომ დახატა.

შედეგი: თამაშის თითოეული მონაწილე ემოციებს თავისებურად გამოხატავს, რითაც ცხადი ხდება ვინ გაართვა თავი მტკივნეულ ან სასიამოვნო მოგონებებს ან შექმნილ სიტუაციას და ვის გონებაგაფანტულობა ახასიათებს.

დიალოგის თემა: ხელახლა რომ მიეცეთ საშუალება ხატვისა, რას დახატავენ? რატომ? რა შედეგი გამოიღო ემოციის გამოხატვამ?

სავარჯიშო V: ემოციების დაფიქსირება

კლასი იყოფა ჯგუფებად (თითოეულ ჯგუფში 3-4 მოსწავლეა). მათ ეძლევათ დავალება, რომლის შესაბამისად უნდა წარმოადგინონ სცენა როლის თამაშით. ერთი ჯგუფის გამოსვლის დროს დანარჩენები აფიქსირებენ რა სახის ემოცია გამოიხატა, განმარტავენ როგორ გამიჯნეს და განასხვავეს ისინი ერთმანეთისგან.

დავალებები თითოეულ ჯგუფს ეძლევა კონვერტში ჩადებული ბარათის მეშვეობით.

დავალება I: თუ ვინმე გულს გვტკენს, ტკივილისგან ადგილს ვერ ვპოულობთ ან...

დავალება II: თუ ვინმე სიყვარულით გვმოსავს, მხიარულად დავხტივართ, დავრბივართ ან...

დავალება III: თუ ვინმე გვიბრაზდება, საცოდავად ვიბუზებით და სევდიანი ვხდებით ან...

დავალება IV: თუ ვინმე გვაქებს, გული დიდდება და გარეთ გამოსვლას ლამობს ან...

სავარჯიშო VI: ემოციების გამიჯვნა

განმარტება: ადამიანი თავის თავში მოიცავს ბედნიერებასაც და სევდასაც, შურსაც და კმაყოფილებასაც, იმედსაც და იმედგაცრუებასაც, მოთმინებასაც და

მოუთმენლობასაც, სიყვარულსაც და სიძულვილსაც, სიბეჯითესაც და სიზარმაცესაც, ოცნებასაც და დარდსაც და ასე უსასრულოდ.

ასოციაციური წარმოდგენა:

წარმოვიდგინოთ, რომ ჩვენი ორგანიზმი შედგება მრავალი ემოციური უჯრისგან. დავაკვირდეთ:

რა ემოცია დევს სიყვარულის უჯრაში?

შიშის უჯრაში?

სიძლიერის უჯრაში?

სისუსტის უჯრაში?

თითოეული მოსწავლე თავის აზრს კითხვების შესაბამისად აფიქსირებს ცალ-ცალკე ქაღალდზე. დამკვირვებლები კითხვების მიხედვით ახარისხებენ პასუხებს. ამაგრებენ დაფაზე და აცნობენ კლასს.

პრობლემა დიალოგისთვის: ყოველთვის შევძლებ გავმიჯნო ემოციები?

სავარჯიშო VII: მძაფრსიუჟეტოანი თამაში ყოველთვის მისაღებია?

ინფორმაცია: 2003 წლის 16-17 ოქტომბრის გაზეთში გამოქვეყნებულია წერილი სათაურით: როგორ ყალიბდებიან ქართველი ბავშვები 5-6 ლარად პოტენციურ მკვლელებად, რომელშიც მოთხრობილია კომპიუტერული თამაშების იმ დისკებზე, სადაც განთავსებულია სროლის შედეგად ადამიანის სხეულის ცალკეული ნაწილების დაზიანების ამსახველი სიუჟეტები. აღმოჩნდა, რომ ამგვარ დისკებზე მოთხოვნილება დიდია.

ჩვენ არ გვინდა დავიჯეროთ, რომ ეს ინფორმაცია სწორია, მაგრამ დავუშვათ, რომ ასეა.

პრობლემა დისკუსიისთვის: მძაფრსიუჟეტოანი თამაში ყოველთვის მისაღებია?

სავარჯიშო VIII: რამ მიიყვანა ბიჭი მძიმე მდგომარეობამდე?

მეექვსეკლასელები შესვენებაზე კლასში თამაშობდნენ. ერთი ბიჭი აითვალწუნეს, ხან აქედან შემოჰკრავდნენ ხელს, ხან - იქიდან; დასცინოდნენ. ბიჭი წაიქცა თუ არა მოარტყეს ფეხები. თავზე ჭიქით წყალიც გადაასხეს. ადგომის საშუალებას არ აძლევდნენ. ზარი დაირეკა თუ არა, სიცილ-ხარხარიც შეწყდა. ბიჭი

წამოდგა. კლასიდან გავიდა. სახლში მისული ცუდად გახდა. მთელი კვირა გონზე ვერ მოიყვანეს. რამდენიმე თვე იავადმყოფა. ექიმები მიიჩნევდნენ, რომ ფიზიკური დაზიანება არ ჰქონდა. სტრესის გამო აღმოჩნდა მძიმე მდგომარეობაში. ბიჭს მშობლებისთვის მომხდარის შესახებ არ უამბია. თანაკლასელები კი ამბობდნენ: ვეხუმრებოდით და ხუმრობაზე ასე რამ გააბრაზაო.

პრობლემები განსჯისთვის:

1. რამ მიიყვანა ბიჭი ამ მდგომარეობამდე?
2. რა გრძნობა ეუფლება ადამიანს შეურაცხმყოფელი ქმედების შედეგად?
3. ბიჭი, რომ თქვენი ახლობელი ყოფილიყო რას მოიმოქმედებდით?
4. ამ ამბავში სად ხედავთ აგრესიას?

თითოეულ პრობლემაზე ოთხი ჯგუფი მუშაობს ცალ-ცალკე. შემდეგ თავიანთ შეხედულებებს აცნობენ ერთმანეთს.

ამრიგად, ბავშვისათვის აუცილებელია ისეთი პირობების შექმნა, სადაც მას საშუალება ექნება გამოხატოს თავისი ემოციები, რაც დაეხმარება მოსალოდნელი სირთულეების თავიდან აცილებაში, ხელს შეუწყობს ემოციების სწორად გამოხატვის, შეფასების უნარების განვითარებას.

ეფექტურია ისეთი სავარჯიშოები, როგორცაა: დავხატოთ ემოცია, ემოციური მდგომარეობის გამოხატვა, სად, ყველაზე მეტად რომელი ორგანოთი ვგრძნობთ ემოციებს?, რაც გამახსენდა..., ემოციების დაფიქსირება, ემოციების გამიჯვნა, მძაფრსიუჟეტოანი თამაში ყოველთვის მისაღებია?, რამ მიიყვანა ბიჭი მძიმე მდგომარეობამდე?.

§9. აქტივობები მშობელთა ჩართულობისთვის

სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებისათვის მნიშვნელოვანია, რომ კლასის დამრიგებელმა საკუთარ საქმიანობაში ჩართოს მშობელი. ამ მიმართებით ეფექტურ ფორმად მიგვაჩნია საქმიანი შეხვედრები მშობლებთან, რომელსაც სპეციალისტები მშობელთა პედაგოგიზაციასაც უწოდებენ.

წყაროების შესწავლის შემდეგ ყურადღება მივაქციე აქტივობებს, რომელსაც გაზეთ ახალი თაობის რუბრიკა მშობელთა შეკრება გვთავაზობს. აქტივობები მოდიფიცირებული ფორმით ჩავრთე ნაშრომში:

აქტივობა I: ემპათია - თანაგანცდა

ემპათია ანუ თანაგანცდა გულისხმობს სხვა ადამიანების ემოციის, გრძნობების ამოცნობას და მისი გათვალისწინებით მოქმედებას. სწორედ აღნიშნული უნარი გვებმარება ვიზრუნოთ სხვებზე; ვიყოთ შემწყნარებელი სხვადასხვა რწმენისა და შეხედულებების მქონე ადამიანების მიმართ; საშუალებას გვაძლევს გავიგოთ სხვისი წუხილი, მათ შორის უცხო ადამიანების და გავიზიაროთ, ვიგრძნოთ მათი დარდი, ისე როგორც საკუთარი; სწორედ აღნიშნული უნარის საშუალებით განვიცდით სიხარულს, ბედნიერებას სხვისი წარმატების გამო და არა სიბრაზესა და იმედგაცრუებას. ემპათიის ნიშნები ადრეულ ასაკშივე ვლინდება: ჩვილები იწყებენ ტირილს სხვა ბავშვის ტირილის საპასუხოდ და პირიქით სიცილს პასუხობენ სიცილით. უფრო დიდი ასაკის ბავშვები ცდილობენ ჩაეხუტონ, მოეფერონ ახლობელ ადამიანს, თუ ის მოწყენილია. თანაგანცდის უნარის განვითარება ბავშვების ქცევას დადებითი კუთხით ცვლის - ისინი იგებენ, რომ არასწორი ან დაუფიქრებელი ქმედებით შეიძლება სხვას ტკივილი მიაყენონ, ამიტომ მეტი პასუხისმგებლობით იქცევიან.

შეუცვლელია მშობლების როლი თვითგანცდის უნარის ჩამოყალიბებაში. ისინი ეხმარებიან ბავშვს გააცნობიერონ სხვა ადამიანის ემოციები, უჩვენონ სწორი, დადებითი მაგალითი.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- თუ ხედავთ, რომ თქვენმა შვილმა დაარტყა თანაკლასელს, უთხარით: როგორ ფიქრობ რას გრძნობს ახლა შენი თანაკლასელი? ისურვებდი შენც იგივე გეგრძნო?!
- ტელევიზორის ყურებისას, წიგნის კითხვისას სცადეთ ისაუბროთ სხვა ადამიანის, პერსონაჟის პოზიციიდან. მაგალითად: როგორ ფიქრობ, რას გრძნობს უფლისწული ახლა?...
- აჩვენეთ სხვებზე ზრუნვის მაგალითი: როგორ ეხმარებით მოხუც მეზობელს, უღებთ კარებს, უთმობთ ადგილს სხვა ადამიანებს.

- იმსჯელებთ სხვადასხვა შემთხვევებზე. მაგალითად, თუ ბავშვი ჩივის, რომ თანატოლი დაეჯახა და წააქცია, როდესაც სასადილოში გარბოდნენ, შეგიძლიათ უთხრათ: სიჩქარის დროს ზოგჯერ ადამიანები ვერ აკვირდებიან, რას აკეთებენ - შესაძლოა საერთოდ არ უნდოდა შენი წაქცევა და ტკივილის მოყენება, შენ რას ფიქრობ?.
- დაეხმარეთ მიიღოს და აღიაროს ადამიანის განსხვავებულობა. მაგალითად, თუ ბავშვი იცინის მეზობელი გოგონას კაბაზე, უთხარით: ადამიანებს სხვადასხვა რამეები მოსწონთ. ნორმალურია, რომ შეიძლება არ მოგწონდეს ის, რაც სხვა ბავშვს მოსწონს. შეიძლება ამ გოგონას შენი ქურთუკი არ მოეწონოს, გიფიქრია ამაზე?! წარმოიდგინე, რომ ყველა შენს მეგობარს ერთნაირი ტანსაცმელი ეცვას. რა მოსაწყენი იქნებოდა, არა? ჩვენ, ადამიანები, ერთმანეთისგან განვსხვავდებით და ეს ძალიან კარგია.

კონკრეტული მაგალითი:

- მამიკო, რატომ ტირის ბაბუა?
- ის ძალიან მოწყენილია, ახლახან გაიგო, რომ მისი ახლო მეგობარი გარდაიცვალა. გახსოვს, რას გრძნობდი, როდესაც შენი საყვარელი ძაღლი დაიღუპა?
- კი, ძალიან მარტოსულად ვგრძნობდი თავს.
- ჰო, წარმოიდგინე, როგორ ცუდად შეიძლება იყოს ახლა ბაბუა. შეგიძლია რაიმე მოიფიქრო მის დასახმარებლად?
- მივალ და ჩავეხუტები.
- ფანტასტიკური იდეაა, ყოჩაღ!

აქტივობა II: პატიოსნება და სამართლიანობა

პატიოსნება ნიშნავს წესიერებას საკუთარი თავისა და სხვა ადამიანების მიმართ: მიიღო გადაწყვეტილება ობიექტური მოცემულობების გათვალისწინებით და არა მხოლოდ კეთილგანწყობის მოპოვებისთვის; აღიარო შეცდომა და აიღო მასზე პასუხისმგებლობა; იმოქმედო წესების გათვალისწინებით; იგრძნო თავი სხვების თანასწორად. პატიოსნების გარეშე ერთმანეთის ნდობა და ზოგადად საზოგადოებაში ცხოვრება წარმოუდგენელი იქნებოდა.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- იყავით სხვა ადამიანების მიმართ პატიოსანი დამოკიდებულების ნიმუში.
- ისაუბრეთ ერთად რა არის და რა არ არის პატიოსნება. მოუყევით მაგალითები იმისა, თუ რატომ მიიღეთ კონკრეტული გადაწყვეტილება; რატომ მიიჩნიეთ, რომ ეს უფრო იქნებოდა პატიოსანი საქციელი? მაგალითად, თანხა იპოვეთ ქუჩაში და იმის მაგივრად, თავად გამოგეყენებინათ, პატრულში განაცხადეთ ამის შესახებ.
- ისაუბრეთ პატიოსნების გამოვლინებებზე. მაგალითად: თქვენს სახლში როგორ გამოიხატება პატიოსნება? რას ნიშნავს პატიოსნება საზოგადოებაში?
- მოუყევით, თქვენ როგორ ცდილობთ იყოთ პატიოსანი ყოველდღიურ ცხოვრებაში, სამსახურში.

კონკრეტული მაგალითი:

- მამა, რატომ არ შეიძლება მე ავირჩიო რას ვუყუროთ, უსამართლობაა, რომ გიორგი ირჩევს.

- ვფიქრობ, ძალიანაც სამართლიანია. შენი არჩეული მულტფილმი ხომ გუშინ ვნახეთ?! დღეს გიორგის ჯერია. ხომ არ მოგეწონებოდა, ყოველ დღე რომ გიორგი ირჩევდეს ფილმებს?

კონკრეტული მაგალითი:

- დედა, რატომ უთხარი გამყიდველს, რომ ზედმეტი ხურდა დაგიბრუნა? ეს ხომ მისი შეცდომა იყო და არა შენი? რატომ არ დაიტოვე ეს ფული?

- იმიტომ, რომ ეს ფული მე არ მეკუთვნოდა და მისი დატოვება ძალიან ცუდი საქციელი იქნებოდა.

აქტივობა III: სხვა ადამიანების პატივისცემა

სხვების პატივისცემა ნიშნავს იმას, რომ მოვექცეთ სხვა ადამიანებს ისე, როგორც გვინდა, რომ გვექცეოდნენ ჩვენ. ასეთი დამოკიდებულება ბევრ სიტუაციაში ვლინდება: მაგალითად, ჩვენ ვურთიერთობთ ისე, რომ არ ვეუბნებით ერთმანეთს შეურაცხმყოფელ სიტყვებს, ვითვალისწინებთ ერთმანეთის უფლებებს, შეხედულებებს, ინდივიდუალობას. მრავალი კვლევის შედეგი ცხადყოფს, რომ ბავშვები სწავლობენ სხვებისადმი პატივისცემას, როდესაც თავად გრძნობენ იმავეს მათგან.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- ესაუბრეთ ბავშვს სხვებთან კომუნიკაციის სწორ გზებზე. უთხარით მას, როგორ ესაუბროს სხვა ადამიანებს.
- დაეხმარეთ ბავშვს პრობლემის გადაჭრაში ძალადობრივი გზის გამოყენების გარეშე.

თუ ბავშვს კონფლიქტი აქვს ვინმესთან, დაეხმარეთ მას:

1. კონფლიქტის მიზეზის გაგებაში. მაგალითად: თუ მას არ მოსწონს, რომ უმცროსი ძმა კარებზე დააკაკუნების გარეშე შედის მის ოთახში, ასწავლეთ, როგორ გამოხატოს თავისი დამოკიდებულება სწორი სიტყვებით და არა ფიზიკური აგრესიით.

2. დაეხმარეთ, მოიფიქროს პრობლემის გადაჭრის რამდენიმე გზა. მაგალითად, უთხრას ძმას: ხანდახან მუსიკას ხმამაღლა ვუსმენ და შეიძლება ვერ გავიგო დააკაკუნების ხმა. ამიტომ 5-ჯერ ძლიერად დააკაკუნებ და თუ არ გიპასუხებ შეგიძლია შემოხვიდე.

3. შეამოწმეთ რამდენად მუშაობს ეს გზა.

- ასწავლეთ ოჯახური ღირებულებები პატივისცემასთან დაკავშირებით. მაგალითად, როგორ ესაუბროს, გამოხატოს პატივისცემა უფროსი ახლობლის ან უცნობი ადამიანის მიმართ სახლსა თუ საზოგადოებაში; თავადაც მოექცეით მას პატივისცემით.

კონკრეტული მაგალითი:

- ნინი, ეს ჩემი ახალი სვიტერია?

- დიახ, დედა. რა ხდება? არ უხდება ამ ქვედაბოლოს?

- დედი, ჩემგან ნებართვა არ აგიღია, ეს ხომ შენი ნივთი არ არის?

- არ მეგონა, თუ ეს აუცილებელი იყო.

- ნინი, საქმე იმაშია, რომ ეს შენი ნივთი არ არის. როდესაც სხვისი ნივთის აღება გვინდა, ჯერ უნდა ვკითხოთ. შემდეგში ჯერ მკითხე. ეს პატივისცემის გამოხატულება იქნება.

აქტივობა IV: თვითდისციპლინა

თვითდისციპლინა გულისხმობს საკუთარი შესაძლებლობების ცოდნას და დროის სწორად მართვას: როდესაც იცი, რა გაქვს გასაკეთებელი, რა გზით და რა დრო დაგჭირდება ამისთვის. შესაბამისად, ახერხებ რეალისტური მიზნების დასახვას და შემდგომ მათ მიღწევას. სწორედ, აღნიშნული უნარის დახმარებით შეგვიძლია დაპირებების შესრულება და სხვების განაწყენების თავიდან არიდება; მოთმინების შენარჩუნება. თვითდისციპლინის უნარის გავარჯიშება საშუალებას აძლევს ბავშვებს მართონ საკუთარი ქცევა და ემოცია, დაფიქრდნენ და მიიღონ სწორი გადაწყვეტილებები.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- ესაუბრეთ თქვენს შვილს მიღწევადი მიზნების დასახვაზე. დაეხმარეთ მას დიდი დავალებების პატარა ამოცანებად დაშლაში და თითოეული მათგანის შესრულებისთვის განსაზღვრული დროის გამოყოფაში; შემდგომ ერთად გადაამოწმეთ რამდენად დროულად მოასწრო დასახული მიზნის მიღწევა.
- დაეხმარეთ თქვენს შვილს გაუჩნდეს თავდაჯერების შეგრძნება, რაც შესაძლებელია მხოლოდ წარმატების მიღწევის შემთხვევების არსებობით. ამიტომაც გაამარტივეთ დავალება, რომ ადვილად შეასრულოს და ჰქონდეს წარმატებულობის განცდა.

კონკრეტული მაგალითი:

- ვინ რეკავდა?
- ჩემი მეგობარი ნიკა, სურდა გავყოლოდი მაღაზიაში წიგნის ასარჩევად.
- და რა უთხარი?
- ვუთხარი, რომ არ მეცალა, დღეს უნდა მოვასწრო ბიოლოგიის პროექტის დასრულება.
- ყოჩაღ! რომ სწორად ახერხებ შენი დროის განაწილებას, სხვა შემთხვევაში ვერ მოასწრებდი.

აქტივობა V: თვითპატივისცემა

ადამიანები, რომლებიც პატივს სცემენ საკუთარ თავს, ფიქრობენ რომ არასამართლიანი ქცევა, დაუფიქრებლად სხვებისადმი უპატივცემულობა ცუდია.

ისინი არ ვარდებიან სოსოწარკვეთაში შეცდომების დაშვებისას, სჯერათ საკუთარი თავის და ფიქრობენ, რომ მარცხი სასჯელი არ არის. ბავშვებისთვის საკუთარი თავის პატივისცემის სწავლება არ ნიშნავს მათ მუდმივ შექებას, ნებისმიერი მათი ქმედების მოწონებას. პირიქით, მათ უნდა შესძლონ თვითკრიტიკა, რათა მოახერხონ განვითარება.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- დაეხმარეთ ბავშვს ჩამოიყალიბოს საკუთარი თავის მიმართ დადებითი დამოკიდებულება, რომელიც გააერთიანებს მის ნიჭს და აგრეთვე სუსტ მხარეებსაც.
- ხაზი გაუსვით, რომ მის პიროვნებას მნიშვნელოვნად საზღვრავს ის ქცევები, რომელსაც გამოავლენს ყოველდღიურად.
- დაეხმარეთ თქვენს შვილს, სრულად გამოავლინოს და განივითაროს ძლიერი მხარეები; არ მოახვიოთ თავს საკუთარი ინტერესები.
- დაეხმარეთ მას სწორი ღირებულებების არჩევაში.

კონკრეტული მაგალითი:

- ნიკა, რატომ ხარ ასეთი მოწყენილი?
- თამაში წავაგეთ.
- კარგად ითამაშეთ? მთლიანად დაიხარჯეთ?
- კი, ჩვენი მაქსიმუმი გავაკეთეთ.
- საერთოდ არ არის წაგება სირცხვილი, განსაკუთრებით მაშინ, თუ მცდელობა არ დააკელით და ყველაფერი გააკეთეთ გამარჯვებისთვის. უბრალოდ, სხვა გუნდმა უკეთესად ითამაშა.

აქტივობა VI: მსჯელობა

ბავშვებს სჭირდებათ უნარი, შეხედონ მოვლენებს კრიტიკულად, გააანალიზონ, იფიქრონ, გამოარჩიონ ცუდი და კარგი გზა და შემდგომ მიიღონ გადაწყვეტილება. ეს ადვილი არ არის მოზრდილებისთვისაც კი, მით უმეტეს ბავშვებისთვის. ძალიან ხშირად ადამიანები შეცდომებს უშვებენ მხოლოდ იმიტომ, რომ ნაკლებს ფიქრობენ. თუ დაეხმარებით ბავშვს იყოს სამართლიანი, პასუხისმგებელი, დაიჯეროს საკუთარი

შესაძლებლობების და იფიქროს გადაწყვეტილების მიღების წინ, ის შეძლებს რთული სიტუაციებიდანაც კი სწორი გამოსავლის პოვნას.

რისი გაკეთება შეუძლია მშობელს?

- ასწავლეთ თქვენს შვილს გაჩერდეს და დაფიქრდეს მანამ, სანამ რამეს იტყვის და გააკეთებს.
- დაეხმარეთ ბავშვებს იფიქრონ თავიანთი გადაწყვეტილებების შედეგებზე. წარმოიდგინეთ სხვადასხვა სიტუაციები, რის წინაშეც შეიძლება დადგნენ და ესაუბრეთ მათ შესაძლო გადაწყვეტილებებსა და შედეგებზე.
- თუ ბავშვი არღვევს რაიმე წესს, ჰკითხეთ, რატომ მოიქცა ასე? რატომ იყო მნიშვნელოვანი ამ წესის დაცვა? დაეხმარეთ, გააცნობიეროს ამ კონკრეტული წესის დარღვევის საზიანო ან არასასურველი შედეგები.
- არ მიაწოდოთ პრობლემის გადაწყვეტის მზა ნიმუში. ნებისმიერი საკითხი გახადეთ მსჯელობის თემად, ისაუბრეთ მასზე, გაუზიარეთ მოსაზრება თქვენს შვილს და მისგანაც მოისმინეთ.

კონკრეტული მაგალითი:

- ძალიან გავბრაზდი, ლიკამ კითხვაზე რომ არ მიპასუხა.
- რას აკეთებდით ამ დროს?
- ეკლესიაში ვიდექით.
- კარგი, რა წესი არსებობს ეკლესიაში დგომისას?
- რომ არ ველეპარაკოთ ერთმანეთს.
- ე.ი. ლიკა სწორად მოიქცა, შენ რას ფიქრობ?
- ჰო, მაგაზე არ მიფიქრია.

ეს აქტივობები მხოლოდ ნაწილია იმ საქმიანობისა, რაც მშობელს შეუძლია განახორციელოს.

ამრიგად, სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებაში მნიშვნელოვანია მშობელთა როლი. ამ მიმართებით კლასის დამრიგებელს შეუძლია გამოიყენოს სასკოლო ცხოვრებაში მშობელთა ჩართულობის პროგრამის ერთ-ერთი მიმართულება მშობელთა პედაგოგიზაცია.

ეფექტური გამოდგა საქმიანი შეხვედრების აქტივობები: ემპათია - თანაგანცდა, პატიოსნება და სამართლიანობა, სხვა ადამიანების პატივისცემა, თვითდისციპლინა, თვითპატივისცემა, მსჯელობა.

დასკვნები:

- ყველა ეპოქის აღზრდაში ახალი პრობლემები ჩნდება. ამჟამინდელ ვითარებაში მკაფიოდ ჩანს სოციალური და ემოციური გავლენის პრობლემების გაძლიერება, განსაკუთრებით აღსანიშნავია მოსწავლეთა შორის ურთიერთობები, მათი დამოკიდებულება გარშემომყოფებთან, ცვალებად მოვლენებში გარკვევა და ორიენტირება.

მომავალი ცხოვრებისათვის მოსწავლეთა მოსამზადებლად სოციალური და ემოციური უნარების განვითარება ერთ-ერთ მნიშვნელოვან საჭიროებად მიაჩნია მშობელთა და მოსწავლეთა უმრავლესობას.

- მოსწავლეებში სხვისადმი დახმარების უნარის განვითარებისათვის საჭიროა ისეთი საქმიანობის განხორციელება, რომელიც გააცნობიერებს, რომ სხვისი დახმარება მასაც სჭირდება და თვითონაც უნდა დაეხმაროს სხვას.

მოყვასისადმი დახმარება სიკეთის გამოხატულებაა და ცხოვრებას ულამაზებს იმას ვინც დაეხმარა და იმასაც ვისაც დაეხმარნენ. ამ მიმართებით ეფექტურია სავარჯიშოები მოწყალების საქმენი, მე ვერ მივუხვდი..., დახმარება რჩევით.

- ემოციური განცდის - დარდში მყოფი ადამიანისადმი დახმარების უნარის განვითარებისათვის ეფექტურია ისეთი სავარჯიშოების ჩატარება, როგორცაა ემოციური ლიტერატურული ტექსტების გამოყენება აქტივობების ჩართვით. აქტივობების ძირითადი საკითხებია: ბაიას მძიმე მდგომარეობა რითაა გამოწვეული?; აღწერეთ ბაიას განცდები; ვინ უმსუბუქებს ბაიას მძიმე მდგომარეობას? (ტექსტიდან ადგილები); როგორ გესახებათ ბაიას მომავალი?; თქვენ რით შეგიძლიათ დახმარება?

- ბავშვებში ემოციის მოჭარბებას განაპირობებს სხვადასხვა ფაქტორი: გარშემომყოფთა უარყოფითი მაგალითი, ძალადობის ამსახველი ფილმები, მძიმე სოციალური პირობები, სათამაშო კომპიუტერი და სხვა.

ემოცია შეიძლება გამოვლინდეს ისეთი ემოციით, როგორცაა აღზნება, აფექტურობა, სხვისთვის ზიანის მიყენების სურვილი, გამომწვევი ქცევა, უწმაწური სიტყვები და სხვა.

ემოციამოჭარბებულ ბავშვებთან მუშაობაში სასურველია ისეთი აქტივობების გამოყენება, როგორცაა აგრესიულობა; დაასრულე ამბავი; მიახლოე თქვენზე; როდის ვარ ბედნიერი? როდის ვგრძნობ თავს უბედურად?; რაზე ფიქრობთ?; ქაოსიდან მნიშვნელობისკენ; საფრთხიდან უსაფრთხოებისკენ და პირიქით; ანკეტა გულახდილობისთვის.

- სოციალურ-ემოციური გავლენით გამოწვეული სტრესი მძიმე მდგომარეობაა ბავშვისთვის. მას ახასიათებს ღამით ცუდად ძილი, შიში, უიმედობა, ყველაფრისადმი ინტერესის დაკარგვა, მათ შორის სწავლისადმი, მოჭარბებული უარყოფითი ემოციები და ა.შ..

ბავშვისადმი დროული დახმარება საშუალებას მისცემს მას გაუმკლავდეს სტრესულ მდგომარეობას და დაუბრუნდეს ნორმალურ ვითარებას. ამ მიმართებით განსაკუთრებულია მასწავლებლის როლი, რათა ბავშვმა დასაყრდენი იპოვოს მასში და შესძლოს სტრესული მდგომარეობიდან გამოსვლა. დაკვირვებამ გვიჩვენა, რომ შედეგიანია შემდეგი სავარჯიშოები: სტრესში მყოფი ადამიანის საუბრით ნუგეში, ოჯახში მშობლის დაბრუნება, ახლობელდაკარგული ადამიანისადმი დახმარება.

- ბავშვისათვის აუცილებელია ისეთი პირობების შექმნა, სადაც მას საშუალება ექნება გამოხატოს თავისი ემოციები, რაც დაეხმარება მოსალოდნელი სირთულეების თავიდან აცილებაში, ხელს შეუწყობს ემოციების სწორად გამოხატვის, შეფასების უნარების განვითარებას.

ეფექტურია ისეთი სავარჯიშოები, როგორცაა დავხატოთ ემოცია, ემოციური მდგომარეობის გამოხატვა, სად, ყველაზე მეტად რომელი ორგანოთი ვგრძნობთ ემოციებს?, რაც გამახსენდა..., ემოციების დაფიქსირება, ემოციების გამიჯვნა, მძაფრსიუჟეტის თამაში ყოველთვის მისაღებია?, რამ მიიყვანა ბიჭი მძიმე მდგომარეობამდე?.

- სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებაში მნიშვნელოვანია მშობელთა როლი. ამ მიმართებით კლასის დამრიგებელს შეუძლია გამოიყენოს სასკოლო ცხოვრებაში მშობელთა ჩართულობის პროგრამის ერთ-ერთი მიმართულება მშობელთა პედაგოგიზაცია.

ეფექტური გამოდგა საქმიანი შეხვედრების აქტივობები: ემპათია - თანაგანცდა, პატიოსნება და სამართლიანობა, სხვა ადამიანების პატივისცემა, თვითდისციპლინა, თვითპატივისცემა, მსჯელობა.

ლიტერატურის დასახელება:

- აბაშიძე 2019 - რ. აბაშიძე განვითარებისა და სწავლების თეორიები პრაქტიკაში;
- ამონაშვილი 1988 - შ. ამონაშვილი თანამშრომლობის პედაგოგიკა;
- ბარამიძე 1988 - ნ. ბარამიძე ნებისყოფა, მოთხოვნილება, სწავლა;
- გობრონიძე 2000 - ა. გობრონიძე პედაგოგიკა;
- განვითარების 2018 – განვითარებისა და სწავლების თეორიები;
- გოლემანი 2018 - დ. გოლემანი ემოციური ინტელექტი;
- დუშუაშვილი 2016 - თ. დუშუაშვილი ემოციური ინტელექტი;
- ეროვნული 2018 - ეროვნული სასწავლო გეგმა;
- თანამედროვე - თანამედროვე მასწავლებლის 80 მახასიათებელი;
- ინანიშვილი 2003 - რ. ინანიშვილი ორტომეული;
- ინტერნეტ რესურსი 2020 - სოციალური ინტელექტი;
- ინტერნეტ რესურსი 2020 - ემოციური ინტელექტი;
- იმედაძე 1964 - ნ. იმედაძე სკოლამდელი ასაკის ბავშვის ემოციური განვითარება;
- კვალიფიკაციათა 2019 - კვალიფიკაციათა ეროვნული ჩარჩო;
- კონფერენციის 2016, 2017 - წმინდა ტბელ აბუსერისძის უნივერსიტეტის მასწავლებელთა კონფერენციის მასალები;
- მასწავლებლის 2014 - მასწავლებლის პროფესიული სტანდარტი;
- მასწავლებლის 2013 - მასწავლებლის წიგნი;
- მეგრელაძე 2003 - ც. მეგრელაძე მძიმე მდგომარეობაში ჩავარდნილი ბავშვებისადმი დახმარება;
- საქართველოს 2012 - საქართველოს კათოლიკოს-პატრიარქი ილია II ეპისტოლენი, სიტყვები, ქადაგებანი;
- სოციალური 2006 - სოციალური ინტელექტი: ახალი მეცნიერება ადამიანთა ურთიერთობების შესახებ;
- უზნაძე 2005 - დ. უზნაძე ბავშვის ფსიქოლოგია;
- უზნაძე 1967 - დ. უზნაძე, შრომები;

- ყოლბაია 1998 - მ. ყოლბაია ბავშვის ფსიქოლოგია;
- წმინდა გაბრიელ ეპისკოპოსი „ქადაგებანი“ 1999;
- ხალვაში 2020 - ხ. ხალვაში ციფრული ინსტრუმენტები სწავლების ხარისხის ამაღლებისთვის;
- ხიზანიშვილი 2021 - მ. ხიზანიშვილი ემოციური ინტელექტი.