**30.04.2020**

**ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ КОНФЛІКТІВ.**

**ТИПИ ПОВЕДІНКИ У КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ.**

****

**Це цікаво знати!**

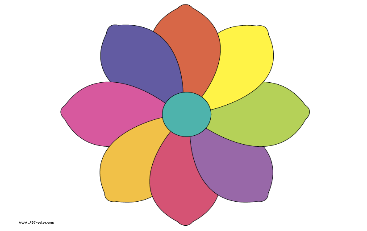
**Конфлікт** - зіткнення або боротьба, ворожі стосунки. Конфлікт - ситуація, в якій кожна зі сторін намагається зайняти позицію несумісну з інтересами іншої сторони.

**Способи вирішення конфліктів.**

Вчені К. Томас і Р. Кілмен визначили основні найбільш прийнятні стратегії поведінки в конфлікті. Вони вказують, що існує 5 основних стилів поведінки в конфлікті: пристосування, компроміс, уникання, суперництво, співпраця.

* **Пристосування** – людина нехтує своїми інтересами,щоб задовольнити інтереси іншого.
* **Співпраця** – процес, який складається з послідовних взаємодій, коли людина прагне брати активну участь у розв'язанні конфлікту й захищати свої інтереси , але ще й бажає співпрацювати з іншими учасниками конфлікту. Це спільна спроба знайти таке рішення, яке цілком задовольняло б вимоги обох сторін.
* **Уникання** – людина намагається не займатися конфліктом. Уникання може бути фізичною або психічною, дипломатичне ухиляння. Шляхом уникання можна відкласти справу на кращий час.
* **Компроміс** – це часткове задоволення обох сторін.
* **Суперництво** – людина намагається задовольнити свої інтереси за рахунок іншого. Вона використовує здібності аргументувати свої суспільні контакти, економічні санкції. Суперництво може означати «стати на захист своїх прав», якщо людина переконана, що вона права.

**\*\*\* \*\*\* \*\*\***

**Дізнайся більше про себе!**

**Як би я поводився в конфліктній ситуації?**

Для кожного конфлікту в наведеному нижче переліку вкажи, що ти найімовірніше зробив би. Відміть судження, яке найточніше відображає твої можливі дії. У деяких випадках ти, можливо, не обрав би жодного варіанту, але, будь ласка, надай якомусь із них перевагу.

1. Ти й однокласник хочете працювати на одному й тому ж комп’ютері:

а) я перестав би хотіти працювати й не вірив однокласнику як другу;

б) я намагався б примусити його поступитися й дозволити мені працювати на комп’ютері першому.

**2.** Ти й однокласник хочете читати одну й ту ж книгу з бібліотеки одночасно:

а) я перестав би претендувати на неї й розчарувався в однокласникові як в другові;

б) я вислухав би уважно, навіщо йому потрібна ця книжка. І якби його аргументи були переконливіші, ніж мої, я дозволив би йому читати її, бо хороший друг – це дуже важливо.

**3.** Ти й однокласник хочете одночасно скористуватися підстругачкою для олівців:

а) Я б дозволив своєму однокласникові загострювати першому, аби не сваритися;

б) Я б запропонував вирішити цю проблему так: один загострює два олівці.

**4.** Ти й однокласник хочете одночасно стати першим в черзі в їдальні:

а) Я б дозволив однокласникові стати першим й розчарувався б у ньому як у другові;

б) Старався б досягти компромісу й запропонував би стати першому у черзі в певні дні.

**5.** Ти й однокласниця хочете в один і той самий час сісти на одне місце за вашим улюбленим столом у бібліотеці:

а) Я намагався примусити однокласницю дозволити мені сісти на це місце, незважаючи на її невдоволення;

б) Я уважно вислухав би, чому моя однокласниця хоче там сидіти, і якби її аргументи були переконливіші за мої, я б поступився, бо хороші відносини – це важливо.

**6.** Ти й однокласник працюєте над класним проектом. Ви обидва хочете малювати ілюстрацію до нього, й ніхто не хоче писати текст:

а) Я намагався б примусити однокласника дозволити мені малювати ілюстрацію й не зважав би на його невдоволення.

б) Я б шукав компроміс і згодився на те, щоб кожен із нас малював половину малюнків і писав половину тексту.

**7.** Ти й однокласник граєте м’ячем. Ніхто з вас не хоче навести порядок на спортивному майданчику:

а) Я намагався б примусити однокласника це зробити і не зважав би на його невдоволення ;

б) Я запропонував би працювати разом .

**8.** Ти й однокласник знімаєте відеофільм. Обидва хочете знімати відеокамерою, але ніхто не хоче писати сценарій;

а) Я уважно вислухав би, чому мій однокласник хоче знімати фільм, і якби він мене переконав, я б дозволив йому, бо добрий друг – це важливо ;

б) Я шукав би компроміс з однокласником, щоб кожен з нас половину часу писав би сценарій.

**9.** Ти розповів однокласниці секрет, а вона розкрила його для кількох сторонніх людей:

а) Я уважно вислухав би, чому вона так зробила, й постарався зрозуміти її, тому що друг – це важливо;

в) Я запитав би мою однокласницю, що трапилось, й ми домовились би про зберігання секретів в майбутньому.

**10.** Ти й однокласниця вважаєте, що виконували більшу частину роботи у спільному звіті:

а) Я дійшов би компромісу і погодився із тим, що кожен із нас виконував половину роботи;

б) Я намагався б розв’язати цю проблему, переглядаючи кожну сторінку написаного, й вирішив би, який внесок кожного у цей звіт.

**Нарахування балів:**

Обведи кружечком ті літери, які ти обрав в кожному пункті. Потім полічи кількість обведених літер у кожній вертикальній колонці.

Чим більша сума балів з певної стратегії розв’язування конфліктів, тим частіше ти схильний її застосовувати. Чим менша сума, тим рідше ти цією стратегією користуєшся.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ухиляння | Примус | Згладжування | Компроміс | Переговори |
| 1 | а | б |  |  |  |
| 2 | а |  | б |  |  |
| 3 | а |  |  | б |  |
| 4 | а |  |  |  | Б |
| 5 |  | а | б |  |  |
| 6 |  | а |  | б |  |
| 7 |  | а |  |  | Б |
| 8 |  |  | а | б |  |
| 9 |  |  | а |  | Б |
| 10 |  |  |  | а | Б |

Важливість мети й стосунків впливають на наші дії під час конфлікту. Враховуючи ці умови можна визначити 5 способів розв’язання конфліктів.

1. **«Черепаха» (ухиляння)**. «Черепахи» втікають і ховаються у свій панцир, щоб уникнути конфлікту. Вони відмовляються від своїх цілей і тримаються осторонь як від суперечливих питань через які виникає конфлікт, так і від людей, причетних до суперечки. Вони вважають,що вирішувати конфлікт – річ безнадійна. Їм легше втекти (фізично чи психологічно) від конфлікту, ніж побачитися з ним.
2. **«Акула» (примус)**. «Акули» намагаються переконати опонентів, силоміць примушуючи їх розв’язувати конфлікт. Для «акул» найголовніше власні цілі, а стосунки з людиною мають для них другорядне значення. Вони будь-якою ціною готові добитися свого. Їх мало хвилює те, чи вони комусь подобаються. «Акули» переконані, що конфлікти вирішуються тоді, коли хтось перемагає. Вони намагаються здобути перемогу, шокуючи суперників, нападаючи раптово, а також залякуючи чи погрожуючи їм із позицій сили.
3. **«Плюшевий ведмедик» (згладжування**). Для «ведмедиків» найголовніше – хороші стосунки, а власні цілі не мають для них великого значення. Вони прагнуть усім подобатися, щоб усі їх любили і цінували. Вони вважають, що конфлікти не можна обговорювати без шкоди для стосунків. «Ведмедики» бояться завдати болю, образити, зіпсувати стосунки під час конфлікту. Їх правило: «Я готовий пожертвувати власними цілями, роби все , що хочеш, аби тільки я тобі подобався».
4. **«Лисиця» (компроміс**). «Лисиці» невибагливі як у своїх цілях, так і в стосунках з людьми. «Лисиці» шукають компромісу. Вони жертвують частиною своїх домагань під час конфлікту й переконують іншого поступитися якоюсь частиною своїх цілей. Вони шукають такого рішення, щоб обидві сторони отримали «золоту середину». Вони готові пожертвувати заради досягнення згоди для спільного добра як частиною своїх домагань, так і стосунками.
5. **«Сова» (переговори).** «Сови» дуже високо цінують власні цілі та стосунки. Вони розглядають конфлікт як проблему, яку треба розв’язувати, й шукають таке рішення, яке б задовольнило і їх власні цілі, й цілі іншої сторони. «Сови» сприймають конфлікти як засіб поліпшення стосунків шляхом послаблення напруження між двома людьми. «Сови» не заспокояться доти, доки не буде знайдено рішення, яке б задовольнило і їх самих, і іншого.

**    **

**Короткий курс доброзичливих стосунків.**

Шість важливих слів: «Я визнаю, що припустився цієї помилки».

П’ять важливих слів : «Ти зробив це просто чудово».

Чотири важливих слова : «А як ти вважаєш ?»

Три важливих слова : « Порадьте, будь ласка».

Два важливих слова : «Щиро дякую».

Найважливіше слово : «Ми».

**ПРИСЛУХАЙСЯ ДО ПОРАД МУДРИХ ЛЮДЕЙ**

* Конфлікт — це побоювання хоча б однієї сторони, що її інтереси порушує, притискає, ігнорує інша сторона.

Уільям Лінкольн

* Від любові до ненависті один крок, від ненависті до любові кілометри кроків*.*

Сенека

Веди себе етично, шанобливо. Ти повинен розуміти, що грубість і нестриманість можуть їх образити.

**Пам'ятай!**

* Порозуміння можна знайти лише з тим, хто хоче порозумітися.
* Для того, щоб батьки сприймали тебе «серйозно, по-дорослому», саме так і треба себе поводитися

ДЛЯ НОТАТОК

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**07.05.2020**

**БАТЬКИ ТА ДІТИ: ШЛЯХИ ПОРОЗУМІННЯ.**

**Це цікаво знати!**

Іноді виникає ситуація, коли люблячі люди, діти і батьки, не можуть знайти порозуміння, кривдять і ображають один одного. Для того щоб налагодити спілкування, необхідно навчитися розуміти і чути, довіряти і обговорювати проблеми.

**Як знайти взаєморозуміння з батьками.**

Ти повинен усвідомити, що висміювати погляди на життя дорослих людей не можна, навіть якщо вони протилежні твоїм. Не висловлюй незадоволення з приводу зауважень і навіть моралей. Постарайся спокійно сприймати критику.

Навчись слухати, а головне, чути дорослих людей. Для цього потрібно спробувати поставити себе на їхнє місце. Чи стане приємно, коли діти, яких любите, в яких вкладено стільки сил, уваги і турботи, раптом почали грубити і намагатися показати себе більш розумними, прагматичними, ніж батьки.

Постарайся домовитися під час конфліктної ситуації: не тримай образ в собі. Ти можеш абсолютно відкрито, але без претензій і моралей розповісти про те, з чим не згодний. Попроси дорослих побачити в тобі вже сформовану особистість. Розкажи про те, що хочеш робити вибір і робити помилки, хоча думка батьків також цінна.

Будь терплячим і доведи не на словах, а на ділі самостійність. Намагайся не робити необдуманих вчинків. Поступово дорослі переконаються, що ти вчиниш в будь-якій ситуації адекватно і розумно, не наробиш дурниць.

Не вставай в оборонну позицію, якщо батьки не поділяють твій вибір. Краще намагайся їх переконати в правоті за допомогою аргументів. Налагодь з ними партнерські, довірчі відносини.

Обов'язково прислухайся до порад, адже дорослі мудріші, за їхніми плечима великий життєвий досвід. Крім того, поганого точно не порадять, адже твоє щастя, благополуччя, успішність - те, заради чого вони живуть.

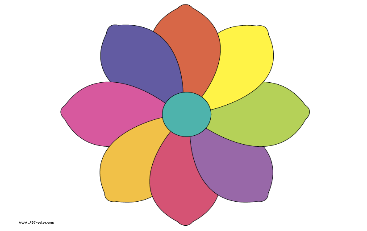
Як розповісти батькам про свою проблему, якщо ви соромитеся їм про неї розповісти чи боїтеся їх негативної реакції:

- сплануйте наперед, що ви збираєтеся розповісти.

- скажіть прямо, що ви повинні розповісти їм щось важливе. Це необхідно для того, щоб бути впевненим, що батьки приділили вам повне увагу, а не упустили важливу частину вашої розповіді.

- виберіть час, коли ваші батьки менш зайняті.

- запишіть. Деяким буде простіше викласти свою проблему на папері і дати потім прочитати батькам.

****

**Дізнайся більше про себе!**

**«Моє життя в родині»**

Обери найбільш прийнятні для себе варіанти відповідей і проаналізуй результати.

* + 1. **Що б ти хотів отримати від родини, у якій живеш?**

а) доброї організації побуту;

б) радощів від спілкування;

в) спокою, захищеності.

* + 1. **Чи самотній ти в родині?**

а) Так;

б) ні;

в) не знаю.

* + 1. **Чи бажаєш ти, щоб твоя майбутня родина була схожою на твою нинішню?**

а) Так;

б) ні;

в) не знаю.

1. **Як ти вважаєш, що найбільше хвилює твоїх батьків у родинному житті?**

а) Здоров’я дітей;

б) навчання дітей;

в) трудова участь дітей ужитті родини.

1. **Яка з наведених нижче життєвих настанов є для тебе найбільш вагомою?**

а) Бути матеріально забезпеченим;

б) зустріти кохання;

в) мати багато друзів;

г) реалізувати власні інтелектуальні можливості.

1. **Чи є в тебе таємниці від родини?**

а) Так;

б) ні.

1. **Чим для тебе є вечір, проведений вдома?**

а) Радість спілкування;

б) нагода бути самим собою;

в) мука, нудьгування.

1. **Чи знайомий ти з моральними та матеріальними проблемами, що існують у твоїй родині?**

а) Так;

б) ні.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

ДЛЯ НОТАТОК

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**14.05.2020**

**ФЕНОМЕН ДЖМЕЛЯ.**

**ДАВАЙТЕ ЗРОБИМО ВІДКРИТТЯ!**

**Це цікаво знати!**

За всіма законами аеродинаміки, джміль не може літати з таким співвідношенням розміру, ваги, форм тіла, розмаху крил, як у нього. Але він літає!

По-перше, тому, що він не знає законів аеродинаміки й живе без обмежень, які ці закони встановлюють. По-друге, мабуть, він має психологію переможця, яка й гарантує успіх.

Наведи ще приклади дії «феномена джмеля» в нашому житті.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Проаналізуй, що може бути підйомною силою для злету талановитих людей усупереч обставинам.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

**Пам’ятай!**

Кожна особистість наділена надзвичайно багатим творчим потенціалом, який у житті часто залишається нереалізованим через різноманітні обставини і чинники. Ти повинен розвивати в собі навички, завдяки яким зможеш самостійно керувати своєю пізнавальною активністю, самостійно мислити, приймати неординарні рішення, свідомо вибирати свою життєву позицію, генерувати оригінальні ідеї.

**21.05.2020**

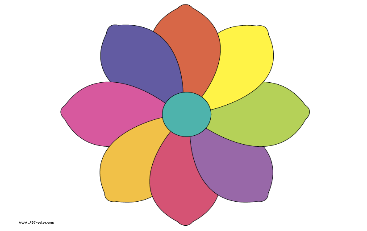
**ЗНАЧЕННЯ ПРОЦЕСУ СПІЛКУВАННЯ У ЖИТТІ ЛЮДИНИ.**

**ПРАВИЛА СПІЛКУВАННЯ АБО ЧОМУ НАС ЧАСТО НЕ РОЗУМІЮТЬ.**

**Це цікаво знати!**

Кожна людина зацікавлена в тому, щоб уміти правильно й гарно говорити, оскільки це дає можливість встановлювати й підтримувати добрі стосунки з людьми в різних колективах: у сім’ї, в школі, в громадських місцях.

Широко відомі слова Антуана де Сент-Екзюпері: «Єдина справжня розкіш – це розкіш людського спілкування». Але для декого ця розкіш перетворюється на муку (якщо людина надто сором’язлива і невпевнена в собі). Зустрічаються і “генії” у спілкуванні – люди, які в тій чи іншій ситуації інтуїтивно знаходять правильні прийоми контакту.

****

**Дізнайся більше про себе!**

А ти вмієш спілкуватися?

Дай відповіді на запитання анкети і проаналізуй результати.

1. Чи легко ти спілкуєшся з людьми?
2. Чи виникали у тебе конфлікти з товаришами через те, що:

а) вразили твоє самолюбство;

б) ти не врахував думку товариша;

в) друг не прислухався до твоїх побажань.

**3.** Чи виникали у тебе конфлікти з батьками через те, що:

а) батьки тебе не розуміють;

б) ти не прислухався до поради батьків і вчинив по-своєму.

**4.** Чи бували випадки, коли ти був ініціатором конфлікту?

**5.** Чи схильний ти з метою уникнення конфлікту погоджуватися з думкою товариша?

**6.** Чи береш ти вдома участь у вирішенні сімейних питань?

**7.** Чи враховують твою думку батьки?

**8.** Як ти ставишся до вад товаришів?

а) не помічаєш;

б) ввічливо робиш зауваження;

в) дратуєшся.

**9.** Чи були в тебе конфлікти з товаришами через особливості твого характеру?

**10.** Чи виникає в тебе час від часу бажання побути на самоті?  
Якщо так, то з яких причин?

а) через поганий настрій;

б) щоб зосередитися, вирішити якесь важливе завдання;

в) щоб відпочити в тиші;

г) самотність — риса твого характеру.

**11.** Чи потрапляв ти в незвичайну ситуацію?

**12.** Чи відчував ти невпевненість у цих ситуаціях?

**13.** 3 ким ти більш відвертий та щирий?

а) з товаришами;

б) з батьками;

в) ні з ким.

14. Чи схильний ти вибачати образу?

**15.** Чи аналізуєш ти свої вчинки?

**16.** Чи вмієш стримувати особисті почуття й емоції?

**17.** Чи вважаєш себе обережною і передбачливою людиною?

**18.** Чи вважаєш себе спокійною й урівноваженою людиною?

Аналіз результатів:

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

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

**Запам'ятай!**

Життя кожної людини від самого її народження проходить серед людей. Лише у спілкуванні з собі подібними вона пізнає найвищі цінності людського життя – дружбу і любов. Приналежність до різних людських об’єднань і груп, починаючи від сім’ї і закінчуючи людством, визначаються особливістю її характеру, способом життя, світосприйняття. Тому, знати, як треба формувати свої відносини з іншими людьми є необхідною передумовою нашого самовизначення і щасливого життя.

**Перевір на практиці!**

**ПРАВИЛА СПІЛКУВАННЯ.**

* Будь завжди ввічливим, привітним, доброзичливим.
* Намагайся, щоб спілкування з тобою для людей було корисним і приємним.
* Умій слухати інших і ніколи не перебивай.
* Не бійся розпочати розмову з незнайомими людьми , але не будь нав'язливим.
* Пам'ятай: неввічливо багато говорити про себе, перебивати співрозмовника.
* Говори те, що може бути цікавим співрозмовнику. Враховуй його вік, характер, інтереси.
* Не розмовляй без потреби голосно, не вживай грубих слів .
* Не задавай людям шкоди словом.
* Вчись відчувати настрій співрозмовника, його ставлення до твоїх слів, не виявляй свого поганого настрою.
* У спілкуванні використовуй звертання і ввічливі слова.

ДЛЯ НОТАТОК

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**28.05.2020**

**ЧОГО МИ НАВЧИЛИСЯ НА УРОКАХ ПСИХОЛОГІЇ.**

Опиши, будь ласка, свої враження та почуття, які виникали, коли ти працював із щоденником розвитку особистості. Чому ти навчився?

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

**Прочитай і поміркуй!**

**УРОК МЕТЕЛИКА**

Один раз у коконі з'явилася маленька щілина. Людина, яка випадково проходила повз, досить довгий час стояла і спостерігала, як через цю маленьку щілину намагається вилетіти метелик. Пройшло багато часу, метелик начебто покинув свої зусилля, а щілина залишалася усе такою ж маленькою. Здавалося, метелик зробив усе що міг, і що сил у нього більше не залишилося.

Тоді людина вирішила допомогти метелику, і взявши ножа розрізала кокон. Метелик у той же час вийшов з нього, але його тільце було слабке та немічне, а крила були прозорими й ледь рухалися.

Людина продовжувала спостерігати, очікуючи, що ось-ось крила метелика розправляться й зміцніють, і він полетить. Але цього не сталося!

Решту життя метелик волочив по землі своє слабке тільце, свої нерозправлені крила. Він так і не зміг літати.

А все через те, що людина, бажаючи йому допомогти, не розуміла того, що зусилля, які необхідно докласти, щоб вийти через вузьку щілину кокона, необхідні метеликові, щоб рідина з тіла перейшла в крила й щоб він зміг літати. Життя змушувало метелика із зусиллями залишати оболонку, щоб надалі він міг рости й розвиватися.

Іноді саме зусилля необхідне нам у житті. Якби нам дозволено було б жити, не зустрічаючись із труднощами, ми були б обділені. Ми не змогли б бути такими сильними, якими є зараз. Ми ніколи не змогли б літати.

**    **

**Пам'ятай!**

У будь-якому випадку ти завжди зможеш знайти підтримку і порадитись з психологом школи Решівською Тетяною Григорівною – тут для тебе завжди відкриті двері і серце, щоб вислухати, допомогти та підтримати!



**Щастя тобі, успіху і перемог!**