

ЕТИКА

5



Іртищева О. А., Кравчук В. М.,
Паршин І. Л., Васильків І. Д., Кучма Л. Є.

Етика

Підручник для 5 класу
закладів загальної середньої освіти

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України

Видавництво Астон

УДК 17(075.3)

I-41

**Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
(наказ Міністерства освіти і науки України від 08.02.2022 № 140)**

У підручнику подано навчальний матеріал за
навчальною програмою «Етика. 5-6 класи»
(автори Ашортін Є. Д., Бакка Т. В., Желіба О. В.,
Козіна Л. Є., Мелешенко Т. В., Щупак І. Я.).

Наукове редагування Віталія Докаша, доктора філософських наук.

**I-41 Етика : підручник для 5-го класу закладів загальної
середньої освіти / О. А. Іртищева, В. М. Кравчук, І. Л. Пар-
шин, І. Д. Васильків, Л. Є. Кучма. — Тернопіль : Астон,
2022. — 112 с.**

Змістове наповнення підручника враховує вікові особливос-
ті учнів / учениць та спрямоване на розвиток і нормування їхніх
життєвих навичок, сприятливих для здоров'я, безпеки і
гармонійного розвитку. Викладений навчальний матеріал
сприятиме досягненню очікуваних результатів навчання,
передбачених модельною програмою та формуватиме навички
моральної поведінки.

УДК 17(075.3)

ЗМІСТ

§ 1. Вступ.....	5
РОЗДІЛ 1. МОРАЛЬНІ НОРМИ	9
§ 2. Я і правила.....	10
§ 3. Вчинок	15
§ 4. Повага	26
РОЗДІЛ 2. ЛЮДСЬКІ ЧЕСНОТИ	32
§ 5. Роль чеснот у житті людини	33
§ 6. Відповідальність і самоконтроль	39
§ 7. Узагальнення розділів «Моральні норми» та «Людські чесноти»	44
РОЗДІЛ 3. ЛЮДИНА СЕРЕД ЛЮДЕЙ.....	48
§ 8. Довіра	49
§ 9. Колектив	54
§ 10. Толерантність	60
§ 11. Конфлікт	69
РОЗДІЛ 4. КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ	76
§ 12. Види та моральні норми спілкування	77
§ 13. Вербальне спілкування	83
§ 14. Невербальне спілкування. Самовираження	89
§ 15. Дистанційне спілкування	98
§ 16. Узагальнення розділів «Людина серед людей» та «Культура спілкування»	107
Список використаних джерел та літератури	111

Любі друзі і подруги!

Запрошуємо вас у чарівну мандрівку сторінками підручника «Етика». Цей предмет поки що є для вас новим та інтригуючим. **Етика** — це наука про мораль, норми поведінки та звичаї, тож на заняттях ви дізнаєтесь про те, як зробити наше повсякденне життя кращим та приємнішим, зануритесь у пізнання світу, в якому панують добро, милосердя, справедливість, чесність. Разом із друзями вирішуватимете цікаві творчі завдання, співпрацюватимете в парах, групах, навчитесь пояснювати і захищати свої ідеї та думки, оцінювати самого / саму себе та інших, розрізняти, що таке добро і зло.

Тож вперед!!!

Навчальний матеріал підручника поділений на розділи та параграфи. Рухатися цікавими маршрутами параграфа вам допоможуть такі рубрики:

Це корисно!



Тут ви прочитаєте цікаві притчі, розповіді, оповідання.

Це знадобиться!



Тут ви знайдете корисні поради для себе та своєї родини, а також те, на що потрібно звернути увагу.

Це цікаво!



Тут зустрінете додаткову інформацію, яка допоможе краще зрозуміти тему.

Так було!

Це ви зможете!



Тут дізнаєтесь про факти й події, які відбулися в минулому.

Ця рубрика дасть можливість попрацювати практично та творчо, продемонструвати, що ви вже вмієте та знаєте.

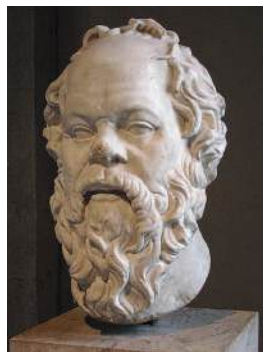
§ 1. Вступ

1. Що таке етика? Звідки вона походить?

Етика — це наука, яка вивчає мораль та правила поведінки в суспільстві. Складне визначення? Насправді, ні. З усіма цими поняттями ми стикаємося щоденно, навіть не усвідомлюючи цього.

Усі ми — частина суспільства, і в ньому треба вміти поводитися. Над цією проблемою люди почали задумуватися не вчора і навіть не позавчора, а, як вважають, майже 2500 років назад. Саме тоді в далекій Греції жив видатний мудрець Сократ, якому боліла людська несправедливість. Бажаючи покласти край цьому ганебному явищу, він запропонував протиставити їй мораль. **Мораль** — це стійкі норми та уявлення, які регулюють відносини між людьми.

Звичайно, що це сучасне визначення, і в часи Сократа світ та життя в ньому розуміли дещо інакше. Однак сутність цього явища давньогрецький філософ описав добре. Зазвичай, мораль не має сили закону, але спирається на дещо більше — на наші внутрішні духовні орієнтири і громадську думку. Саме вони встановлюють правила поведінки (або, як кажуть, норми поведінки). Причому — як вдома, так і у школі, транспорті, супермаркеті, театрі та всьому-всьому довколишньому «всесвіті» людей. Якщо бажаємо мирно жити з іншими, то цим нормам варто слідувати. У цьому і полягає практична користь від вивчення етики.



*Грецький мудрець Сократ.
Частина мармурової
статуї, якій близько
2000 років*



Мораль — складний вибір

Тож, друзі, розпочинаємо новий шкільний курс, який буде для вас не тільки пізнавальним, але і вельми корисним. Разом ми:

- дізнаємося, як відрізнити добро від зла, що таке чесноти, етикет, відповідальність, людяність, гуманність і не тільки;
- розглянемо особливості спілкування, способи протидії конфліктам тощо;
- з'ясуємо, як потрібно поводитися в різних життєвих ситуаціях;
- познайомимося з етичними звичаями та уявленнями українців / українок та представників / представниць інших народів.

2. Моральні цінності та людські чесноти

Моральні цінності — це моральні риси, взірці, вимоги та поняття, завдяки яким людина оцінює життя та орієнтується в ньому.

До моральних цінностей належать, наприклад:

- | | | |
|------------------|----------------|-------------------|
| • мудрість; | • правдивість; | • гідність; |
| • мужність; | • щирість; | • справедливість. |
| • толерантність; | • вірність; | |



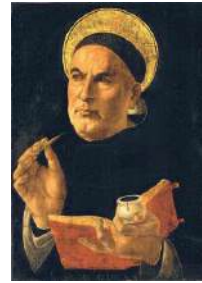
*Портрет
Нікколо
Макіавеллі*

Запропонований перелік можна доповнювати та розширювати. Але — можна і скорочувати. Далеко не кожен / кожна сьогодні поводить себе морально. Відомо-му італійському державному діячу Нікколо Макіавеллі, який жив 500 років тому, приписують слова: «Мета виправдовує засоби». І хоча він аж так ствердно не писав, багато хто послуговується цією ідеєю і робить у житті, що хоче. Утім — забувши про мораль. Однак, наші

мудрі пращури казали: «Хто людям добра бажає, той і собі

має!». Тож пам'ятайте, що і за добро, і за зло рано чи пізно нас очікує відповідна плата. Краще, щоби вона була за добро!

Протистояти аморальності (а саме так називають «неморальні» вчинки) нам допомагають чесноти. **Чесноти** — це позитивні, морально добрі риси людини. Шанований християнський теолог Тома Аквінський навчав, що чесноти належать людській душі, вони є основою душевної сили (наприклад розуму або волі). Тому, скажімо, міцне здоров'я складно назвати чеснотою, а от поміркованість, щедрість, старанність, розсудливість тощо цілком вкладаються в таке визначення. Саме внутрішні чесноти «стоять на сторожі» моральних цінностей і дають змогу протистояти спокусам.



*Теолог
Тома Аквінський*



Це знадобиться!

Питання етики обговорюють навіть в ООН (Організації Об'єднаних Націй — всесвітній міжнародній організації, куди входять представники всіх країн). Там вважають, що хибно думати, начебто: «...поведінку визначає намір: погані вчинки керуються поганими намірами, а хороші вчинки — добрими намірами. Однак такий міф не враховує сили контексту. Погані вчинки можна здійснити з хорошими намірами; таке явище відоме як «етична сліпота»».

3. Етика й етикет

Етика та етикет звучать подібно, але, насправді, ці слова мають різні значення та походження. Якщо етика, як ми встановили, «походить» із Греції і є окремою наукою, то **етикет** — це історично встановлені та узгоджені правила та норми поведінки у суспільстві. Етикет «з'явився» у Франції приблизно 300–400 років тому. Тоді в цій країні правила королі. При їхніх дворах повинен був панувати порядок, тому всі придворні отримували спеціальні картки. В цих картках записувалися

їхні обов'язки та правила поведінки. Пізніше заможним та впливовим придворним почали наслідувати їхні менш успішні колеги, а потім — і прості люди.

Сьогодні правила етикету охоплюють чималу частину нашого життя. Вони встановлюють, як треба діяти в певних обставинах. Хоча «коримося» ми їм з доброї волі, при їх порушенні враження про нас значно «зіпсується». Наприклад, до оселі кримських татар не прийнято приходити із порожніми руками. «У гості не приходять, розмахуючи руками», — кажуть у Криму. Тож, етикет має велике значення, його правила досі чинні.



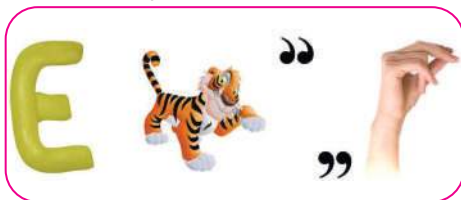
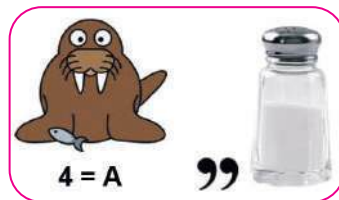
У придворному житті панував етикет

Мислимо практично

1. Що вивчає наука етика?
2. Наведіть приклади моральних цінностей.
3. У чому різниця між етикою та етикетом?

Мислимо творчо

1. Розгадайте ребуси та складіть по одному реченню зі словами, що утворилися.



2. Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть». Уявіть світ, у якому люди забули що таке моральні цінності. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?

Мислимо глобально

За допомогою рідних складіть правила етикету вашої родини.

РОЗДІЛ 1

МОРАЛЬНІ НОРМИ



Вивчаючи розділ, ви:

□ *отримаєте* уявлення про моральні та етичні цінності, добро і зло, людські чесноти, людську індивідуальність та поняття власного «Я»;

□ *навчитися* з повагою ставитися до морально-культурних надбань суспільства, обґрунтовувати наслідки власного вибору та моделей поведінки, виконувати різні ролі в груповій роботі.

□ *дізнаєтеся*, що таке «етика» та «золоте правило» моральності», хто і для чого встановлює правила, якими є мотиви і наслідки вчинку, про важливість життєвої самоідентифікації, про моральні норми та патріотизм;

§ 2. Я і правила

1. Індивідуальність людини. Власне «Я»

Як ви вже зрозуміли, всі ми живемо в суспільстві, але маємо притаманну лише нам **індивідуальність**. Цим поняттям окреслюють сукупність особливостей людини, які вирізняють її від інших. Зазвичай, ці якості виявляються в характері людини, її інтересах та бажаннях, усіх характеристиках, які відрізняють одну людину від іншої. Справді, когось виокремлюють темне волосся і високий зріст, когось — захоплення рокмузикою чи вміння вправно грати у волейбол, інших — старанність у математиці, але не надто успішні оцінки в малюванні. Отож, ми разом, але ми індивідуальні, і це цілком природно. Неповторність кожної людини дає можливість знайти себе та реалізувати.



Усі ми — частина суспільства, але поодиноці ми індивідуальні

Наша індивідуальна свідомість виявляється у власному «Я». Саме з великої літери! Це — рухлива система уявлень про себе. З часом вона змінюється, на неї впливають не тільки враження оточуючих, але й наші самопочуття та думки. Розвиток нашого «Я» залежить тільки від нас самих. Якщо ми сприймаємо себе такими, якими ми є, то для початку це вже непогано. Долаючи негаразди, складні перипетії долі, але також насолоджуючись успіхами, ми гартуємо наш характер. Викликів не потрібно боятися. Кажуть, що в китайській мові ієрогліф, який позначає «кризу», такий самий, як і той, що позначає «можливість». Тож, справжні оптимісти не сварять



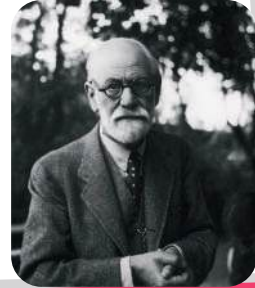
Важливо пам'ятати про своє «Я»

себе, навіть коли зазнають поразок. Натомість, вони шукають помилки та прорахунки, щоби не натрапити на неприємності вдруге.



Майже сто років назад австрійський лікар Зигмунд Фройд запропонував розрізняти «Я», «Воно» та «Над Я». У його системі «Я» — це наші розум, воля та характер. «Воно» — це наші несвідомі прагнення (інстинкти). «Над Я» — думка суспільства, правила співжиття, якими ми керуємося.

Це цікаво!



2. Хто і для чого встановлює правила?



За правилами, дорогу можна переходити лише на переході!

Правила — це норми громадського життя, які визначають дії окремих людей, товариств, колективів за певних умов та життєвих ситуацій. Ви ніколи не задумувалися над тим, чому, наприклад, ми ходимо по тротуару, а машини їздять по дорозі? Насправді, це (а також чимало інших «дрібниць», про

які знають навіть не всі дорослі) врегульовано у правилах дорожнього руху. Або чому ми пишемо ім'я та прізвище письменниці Ольги Кобилянської з великої літери? Аж от, наші імена також починаються з великої букви! Це — правила української мови (та загалом світових мов), які вказують, що на письмі наші імена та прізвища правильно позначаються саме так. До речі, «правильно» — це все те, що відповідає правилам.

Правила обмежують нашу індивідуальність, не дозволяють робити що заманеться. Правила поведінки дають змогу людині розібратися, що вона здатна робити за певних обставин і

що робити категорично не можна. Без їхнього належного дотримання неможливе існування миру в суспільстві, нормальне співіснування людей, дотримання громадського порядку тощо. Як це не дивно, але без деяких обмежень індивідуальної свободи не можна стати абсолютно вільними людьми.

Хто ж встановлює ці правила?

Є правила, які схвалюють державні органи. Наприклад, в Україні йдеться про Верховну Раду України, уряд, міністерства тощо. Багатьох правил дотримуються релігійні люди. Ці норми записані у священних книгах: Біблії для християн, Корані для мусульман, Торі для іудеїв. У них

ідеться про релігійні обряди та правила повсякденного життя для віруючих. Однак, існують такі норми, які постають відособлено — як результат дії та її сприйняття в суспільстві. Так постають моральні правила, які визначають уявлення про порядність та безчестя тощо.



*Будівля Верховної Ради
України в Києві.
Сучасне фото*



Це знадобиться!

Сьогодні навіть на міжнародному рівні розуміють хибність виправдання своїх негативних вчинків тим, що всі люди є різні, тому все, начебто, відносно. В порадах ООН визначено: «Однак більшість людей і суспільств визнає базовий моральний фундамент, на якому можна будувати все інше, навіть попри відмінності, породжені індивідуальним досвідом, минулим і безпосереднім контекстом».

3. Як правила стають звичаєм та законом?

Бувають такі правила, які зароджуються в людському житті самостійно. Вони не тільки виступають результатом умисної діяльності, а й неодноразово повторюються потім. Із таких повторюваних правил утворюються **звичайі** — сукупність пев-

них усталених норм поведінки. Звичай також складають основу моральних правил.

У житті нам найчастіше, напевно, доведеться мати справу із моральними правилами та законами. Мораль утворилась упродовж багаторічного розвитку суспільства. Від закону її вирізняє те, що межі її дотримання кожен визначатиме сам (якщо, звичайно, не боїться осуду). **Закон** — це правила, встановлені державним органом. У нашій державі закони ухвалює тільки Верховна Рада України. Зазвичай, за їхнє недотримання передбачена відповідальність. Причому чим важчим є порушення, тим більшим є покарання. Отже, звичай запроваджується суспільством, а закон — владою.



*Конституція України — це
Основний Закон
України*

Звичай, мораль і право мають тісний взаємозв'язок. Закони дуже часто ґрунтуються на моральних нормах. Наприклад, справедливість гарантується Конституцією України — основним Законом нашої країни. Її стаття 24 вказує: «Громадяни мають рівні конституційні права і свободи та є рівними перед законом.



Не може бути привілеїв чи обмежень за ознаками раси, кольору шкіри, політичних, релігійних та інших переконань, статі, етнічного та соціального походження, майнового стану, місця проживання, за мовними або іншими ознаками». Порушення цього, а також багатьох інших законів спричинятиме не тільки моральний осуд. Порушники нестимуть визначену юридичну відповідальність. Ступінь їхньої провини також визначатиме справедливий суд.



Це цікаво!

Чи чули ви колись вираз «звичаєве право»? Звичаєве право — це сукупність звичаїв, які внаслідок схвалення державою отримали статус закону. Колись давно, коли в Києві правив князь Ярослав Мудрий, була ухвалена «Руська правда». За цим збірником законів, дозволялася кровна помста, тілесні покарання тощо. Сини князя доповнили «Руську правду», замінивши кровну помсту штрафами («вірою»). Якщо зв'язок моральності та закону сьогодні є відчутним, то законодавство на основі звичаю нині не застосовується. Гуманність (людинолюбство) «скасувала» чимало середньовічних звичаїв.

Мислимо практично

1. У чому проявляється індивідуальність та неповторність кожної людини?
2. Що впливає на розвиток нашого «Я»?
3. Чому важливо дотримуватися правил?
4. Чим відрізняються моральні норми від законів?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Оптиміст».** Об'єднайтеся в групи. Обговоріть кілька негативних ситуацій, які трапились у вашому житті. Визначте, що потрібно зробити, щоб не потрапити на подібну неприємність вдруге.
2. **Вправа «Законотворці».** Об'єднайтеся в групи та складіть перелік правил роботи на уроці. Обговоріть у загальному колі, як запропоновані вами правила вплинуть на проведення уроків, поведінку тощо.
3. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ без правил. Опишіть, що ви бачите в цьому світі. Чи хотіли б ви жити в такому світі? Поясніть, чому.

Мислимо глобально

Що чекає на людину, яка порушила норми моралі та норми права?

§ 3. Вчинок

1. Добро і зло

Чи замислювалися ви, що таке добро і зло? В цілому, добром вважають щось хороше для людей, щось позитивне. Зло ж приносить страждання, негатив.



Добро



Зло

Люди вимірюють добро відчуттям задоволення, щастя, мірою корисності. Таким є буденне розуміння добра. Різні його вияви втілено у сталих мовних конструкціях, як-от: «жити (рости) в добрі», «бажаю усього доброго», «не до добра». Добро можна порівняти із сонцем: як за сонцем ми визначаємо пори року або дня, так із добром співвідносимо свої слова та вчинки.



Це цікаво!

Чи знаєте ви, що 13 листопада весь світ відзначає Всесвітній день доброти (World Kindness Day)?

Кажуть, що, за твердженнями психологів і лікарів, люди, які щодня роблять добрі справи, краще почуваються фізично, відчувають своє життя більш гармонійним, мають кращий імунітет, а значить — вони менше хворіють і довше живуть.

Протилежністю добра є зло, лихо. Краще розуміють, що таке добро, ті, хто відчув на собі зло. Згадаймо казку «Попелюшка». Зла мачуха повсякчас завантажує падчерку тяжкою виснажливою працею, що бідна дівчина не має перепочинку. Та ще й постійно лає, ображає, шкодує їй окрайця хліба. Разом з тим, рідних дочок вона леліє і пестить: сито годує, добре

одягає, цілком відсторонює від роботи. Що ж у результаті? Попелюшка виростає доброю, розумною, вправною, вмілою. По-терпаючи від зла, вона навчилася розуміти його потворність, а тому не сприймає зло, не пускає його в своє серце. Рідні ж дочки, яких мати зробила нездарками, виростають злими і заздрісними. Тому саме Попелюшка має вийти заміж за принца, адже вона уособлює переможну силу добра. А добро, як відомо, завжди перемагає зло.

Добро завжди пов'язується з любов'ю, милосердям, чуйністю, справедливістю, щирістю, а зло — з ненавистю, жорстокістю, підлістю, слабодухістю.



Притча «Два вовки»

Це корисно!

Колись давно старий дід повідав своєму онуку життєву істину.

— Розумієш, у кожній людині йде боротьба. Ця боротьба дуже схожа на бій двох вовків. Один вовк представляє зло: заздрість, ревності, жаль, егоїзм, жадібність, брехню... Інший вовк представляє добро: мир, дружбу, любов, надію, турботу, доброту, вірність, правду...

Онук, зворушений до глибини душі словами діда, надовго задумався. А потім спитав:

— Діду! А який вовк у кінці перемагає? Злий чи добрий?

Старий ледь помітно посміхнувся і відповів:

— Запам'ятай: завжди перемагає той вовк, якого ти годуєш.

Це ви зможете!

Виберіть із запропонованих понять ті, що пов'язані з категорією добра, і ті, що належать до категорії зла:

ввічливість, брехня, щедрість, порядність,
нахабство, впертість, егоїзм, співчуття.

Доберіть синоніми до слів «добро» і «зло».

Всі ми оцінюємо добро і зло з власного погляду, залежно від конкретних умов і обставин, власних поглядів і переко-

нань. Розрізнити добро і зло буває складно. Те, що для одних людей є добром, для інших може бути злом, і навпаки.

Оцініть, наприклад, ситуацію, коли дитина, бажаючи зробити мамі щось приємне, намалювала на стіні в кімнаті великі квіти, а мама засмутилась і насварила своє дитя, адже тепер сім'ї доведеться витрачати кошти на ремонт. Дитина хотіла зробити добро, потішити маму і була впевнена, що її вчинок — добрий. Мама оцінила цей вчинок як поганий, виходячи зовсім з інших критеріїв.

Важливо розрізняти зло, яке є усвідомленим, та зло, яке походить від незнання шляхів до добра, заподіяне через відсутність досвіду.

Це ви зможете!

1. Поміркуйте, чому зло з'явилося у світі. Обговоріть у класі.
2. Підтвердьте або спростуйте думку: «Добра людина — це така, яка пам'ятає свої гріхи і забуває зроблене нею добре, а погана, навпаки, — та, що згадує гідний вчинок і не враховує свої провини» (Григорій Сковорода).

2. Моральний вибір

Зазвичай через призму добра і зла ми оцінюємо як свою власну поведінку, так і вчинки інших людей. Людина щодня здійснює самостійний вибір між добром і злом. Ми замислюємося, який варіант поведінки обрати, як вчинити правильно, як буде краще. Зрештою, приймаємо рішення, яке вважаємо правильним, яке, як правило, більше відповідає нашим інтересам.

Моральний вибір — обставини, які змушують прийняти рішення, обираючи один варіант з-поміж кількох. Кожен вибір оцінюється з позицій добра і зла.

Але чи завжди правильний вибір можна вважати моральним?



Наприклад, спізнюючись до школи, ви чимдуж біжите до автобуса й випадково зачіпаєте літню людину. Вона падає, безуспішно намагається піднятися... Тут виникає ситуація вибору між двома варіантами наступної поведінки: ви можете допомогти людині підвестися, викликати швидку допомогу і покликати на допомогу дорослих (але не встигнете на автобус і запізнитесь до школи), або продовжити поспішати, щоби вчасно прийти на уроки. Правильним для себе ви бачите другий варіант і, на ходу кинувши слова вибачення, біжите далі. Вас можна зрозуміти: ви запізнюєтеся і це може мати наслідком серйозні неприємності у школі та й удома. Але чи відповідає така поведінка моральним нормам? Чи дійсно уникнути запізнення було важливіше безпеки і здоров'я іншої людини?

Тому завжди при прийнятті рішення потрібно обмірковувати наслідки різних варіантів своєї поведінки, при цьому враховувати не тільки власні інтереси, а й інтереси людей, що вас оточують.

Совість підкаже нам, що добре, а що погано, не дозволить перейти межу між добром і злом.

Моральний вибір — той випадок, коли людина усвідомлено віддає перевагу певній поведінці, що відповідає її власним цінностям і правилам, які прийняті в суспільстві.



Це знадобиться!

Квадрат Декарта

Швидко прийняти правильне рішення можна, використовуючи Квадрат Декарта. Спробуйте, приймаючи якесь рішення, використати його, щоб розглянути ситуацію вибору з чотирьох сторін:

Що буде, якщо це відбудеться?	Що буде, якщо це НЕ відбудеться?
Чого НЕ буде, якщо це відбудеться?	Чого НЕ буде, якщо це НЕ відбудеться?

Подвиг — самовідданий, героїчний учинок людини, який має важливе значення, здійснений у складних, небезпечних умовах з великим ризиком для власного життя. Подвиг викликає в людей повагу, гордість у самого себе, увагу з боку суспільства.

Так було!

15 березня 2005 року під час пожежі в будинку родини Овчар 5-річна Анастасія винесла з охопленої вогнем і димом хати свою 2-річну сестру Людмилу, чим урятувала їй життя. Сама Настя Овчар при цьому отримала опіки у майже 80 % поверхні тіла. За цей героїчний учинок у 2006 році Уповноважений Верховної Ради України з прав людини Ніна Карпачова вручила Насті найвищу нагороду омбудсмена — відзнаку «За мужність», а у 2008 році її нагороджено медаллю «За врятоване життя».

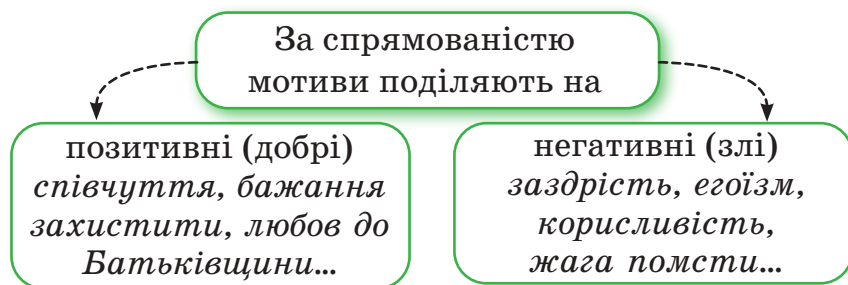
3. Мотив і наслідок учинку

У ситуації морального вибору, приймаючи рішення, ми керуємося мотивами і, зазвичай, спроможні прогнозувати наслідки.

Мотив — це внутрішня спонука, рушійна сила, що визначає поведінку людини, її вчинки та дії. Мотив пов'язаний із усвідомленням основних життєвих потреб та інтересів, почуттів та прагнень конкретної особи.

Мотив слід відрізнити від наміру, хоч вони обидва тісно пов'язані з нашими вчинками.

Намір — це мета, ціль, очікуваний результат, а **мотив** — причина вчинку.



Навряд чи ми вважатимемо злом ситуацію, коли селянин «украє» зерно з колгоспного поля, щоб нагодувати сім'ю за часів Голодомору. Інколи люди під тиском гнітючих обставин поведуться так, як ніколи б не повелися за інших умов. Дехто навіть вчиняє злочини, думаючи, що так вирішить проблему або встановить справедливість.

Є такий крилатий вислів: «Добрими намірами вимощена дорога до пекла».

Зазвичай цей вислів розуміють як те, що злі вчинки часто маскують під добрі наміри; або й так, що добрі наміри можуть мати неочікувані погані наслідки. Приміром, розв'язавши за подругу її завдання на контрольній роботі з математики, учень мав намір врятувати її від поганої оцінки. Але чи є його вчинок добрим? Адже цієї теми дівчинка так і не зрозуміла, і в подальшому, з часом, це може мати негативні наслідки.

Інше значення цієї фрази: людина може мати намір чинити добро, але через свою лінь не може почати діяти. В цьому значенні вислів є застереженням, що добрі наміри не мають сенсу, якщо за ними не йдуть дії для їх реалізації. Від добрих намірів до добрих справ дуже далеко.

Це ви зможете!

Прочитайте оповідання. Поясніть основну думку твору.

Красиві слова і красиве діло

Серед поля стоїть маленька хатина. Її побудували, щоб у не-году люди могли сховатися й пересидіти в теплі.

Одного разу серед літнього дня захмарило й пішов дощ. А в лісі в цей час було троє хлопців. Вони сховалися в хатинці й дивилися, як з неба ллє мов з відра.

Коли це бачать: до хатини біжить ще один хлопчик. Незна-йомий. Мабуть, з іншого села. Одежа на ньому була мокра як хлющ. Він тремтів од холоду.

І ось перший із тих хлопців, які сиділи в сухому одязі, ска-зав:

— Як же ти змок на дощі! Мені жаль тебе...

Другий теж промовив красиві й жалісливі слова:

— Як страшно опинитися в зливу серед поля! Я співчуваю тобі...

А третій не сказав ні слова. Він мовчки зняв із себе сорочку й дав її змоклому хлопчикові. Той скинув мокру сорочку й одягнув суху.

Гарні не красиві слова. Гарні — красиві діла.

Василь Сухомлинський

4. Моральна відповідальність

Ми вільні приймати рішення в ситуаціях морального вибору, але маємо розуміти, що наші вчинки мають певні наслідки, впливають на життя інших людей, тож ми відповідальні за свою поведінку.

Моральна відповідальність — здатність передбачити результати свого вчинку і прагнення запобігти можливим негативним наслідкам.

Людина відповідає в першу чергу перед самою собою (не перед якимись зовнішніми інстанціями, а перед власним сумлінням). Коли вчинок порушує моральні норми, правила співжиття в суспільстві, невідворотним є громадський осуд. Якщо ж учинок суперечить не лише моральним нормам, але й законам держави, є суспільно небезпечним і протиправним, то таке діяння є правопорушенням і тягне юридичну відповідальність (вона пов'язана з покаранням, позбавленням правопоршника якихось цінностей).

Так було!

Декларація відповідальності людини

Ще на початку 2010-х років Богдан Гаврилишин дійшов висновку, що для того, щоб змінити ситуацію в світі, потрібно брати на себе відповідальність на всіх рівнях. У 2014 році пан Богдан створив Декларацію відповідальності людини, яка складається з 15 пунктів. Ознайомтеся з нею за покликанням:

<https://bhfamily.org/deklaratsiya-obovязkiv-lyudyny/>



Влітку 2021 року Верховна Рада України ухвалила Постанову «Про встановлення Всеукраїнського Дня відповідальності людини», який буде відзначатися щорічно 19 жовтня, в день народження Богдана Гаврилишина. Метою відзначення є якісне перетворення українського суспільства у контексті розуміння та підвищення рівня відповідальності, а також вшанування пам'яті великого українця.

Вміння брати на себе відповідальність за своє життя, за свої вчинки потрібне впродовж усього життя. Саме від вас залежить, яким воно буде.

5. Вплив розуму, емоцій, почуттів на поведінку та вчинки

Давньокитайський філософ Конфуцій казав: «У людини є три шляхи, щоб розумно вчинити: перший, найшляхетніший, — думати; другий, найлегший, — наслідувати; третій, найбільш гіркий, — досвід».

Перш ніж щось зробити, обов'язково потрібно зважити на наслідки своєї поведінки, подумати, як вплине наш вчинок на інших людей, чи не завдасть це комусь шкоди, чи не порушить соціальні, моральні норми.

Інколи наші емоції і почуття заважають нам раціонально сприймати ситуацію, тому вони теж впливають на нашу поведінку. Пригадайте, коли ви відчуваєте радість, то схильні сприймати все позитивніше, ніж коли вам сумно. У розгніваної людини з'являються лише «сердиті думки». Сором підвищує нашу чутливість до оцінок інших.

Існує приблизно 200 емоцій, але жодна з них не виникає сама по собі. Котрісь емоції швидкоплинні, а котрісь здатні перетворюватися в цілий букет.

Розуміння своїх емоцій і почуттів, вміння їх стримувати, контролювати негативні і використовувати позитивні, відчувати емоції і настрої інших людей дозволяють краще будувати взаємовідносини і взаємодіяти з іншими людьми.

Це ви зможете!

Прочитайте притчу. Поміркуйте, що вплинуло на рішення лева.



У пригоді

Пішов раз лев на лови й зустрів мишку. Хотів її з'їсти, вже й лапою надушив. А мишка й каже йому:

— Ой, леве, могутній владарю! Не їж мене, змилуйся наді мною, бідною, маленькою мишкою! Я тобі за те в пригоді стану!

Засміявся лев:

— Ти мені в пригоді станеш? Якась нещасна мишка — мені, цареві над звірями, у пригоді можеш стати? У якій же це пригоді?

— А хто може тее знати, — каже мишка. — Тільки благаю я тебе — зглянься наді мною!..

Зглянувся лев, пустив мишку. Подякувала вона й побігла швиденько до своєї нірки.

Коли це, за яким часом, попався лев у тенета. Б'ється, сердешний, борсається в тенетах, нічого не зробить — ще гірше заплутався в сітку. Аж де не взялась мишка — одну петельку перегризла, другу... Як заходилася, то таку дірку в тенетах зробила, що й лев виліз! Тоді мишка й каже левові:

— А що, бачиш, і я, маленька мишка, тобі в пригоді стала!

— Бачу, — каже лев, — віддячила ти мені й навчила мене! Спасибі тобі. Я бачу, що добро, зроблене комусь, сторицею повертається.

Народна притча. Записала Олена Пчілка

Також на нашу поведінку і вчинки можуть мати добрий або поганий вплив люди, з якими ми спілкуємося. Дехто піддається тиску оточення або потрапляє в погану компанію, тож може зробити те, чого не збирався робити. Тут варто пам'ятати про моральну відповідальність за кожен свій учинок.

Кожен / кожна може помилитися в ситуації морального вибору, але людина вчиться на своїх помилках, саме так накопичується життєвий досвід. Годиться виправити помилку, якщо це можливо, визнати, що помилився/помилилася. У всякому випадку, варто зробити висновки, щоб наступного разу її уникнути.

Мислимо практично

1. Як ви розумієте добро і зло?
2. Що таке моральний вибір?
3. Якими бувають мотиви наших учинків?
4. Чим відрізняються намір і мотив?
5. Доберіть приклади, коли необдумані рішення можуть негативно вплинути на подальше життя.
6. Поміркуйте, що впливає на прийняття рішення. Використовуйте конструкції: Я вважаю, що... Я так вважаю, тому що: по-перше, ... по-друге, ... по-третє, ... Отже, ...

Мислимо творчо

1. **Вправа «Літературна майстерня».** Пригадайте прислів'я, приказки про перемогу добра. Складіть сюжет своєї авторської казки, в якій добро перемагає зло.
2. **Вправа «Асоціації».** Поділіть аркуш паперу на дві частини. За допомогою малюнків зобразіть асоціації, які у вас виникають щодо категорій «добро» та «зло».
3. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди не роблять добрі справи, не допомагають один одному. Чи хотіли б ви жити в такому світі? Поясніть, чому.

4. Обговоріть у групах ситуації морального вибору та поділіться у класі результатами своєї роботи.

Ситуація морального вибору	Як ви вчините в запропонованій ситуації?	Як ваш вибір вплине на ваше життя?	Як ваш вибір вплине на життя оточуючих?
На вулиці спека. Ви відчуваєте сильну спрагу, але в магазині довга черга. Як ви вчините: підете поза чергою або стоятимете в черзі, як усі?			
Ваша подруга / друг просить вас допомогти їй розв'язати задачу під час контрольної роботи з математики.			

Мислимо глобально

Складіть перелік добрих справ на кожен день тижня (це не обов'язково мають бути масштабні справи, або такі, що потребують багато часу, зусиль, допомоги дорослих). Поділіться в класі на наступному уроці своїми результатами.

§ 4. Повага

1. «Золоте правило» моральності

Чи знаєте ви, що таке повага та чому так важливо з повагою відноситися до інших? Для того, щоб відповісти на це питання, наведемо такий приклад. У сім'ї Іваненків проживають двоє братів: один добрий, привітний і з повагою ставиться до інших; другий, навпаки, дивиться на всіх зверхньо і вважає себе центром всесвіту. Як думаєте, в кого більше шансів завести справжніх друзів? Хто з них здатний на щирі любов?

Повага — це почуття шани, прихильне ставлення, яке життєво необхідне для існування суспільства. Це вірний спосіб знайти спільну мову з батьками, друзями, однолітками та іншими людьми, показати, що вони вам не байдужі. Отже, повага — це ключовий елемент у побудові дружніх, щирих відносин.

Життя в суспільстві базується на моральності, етичних поняттях, принципах, правилах. Напевно, в житті вам доводилося чути вислів **«Не роби іншому те, що не хочеш, щоб робили тобі»**. Цей вислів називають «золотим правилом» моральності. Іноді, самі того не помічаючи, чинимо з людиною, як і вона. Наприклад, друг чи подруга запиталися на зустріч: «Я тут чекаю довго... От наступного разу вона теж буде чекати!» — типова фраза для нашого буденного життя. Керуючись цим принципом, ви ніби несвідомо дозволяєте вчинити з людиною так само, при цьому совість залишається начебто чистою.



Це цікаво!

Німецький професор XX століття Г. Райнер виділяє три формулювання «золотого правила» моральності:

Правило
відчуття

«(не) роби іншому те, чого (не)
бажаєш собі»

Правило
автономності

«(не) роби сам того, що ти бачиш
(не) похвального в іншому»

Правило
взаємності

«як ви (не) хочете, аби по
відношенню до вас відносилися
люди, так само (не) чиніть по від-
ношенню до них»

«Золоте правило» моральності міцно закріпилося в масовій свідомості людей переважно у вигляді народного фольклору, а саме в прислів'ях та приказках. Це дозволяло досить часто застосовувати його в повсякденному житті і передавати з покоління в покоління.



«Золоте правило» моральності в прислів'ях і приказках

Це знадобиться!

- Чого в іншому не любиш, того й сам не роби.
- Не рий яму іншому — сам у неї попадеш.
- Яке частування, таке й дякування.
- Як крикнеш у ліс, так і з лісу відгукнеться.
- Що людям бажаєш, то сам отримаєш.
- Не плюй у колодязь — самому доведеться водиці напиться.

Священні писання основних релігій світу про «золоте правило» моральності

Буддизм	Християнство	Іслам
«Не причиняйте іншим того, що самим здається боляче»	«І як бажаєте, щоб вам люди чинили, так само чиніть і ви» (Лк. 6:31)	«Не робіть іншим того, чого не хочете, щоб вони робили вам»

Це ви зможете!

Дискусія, обговорення на тему:

1. Що таке «золоте правило» моральності?
2. Чи є така серед нас людина, яка ніколи нікого не образила, не подумала погано про когось тощо?

2. Людяність і справедливість в етикеті

Етикет — це встановлений порядок дій, сукупність правил чесності і норм, які регламентують зовнішню культуру людських відносин, що виражається у визначених правилах поведінки людини за певних обставин та ситуацій. Відступ від правил етикету сприймається суспільством як відступ від його норм.

У поведінці і спілкуванні з іншими людьми виявляється внутрішній світ людини. Багатою внутрішньому світу, як правило, відповідає високий рівень культури і спілкування. Далеко не завжди красива зовнішність, поведінка і вміння спілкуватися з іншими людьми можуть свідчити про наявність вищезазначеної краси в самій людині.

Справедливість — це рівність між усіма, це певна цінність, яка показує нам співвідношення людей у цілому. Не можемо сказати, що лише справедливість визначає моральні цінності, але вона є найбільш виразним засобом співставлення життя, зрівняння людей з усіма.

Бути справедливим — означає дотримуватися правових та моральних норм, виконувати свої обов'язки та відповідати добром на добро, не зазіхати на добробут, чесноти, цінності інших людей, дотримуватися загальноприйнятого порядку. Бути справедливим — означає поважати інших, завжди мати свою точку зору, але прислуховуватися до спільної думки. Чинити справедливо — означає чинити не так, як тобі хочеться, а так, щоб ці дії принесли користь як тобі так і суспільству, можливо, навіть усьому навколишньому середовищу. Несправедливі — це ті, які порушують права людей, чинять свавілля.

Людяність — це здатність брати участь у долі інших людей. Під словом «людяність» маємо на увазі любов до людей. Ми живемо на одній планеті, тому потрібно знаходити спільну мову, підтримувати один одного. Ми маємо діяти спільно, а для цього необхідна взаємна дружність. Якщо люди зненавидять один одного, то незабаром людство припинить існування, своїми руками знищивши себе.

В основі людяності лежать такі моральні цінності:

благородність

жертвність

доброта

гуманність

поблажливість

миłosердя

уміння прощати

3. Морально-культурні надбання суспільства і повага до них

Людина — маленька часточка Всесвіту, а національна культура — складова світової культури. Вивчення культури різних народів — невід’ємна частина життя з природним прагненням відкрити для себе незвідані краї, звичаї та традиції країн і народів, пам’ятки історії та культури.

Вивчаючи різні культури, люди повинні усвідомити значення миру, навчитися жити у злагоді між собою, незалежно від національної приналежності. Безцінними джерелами пізнання, які нас долучають до культурно-історичних цінностей і духовних реліквій, є бібліотеки, музеї. Це справжні культурні скарбниці України, що стверджують сучасне, пов’язують нас із минулим. Це наше послання в майбутнє.

Людей, які цікавляться історією рідного краю, шанують пам’ять предків, виховують дітей гідними людьми, називають патріотами. Про патріотизм судять не за словами, а за справами людини. Любов до Батьківщини є виявом гордості за свою рідну землю, за її матеріальні й духовні надбання. Це готовність захищати інтереси насамперед країни, а не власні.

Патріот не стане кидати сміття біля річки чи в парку — адже це часточка його Батьківщини. Бувають такі, хто зовні не демонструє, проте є справжнім патріотом своєї країни.

Це ви зможете!

Прочитайте оповідання. Поясніть основну думку твору.

Пелюстка і Квітка

На грядочці виросла гарна квітка жоржини. Біла, як мрамур, духмяна. Літають над нею бджоли й джмелі, беруть нектар.

У квітці сорок дві пелюстки. І ось одна з них загордилася:

— Я найкраща. Без мене і квітка не квітка. Я найголовніша. Ось візьму й піду — що мені?

Напружилася, вилізла з квітки, скочила на землю. Сіла в кущі шипшини й дивиться, — що ж квітка робитиме? А квітка байдужки собі, усміхається сонцю, згукує до себе бджіл і джмелів.

Пішла собі Пелюстка. Аж зустрічає Муравлика.

— Ти хто? — питає Муравлик.

— Я Пелюстка. Найкраща. Найголовніша. Без мене квітка не квітка.

— Пелюстка? Знаю пелюстку я в квітці, а на двох тоненьких лапках не знаю.

Ходила Пелюстка, ходила до вечора й засохла. А квітка цвіте.

Ось така, бачте, казка. Квітка і без однієї пелюстки квітка. А пелюстка без квітки — ніщо.

Василь Сухомлинський

Кожна країна світу має свої символи. Символ — це знак, умовне позначення якогось предмета, явища. Символіка — своєрідна візитна картка країни. Історично склалося так, що кожна держава має свої символи. Державний символ — знак, зображення або мелодія, які відображають якісь суттєві прикмети певної держави.

Державна символіка України формувалася тривалий час. В її основі лежать традиції, культура та історія нашої держави.

У статті 20 Конституції України закріплено, що державними символами України є Державний Прапор України, Державний Герб України і Державний Гімн України.

Варто зазначити, що неповага до державних символів України є неповагою до держави, українського народу та національних традицій, і за це законами України передбачено відповідальність.

Так було!

7 серпня 2021 року 17-річний мешканець Маріуполя підпалив у лісосмузі на території Кальміуського району Державний Прапор України, після чого виклав його фото в одній із соціальних мереж.

Вироком суду неповнолітньому обвинуваченому призначено покарання у виді 1 року позбавлення волі, якщо протягом року він не доведе своє виправлення.

Мислимо практично

1. Поясніть значення понять «людяність» та «справедливість».
2. Чому важливо дотримуватися «золотого правила» моральності?
3. Що для вас означає слово «патріотизм»?
4. Що належить до державних символів України?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Патріоти».** Об'єднайтеся в групи. Обговоріть, які вчинки характеризують вас як патріотів / патріоток України, та створіть відповідні плакати.
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть, що люди перестали шанувати символи своєї держави. Опишіть, що зміниться в суспільстві. Чи хотіли б ви жити в такій державі? Поясніть, чому.

Мислимо глобально

За допомогою дорослих знайдіть в інтернеті 3–5 правил етикету, якими послуговуються французи.

РОЗДІЛ 2

ЛЮДСЬКІ ЧЕСНОТИ



Вивчаючи розділ, ви:

□ отримаєте уявлення про роль, яку відіграють чесноти в житті людини; відповідальність та совість як внутрішні регулятори моралі;

□ навчитесь обґрунтовувати необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях, наводити приклади поведінки, дружньої до навколишнього середовища, виконувати різні ролі в груповій роботі.

□ дізнаєтеся, що таке відповідальність та самоконтроль, що таке правила ввічливості;

§ 5. Роль чеснот у житті людини

1. Сором, чесність і совість

Інколи нам буває незручно — обличчя червоніє, складно дивитися комусь в очі та підтримувати розмову, ввечері тяжко засинати. Усю цю «некомфортність» викликав сором, який мучить нас внутрішньо. Виникають такі відчуття тому, що десь ми вчинили негідно, провинилися перед кимось, когось обманули тощо. Ми знаємо це, і негідний вчинок не приніс нам рішення або полегшення. Навпаки — він лише змусив нас соромитися, бо наше «діяння» розкрилось, і тепер, наприклад,



Життя — це складний вибір між добром та злом

від нас відвернулися друзі. Хтозна, чи вони повернуться знову? Кажуть, що, наприклад, «брехнею світ перейдеш, а назад не повернешся». Тож завжди потрібно добре подумати, ніж зважитися зробити щось (гарне і не дуже). Усвідомлення наслідків наших дій називають **відповідальністю**.

Окрім відповідальності, уникнути «неприємностей» нам допоможуть **чесноти** — позитивні душевні якості. Саме вони говорять «Стоп!», коли потрібно, і не пускають нас вчинити погано, захищаючи таким чином від зла. Чеснот, насправді, немало — до них належать доброчесність, щедрість, стриманість, старанність, терплячість, лагідність та смиренність. Із ними ви познайомитеся в цьому та наступних параграфах.

Які риси характеру належать до людських чеснот?

Ввічливість

ЧЕСНОТИ

Справедливість

Доброта

Вірність

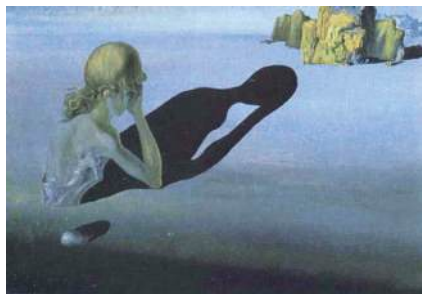
Щедрість

Чесність

Чуйність

Працьовитість

Також важливим внутрішнім «управлінцем» є **совість** — моральні принципи, які контролюють вашу поведінку, дають змогу відчувати відповідальність за вчинене. Напевно, ви вже чули це слово або похідні від нього (наприклад «безсовісний», тобто хтось, хто не має совісті). Часто ми називаємо совість



*«Муки совісті».
Картина Сальвадора Далі*

«сумлінням» — ці поняття однакові за своїм змістом і вживаються поруч. Совість допомагає нам приймати рішення у складних ситуаціях, підказує, як краще вчинити насамперед для себе. Зазвичай, ці «поради» дуже слухні. Якщо робити «по совісті» або «сумлінно», то й соромитися буде нічого!



Це цікаво!

У християнстві існує сім смертних гріхів — своєрідних «античеснот»: пожадливість, ненажерливість, скупість, лінивість, гнів, заздрість, гордіня.

2. Доброчесність і доброзичливість

Доброчесність — це не просто чеснота, це добровільне дотримання правил моралі. Чому вона важлива? Доброчесна людина не стане красти, копіювати реферати (привласнювати чужі думки) з інтернету, хитрувати комусь на шкоду тощо. Вона живе в гармонії із собою, здатна розпізнати зло, відрізнити його від добра, справедливо ставиться до інших, але також вимоглива до себе. Це надає їй серйозних переваг у житті — впевненість у власних силах, надійних друзів та подруг, здатність реалізувати свої вміння і таланти. Якби всі люди були доброчесними, то світ змінився б до невпізнанності. До цього і варто прагнути!

Окрім такої корисної чесноти, є ще одна риса, не менш важлива. Сьогодні **доброзичливими** називаємо всіх тих, хто поважає інших, бажає їм добра, дбайливо ставиться до них. Цей атрибут людського характеру не є чеснотою з релігійної точки

зору, але в нашому побуті доброзичливість також відіграє чималу роль. Доброзичливі люди не люблять сварити — їм до душі слова підтримки чи захоплення. Вони не звинувачують, поки до кінця не розібралися в ситуації, і вибачають те, що можна пробачити. На жаль, таких осіб небагато, і зустріти їх на своєму життєвому шляху непросто. Водночас, можна й собі подумати про добродіє і доброзичливе життя — однією «світлою» людиною у світі стане більше.



*Зробимо світ кращим
за допомогою
добродіє!*

Так було!

Відома українська історикиня Наталя Старченко тривалий час досліджувала життя та побут волинської шляхти (людей, що належали до вищого суспільного стану). За її словами, ще кілька століть тому такі люди жили із уявленням «дару від дару — обміну симетричними дарами; віддаємо з радістю, приймаємо з вдячністю, і тим ми пов'язані». Отже, такі звичаї колись були поширені серед найвпливовіших!

Це ви зможете!

1. Прочитайте фрагмент Преамбули Конституції України і поясніть, як ви розумієте виділений фрагмент:

Верховна Рада України від імені Українського народу /.../ виражаючи суверенну волю народу, спираючись на багатовікову історію українського державотворення /.../ усвідомлюючи відповідальність перед Богом, власною совістю, попередніми, нинішнім та майбутніми поколіннями, /.../ приймає цю Конституцію — Основний Закон України.

2. Чи погоджуєтесь з твердженням «Совість — глядач і суддя добродіє»? Поясніть свої міркування.

3. Обговоріть із дорослими проблему: «Чим совість відрізняється від мук сумління?»

3. Скромність, щедрість, чуйність, співчуття, гуманність

Скромність полягає в тому, що людина не бажає привертати особливої уваги до себе чи своїх талантів. Чи це правильно? Нескромні люди хваляться (часто — безпідставно) своїми успіхами або прагнуть привернути увагу до себе одягом, дорогим смартфоном, витівками тощо. Здається, що їх люблять. Насправді ж вихваляння самих себе приносить тимчасові «плоди». Скромність не є самоприниженням, вона виражається у вмінні бути самим собою, не здаватися ані кращим, ані гіршим. Вона закликає ставитися до інших з повагою (а не «залити» їм про свою крутість) і не хизуватися своїми добрими вчинками. Бо добро, яке ми робимо для інших, ми робимо також для себе.

Повертаючись до чеснот, не можна оминути **щедрості** — здатності ділитися своїм та не вимагати нічого взамін. Щедрі люди — оптимісти, які бачать світ дещо в інших барвах і розуміють, що хоча він не ідеальний, але може стати кращим.

Опишемо звичайну ситуацію — двоє дітей, граючись у дворі, не поділили ляльку. Одна хотіла з нею погратися, інша — не заважала з нею розлучатися навіть на кілька хвилин. Як наслідок — галас та боротьба, яку вдалося вгамувати їхнім батькам.

От якби власниця ляльки була щедрішою, то позичила б свою іграшку, отримала б її назад і, як важливий бонус, здобула би подругу. Пам'ятайте, що щедрість теж має межі, тому допомагайте насамперед тим, хто цього потребує. Для цього існує окрема чеснота — **співчуття**, або вміння розуміти та розділяти чужі страждання, допомагати скривдженим і знедоленим.



*«Щедрість».
Франс Франкен
Младший.
Картина XIX ст.*

Окрім співчуття, у спілкуванні слід виявляти також чуй-

ність і гуманність. Оволодіння **чуйністю** дає нам змогу уважно і сердечно поставитися до інших людей. Це важлива риса для налагодження взаємних контактів, яка допоможе розташувати до себе сторонню людину, зрозуміти її. **Гуманність**, або, як



*Довкілля турбота
кожного*

ще кажуть, людинолюбство — це любов та повага до людської особистості. Вона охоплює такі поняття, як альтруїзм (безкорисливу діяльність на користь інших), моральність та силу волі. Водночас, сьогодні гуманного ставлення заслуговує також світ природи. Змалечку потрібно

розуміти важливість зелених насаджень (дерев та садів), не допускати жорстокого ставлення до тварин. Діяння, в результаті яких страждає довколишнє середовище, є аморальним. Нищення довкілля є наслідком занепаду особистості та її моралі.



Це корисно!

Жила собі заможна Щедрість. Усіх наділяла, нікого не оминала і нікому нічого не жаліла. Аж от одного разу прийшов до неї старий дід і попросив найсолодшого. Повела Щедрість його у свої володіння, а там — наїдків та напیتків видимо-невидимо. «Вибирай, чого бажаєш!» — каже вона. Дідусь став, подумав, відламав окраєць хліба, подякував і пішов. От так буває, що одним і цілого торта недостатньо, а комусь — і окраєць хліба є щастям.

Мислимо практично

1. Чому людина відчуває сором?
2. Доведіть за аналогією, що всі наші дії мають наслідки:
 - Запізнився на урок — пропустив пояснення вчителем вчительською нової теми
 - Образив друга — ...
 - Збрехав батькам — ...
3. Як поводитися доброзичлива людина?

4. Які діяння ми називаємо аморальними?
5. **Вправа «Кросворд навпаки».** Складіть до розгаданого кросворда запитання.



Мислимо творчо

1. Об'єднайтеся в групи та створіть плакат «Чесноти, які допомагають уникати неприємностей». За бажанням, доповніть плакат малюнками.
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть, як би змінився світ, у якому всі люди були б доброчесними. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі.
3. **Вправа «Протилежності».** Об'єднайтеся в пари та доповніть таблицю:

Риси недоброчесної людини	Риси доброчесної людини
Не поважає інших	
Ображає оточуючих	
Постійно свариться	
Звинувачує оточуючих у своїх проблемах	

Мислимо глобально

За допомогою дорослих знайдіть в інтернеті тлумачення поняття «академічна доброчесність». Чому, на вашу думку, ця чеснота є важливою?

§ 6. Відповідальність і самоконтроль

1. Старанність, терплячість і стриманість

Кожен / кожна з нас працює, прибирає, вчиться, робить щось інше по-своєму. Проте загалом можна сказати, що хтось ставиться до всього цього старанно, а хтось — небало. **Старанність** — це важлива чеснота, відповідальне і добросовісне виконання будь-чого. Вона в сучасному світі дуже високо ціниться як на роботі, так і вдома. Старанні люди рідко коли байдикують, вони перебувають у постійному русі, завжди шукають щось нове, вигадують, радіють успіхам та вчаться із невдач. Їхній секрет — це вміння розпоряджатися своїм часом, коли ти не відволікаєшся на дрібниці і не робиш усе похапцем в останню хвилину, а крокуєш до своєї мети.

Із часом пов'язана ще одна чеснота — **терплячість**. Не завжди нас супроводжує стрімкий успіх. Інколи доводиться добряче попідтніти задля того, аби отримати потрібний результат. Добровільно витримувати складності та незгоди — означає бути терплячим. Однак, винагорода за такі зусилля ще солодша! Важливо не засмучуватися, якщо щось не вдається, а доводити справу до кінця. Лише долаючи, можна набути терпіння — ключ до перемоги.



Терплячість — це вміння чекати

Здавалося б, ось він — успіх! Як зустріти його, як показати свою «гостинність»? Дехто стрибає, кричить та стусає інших, але круті дорослі чинять інакше. Вони роблять це стримано. **Стриманість** — ще одна чеснота, яка тамує наші бажання, почуття, пристрасті, дозволяє нам краще володіти собою. «Дай серцю волю, заведе тебе в неволю», — говорить нам українська народна мудрість. Щоби бути вільним / вільною від зайвих емоцій, мати тверезий розум, треба бути стриманим / стриманою, хоча на стадіоні, на танцях можна трохи «побешкетувати».



Танці — час, коли можна дати волю почуттям та емоціям.



Колишня прем'єр-міністерка Великої Британії та політикиня Маргарет Тетчер стверджувала: «Єдиний спосіб дістатися вершини драбини — долати сходинку за сходинкою, по одній за раз. І в процесі цього підйому ви неочікувано побачите в себе всі необхідні якості, навички та вміння, необхідні для досягнення успіху, котрого ви начебто ніколи не мали».

Це корисно!



Це ви зможете!

Завершіть речення:

«Кожна людина у своєму житті «несе свій хрест» — тобто _____».

«Досконалий зразок довготерпіння показав нам _____».

2. Ґречність

Отож, ми з'ясували кілька внутрішніх чеснот, які допоможуть нам стати кращими. Однак, чи існують інакші норми, що стануть у пригоді в спілкуванні з іншими людьми? Так, існують, і одна з них — це **ґречність**.



Ніколи не забувайте сказати «Дякую!». До слова, дякуємо, що читаєте!

Ґречність насамперед не має нічого спільного з відомою нам гречкою. Це слово потрапило до нас, як вважається, з польської мови приблизно 500 років тому і буквально трактувалося як «до речі». Трохи згодом у староукраїнських словниках воно почало означати «вихований, чемний».

Так наші пращури доповнили його сутність, яка з тих пір не дуже змінилася. Бути чемним у спілкуванні з іншими, виховано поводитися в товаристві — ознаки сучасної людини, для якої ґречність уже давно є нормою поведінки. Правила

прості: вітайтеся, не забувайте сказати «Дякую!» (згадайте наше українське «Гречно дякую!»), «До побачення!», «Вибачте!», «Будь ласка!» тощо, говоріть щиро, не базікайте та не смійтесь аж занадто голосно, охайно вдягайтесь.



*Англійські
джентльмени — уособлення галантності.
Фотографія 1930 року.*

Дорослі, до речі, інколи ще називають гречних людей галантними. Це модне слівце означає не просто чемну і ввічливу людину, але також таку, що розуміється на моді, з нею легко можна обговорити сучасні «тренди» в музиці або мистецтві тощо. Важливо, що галантна людина знає, як треба поводитися з представниками або представницями іншої статі. Зазвичай, галантних шанують у суспільстві.

3. Правила ввічливості. Етикет

Гречність, однак, не є єдиною нормою поведінки. У спілкуванні з іншими важливо дотримуватися певних правил ввічливості. Частково ми вже згадували про обов'язкові слова привітання, подяки, вибачення, але також існують інші принципи поведінки на людях. Наприклад, будьте пунктуальними (не запізнюйтесь або виконуйте все вчасно), розвивайте свої манери (про них ви ще прочитаєте в наступних параграфах), пропонуйте свою допомогу, якщо бачите, що хтось опинився у скруті, але також умійте сказати «Ні!» і не лайтесь. Намагайтесь не перебивати співрозмовників без потреби, коли вам щось розповідають, і в жодному разі не дивіться у цей час усвій смартфон! От побачите, як комфортно спілкуватись із ввічливим хлопцем або дівчиною. А хіба вони не заслуговують такого самого ставлення до себе?

Ви вже знаєте, що у Франції ще кількасот років тому «вигадали» етикет. У ті похмурі часи при розмовах не надто добирали слів, а грубість чи немите волосся були звичайними побутовими явищами. Правила етикету мають на меті покінчити із «варварством», але вони складні. Наприклад,

чи знаєте ви, що існує більше десяти видів виделок, кожна з яких призначена для певного продукту (полуниці, риби, лимона, салату тощо)? Колись ви навчитесь ними користуватися, ми ж поміркуємо про простіші речі.

Пам'ятайте, що ніж тримають у правій руці, а виделку — у лівій. Коли ви їсте, то не розмовляйте «з набитим ротом», не відволікайтеся на дзвінки чи повідомлення у смартфоні (його взагалі не повинно бути на столі!). Сидячи на стільці, тримайте спину рівно, не гойдайтесь на ньому та не штурхайте сусідів. Якщо не можете дістати до тарілки із улюбленою стравою, то не тягніться через увесь стіл, а чемно попросіть інших вам її передати. На вулиці не смітіть, при зустрічі старайтеся вітатися першими. Проте надворі розмовляйте не надто голосно, і ще тихше — якщо їдете у транспорті (те саме стосується розмов по смартфоні). Контролюйте свої емоції, стримано реагуйте на слова співрозмовників. Загалом, будьте уважними до інших — і ваша інтуїція дозволить вам поводитися гідно.



*Різновиди
виделок*

Як треба поводитися за столом?

- Не бавтесь їжею.
- Жуйте із закритим ротом.
- Не кладіть лікті на стіл.
- Сидіть прямо.
- Знімайте головні убори.
- Не забувайте помити руки.
- Правильно тримайте столові прибори.
- Не тягніться через весь стіл за їжею.
- Покладіть серветку на коліно.
- Не забудьте подякувати.



Це цікаво!

Зазвичай, не прийнято «гучно» їсти. Однак, наприклад, в Японії ознака доброго тону — це голосно втягнути в себе варену локшину. Так можна стати своїм серед місцевих!



Мода — модою, але... Ставлення до одягу в багатьох європейських країнах своєрідне. Наприклад, у гірській Швейцарії звичайне повсякденне вбрання є прийнятним майже будь-де, окрім дорогих ресторанів та офіційних прийомів. Мешканці Швейцарії цінують охайність не менше, ніж вартість одягу чи його модність. Цьому варто повчитися!

Це знадобиться!

Мислимо практично

1. Складіть речення зі словами: «старанність», «стриманість», «терплячість».
2. Як стати хорошим співрозмовником / співрозмовницею?
3. У чому полягає секрет успіху старанних людей?
4. Як дорослі ще називають гречних людей?
5. Які правила поведінки за столом вам відомі?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Моделюємо ситуацію».** В групі уявіть та змодельуйте ситуацію: однокласник / однокласниця запросив / запросила вас на День народження. Опишіть свою поведінку дорогою до будинку друга / подруги (врахуйте маршрут — ви будете пересуватися транспортом чи пішки, кого ви можете зустріти дорогою тощо), за столом, під час вечірки, враховуючи правила етикету.
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, в якому зникли всі правила етикету. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?
3. **Вправа «Пантоміма».** Спробуйте без слів пояснити друзям поняття на вибір: «гречність», «пунктуальність», «терпимість».

Мислимо глобально

Спробуйте один день провести без свого телефону, тренуючи терплячість та вміння розпоряджатися своїм часом. Оцініть переваги та недоліки експерименту.

§ 7. Узагальнення розділів «Моральні норми» та «Людські чесноти»

1. Поясніть значення термінів і понять:

- моральні норми;
- вчинок;
- мотив;
- чеснота;
- гречність;
- правила;
- етикет;
- людяність;
- совість;
- повага;
- звичаї;
- традиції;
- заборони (табу).

2. Перелічіть:

- моральні цінності;
- людські чесноти;
- ввічливі слова, які ви знаєте;
- емоції, які ви коли-небудь відчували.

3. Розкажіть про:

- моральну відповідальність;
- моральний вибір;
- індивідуальність людини;
- патріотизм;
- «золоте правило» моральності.

4. Наведіть приклади:

- випадків, коли людина може відчувати сором;
- відомих вам правил етикету;
- поведінки, дружньої до навколишнього середовища;
- ситуацій морального вибору;
- художніх творів, у яких основною темою є боротьба добра і зла.

5. Доберіть протилежні поняття:

Наприклад, альтруїзм — egoїзм.

- щедрість;
- повага;
- добро;
- жорстокість;

- старанність;
- порядність;
- чесність;
- лінь;
- страх;
- радість.

6. Оберіть один із запропонованих висловів видатних людей про добро і поясніть, чому він є привабливим для вас:

- 1) «Хто хоче приносити користь, той навіть зі зв'язаними руками може зробити багато добра» (Федір Достоєвський).
- 2) «Поряд із добрими людьми навіть сірі будні стають більш райдужними» (Джуліана Вільсон).
- 3) «Хто б не зробив добро — бодай на вагу порошинки, він отримає відплату за нього. Хто б не вчинив зла — бодай на вагу порошинки, він отримає відплату за нього» (Коран).
- 4) «Зроби ближньому добру справу: якщо він не оцінить — Бог оцінить» (Бауржан Тойшибеков).
- 5) «Коли я роблю добро, я відчуваю себе добре. Коли я вчиняю погано, я відчуваю себе погано. Ось моя релігія» (Авраам Лінкольн).
- 6) «Сила чесноти в її скромності» (Ернст Фейхтерслебен).

7. Підготуйте твір-роздум на одну із тем:

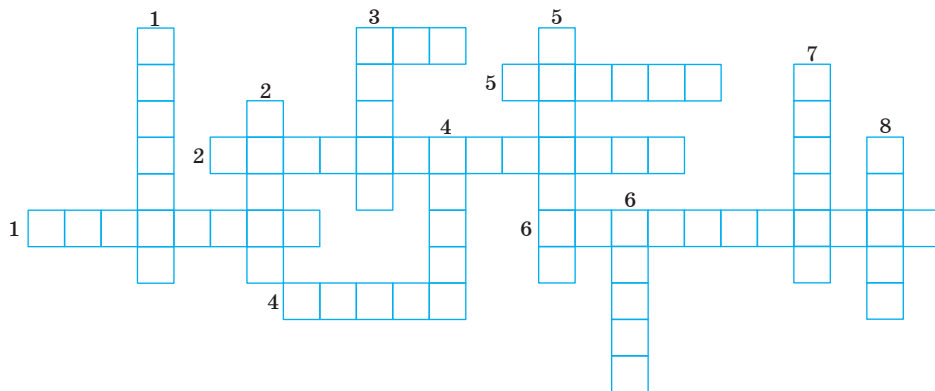
- «Хто і для чого встановлює правила та норми?»
- «Чи легко бути доброю людиною?»
- «Що значить бути відповідальним?»
- «Для чого потрібен етикет?»
- «Чи має людина право на помилку?»

8. Поміркуйте і дайте аргументовану відповідь на запитання:

- 1) Які правила стають законами?
- 2) Чим відрізняється етика від етикету?
- 3) Для чого правилами обмежувати людську індивідуальність?
- 4) Що впливає на поведінку людини?
- 5) Що таке терплячість? Чи є щось, що не варто і не можна терпіти?

- 6) Якою є галантна людина?
- 7) Чому ґречність вважають нормою поведінки?
- 8) Чим чуйність відрізняється від співчуття?

9. Розв'яжіть кросворд:



По вертикалі:

1. Норма поведінки.
2. Ніяковість, збентеження.
3. Правила, встановлені державою.
4. Наука про мораль.
5. Внутрішній «ревізор».
6. Впливає на поведінку.
7. Заважає раціонально сприймати ситуацію.
8. Внутрішня рушійна сила.

По горизонталі:

1. Результат учинку.
2. Добровільне дотримання правил моралі.
3. Приносить страждання.
4. Правило поведінки, прийняте суспільством.
5. Героїчний вчинок.
6. Уміння чекати.

10. Випробуйте себе в тестуванні:

- 1) Чеснота, що притаманна людині, яка радо приймає гостей:
 - а) скромність;
 - б) гостинність;
 - в) стриманість;
 - г) пунктуальність.
- 2) Моральні зразки, поняття, вимоги, що дають нам можливість оцінювати дійсність за певними критеріями й таким чином орієнтуватися в ній:
 - а) матеріальні цінності;
 - б) моральні цінності;
 - в) емоції;
 - г) почуття.

- 3) Відповідальне і добросовісне ставлення до виконання будь-чого свідчить про наявність у людини такої чесноти:
- а) старанності;
 - б) доброзичливості;
 - в) щирості;
 - г) милосердя.
- 4) Внутрішня спонука, рушійна сила, що визначає поведінку людини, її вчинки та дії, — це:
- а) намір;
 - б) розум;
 - в) мотив;
 - г) наслідок.
- 5) Гречна людина — це:
- а) людина, в якій є гречка;
 - б) вихована людина;
 - в) молода людина;
 - г) грамотна людина.
- 6) Внутрішній «критик», який стежить за тим, щоб людина жила чесно, відповідно до моральних цінностей, не перейшла межі між добром і злом:
- а) совість;
 - б) гідність;
 - в) обов'язок;
 - г) серце.
- 7) Якщо людина хвалиться своїми успіхами, прагне привернути увагу до себе, то їй бракує такої чесноти, як:
- а) чесність;
 - б) доброзичливість;
 - в) скромність;
 - г) вірність.
- 8) Коли людина вчинила негідно, провинилася перед кимось, когось обманула, то відчуття дискомфорту від цього — це:
- а) сором;
 - б) скупість;
 - в) гординя;
 - г) сумління.
- 9) Правила, що встановлюються державними органами і є обов'язковими до виконання, — це:
- а) звичаї;
 - б) закони;
 - в) релігійні норми;
 - г) мораль.
- 10) «Золоте правило» моральності — це:
- а) поважай батька і матір;
 - б) виховані люди вітаються зі знайомими;
 - в) поважай людей похилого віку;
 - г) як хочеш, щоб люди вчиняли відносно тебе, так і ти чини відносно них.

РОЗДІЛ 3

ЛЮДИНА СЕРЕД ЛЮДЕЙ



Вивчаючи розділ, ви:

отримаєте уявлення про моральні основи товаришування та вміння дружити, цінність довіри і толерантність; те, хто такі «Ми» та «інші»;

навчитеся бережливо ставитися до власного майна та майна інших осіб, встановлювати нові контакти й ефективно співпрацювати для досягнення результату, обґрунтовувати необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях, виконувати різні ролі в груповій роботі, раціонально розпоряджатися власними грошима.

дізнаєтеся, що таке сім'я, батьківство, дружба, колектив; що таке булінг і якою може бути протидія його проявам; що таке громадське місце, безпека і добробут; про причини конфліктів, шляхи їх розв'язання та запобігання, про етику відносин та етичний кодекс;

§ 8. Довіра

1. Цінність довіри

У повсякденному житті (вдома, у школі чи на вулиці) часто лунає слово «довіра». Певно, бувало таке, що ви збиралися із однокласниками на перерві і хтось з вас зауважував: «Я впевнений / впевнена в тобі, я тобі довіряю». То що ж означає це загадкове поняття? «Довіра» — це переконання в чесності та порядності людини, віра у щирість її вчинків. Без неї немислимі дружні чи колективні стосунки. Вона є основним фундаментом для людських відносин. Якщо ви не довіряєте людині, значить, ви сумніваєтеся в ній, боїтеся, що вона може образити чи обманути. Коли довіряєте людині, то ви впевнені в тому, що вона не підведе за жодних обставин.



Довіра в уявленні художника



Не слід довіряти незнайомим людям

Як не помилитися? Для цього спочатку потрібно поспостерігати за нею. Якщо вона не обманює, тримає слово, не чинить погано не лише стосовно вас, а й ваших ближніх, то вона варта довіри. Повірте, це чудово, коли в тебе є хтось, кому можна довірити свої таємниці, адже чисті відносини ґрунтуються на цьому почутті. Разом ви відчуваєте себе в безпеці.

Однак, не слід відкривати душу всім підряд! Нині світ, на жаль, переповнений лиходіями. Слід пам'ятати, що довіра суттєво відрізняється від довірливості. Довірлива людина може не підозрювати обману та неправди, без роздумів довіряти іншим. І отже, потрапити в пастку брехні.



Основні правила довіри:

- Приймайте людей такими, якими вони є.
- Ставтеся до інших з такою ж повагою, як до себе. Ставте себе на місце іншого.
- Доводьте своїми вчинками (а не лише словами), що ви гідні поваги.
- Умійте берегти чужі таємниці.

Це знадобиться!



Українська письменниця і поетка Ліна Костенко в «Марусі Чурай» писала:

Чужа душа — то, кажуть, темний ліс.

А я кажу: не кожна, ой не кожна!

Чужа душа — то тихе море сліз.

Плювати в неї — гріх тяжкий, не можна.

Це корисно!

Це ви зможете!

*Поміркуйте в групах чи проведіть опитування на тему:
«Кому люди найбільше довіряють?»*

2. Родинне коло



*Сім'я — особливий
колектив у житті
дитини*

Мудрі люди колись казали: «Дерево тримається корінням, а людина — сім'єю». Сім'я важлива для кожної людини, бо в ній перебувають близькі та рідні нам люди, ті, кого ми любимо і про кого ми турбуємося. Не завжди сім'я була такою, як ми зараз її уявляємо. Колись, у дуже давні часи провідну роль займала жінка (і це називалося матріархатом). Потім почала побутувати традиція, коли головою сім'ї ставав чоловік. Він оберігав своїх рідних, полював, тобто добував їжу тоді, коли жінка займалася вихованням дітей. Сьогодні дуже часто не існує чіткого поділу на чоловічі чи жіночі обов'язки.

Усі допомагають і піклуються один про одного — взаємна допомога та повага повинні стати основою будь-якої сім'ї.

Напевно, кожен / кожна із вас виконує певну роль у сім'ї, тобто має свої обов'язки та права. Право — це вимога, яку ми можемо справедливо заявляти. Всі громадяни держави мають право брати участь у виборах, а дитина має право відвідати кінотеатр, якщо їй це пообіцяли батьки. Окрім такого простого прикладу, кожна дитина має права, які записані в законодавстві України. Зокрема, на відпочинок, належне виховання, здобуття освіти, медичний захист, розвиток талантів та умінь і багато інших.

Права дитини:

- на медичну допомогу;
- на відпочинок і дозвілля;
- на захист і безпеку;
- на освіту та інформацію;
- на сім'ю;
- на ім'я та громадянство;
- на любов та турботу;
- на повноцінне харчування.

Водночас, батьки (або особи, що їх замінюють) мають право на виховання та розвиток дитини, на захист її інтересів. Наголосимо, що батькам (або особам, які займаються вихованням) заборонено фізично карати або застосовувати будь-які дії, які принижують гідність дитини.

Завжди пам'ятайте, що кожна дитина має не лише права, але й обов'язки — вимоги, які ми повинні виконувати. Наприклад, кожен / кожна з нас виконує різну хатню роботу: поливає квіти, підмітає, виносить сміття, збирає речі до школи чи іграшки в кімнаті тощо. Це все (і чимало іншого) — обов'язки.



Деякі обов'язки дітей

Залежно від віку вони можуть змінюватися. Для того, аби сім'я була щасливою, вагомим є взаєморозуміння та партнер-

ські відносини. Кожен член сім'ї повинен поважати права та обов'язки інших членів родини, допомагати та піклуватися про них. Також у кожній сім'ї є свої традиції. Сімейна традиція —



*Святкування Різдва як
сімейна традиція*

це звичаї, які передаються із покоління в покоління. Згадайте, чи збираєтеся ви з родиною завжди за столом на святкування свята? Чи ходите ви в гості на вихідні? Подібні традиції існують для того, щоби сім'я була дружною та щасливою. Вони зближують дітей та дорослих.

3. Коло друзів



*«Друг пізнається
в біді».
Українське прислів'я*

Напевно, кожен / кожна з нас має друга / подругу, а, можливо, і кількох. З ними ми гуляємо, граємося та весело проводимо час. Однак, друг / подруга — це не лише людина, з якою класно спілкуватися, це передусім особа, якій можна довіритися, поділитися власними переживаннями та мріями. Довіра, єдність, спільні інтереси — ось три основи, на яких тримається будь-яка дружба!

Дружба — це взаємовідносини між людьми, засновані на довірі, щирості, спільних інтересах, захопленнях тощо. Один американський письменник якось сказав: «Бог дарує нам родичів.., а друзів вибираємо ми самі». Однак, слід обережно відноситися до такого вибору. Існує й інший вислів: «Скажи мені, хто твій друг, а я скажу, хто ти». Справді, всі ваші приятелі / приятельки, їхні вчинки, уподобання, слова впливають і на вас. Крім цього, потрібно пам'ятати, що звички друзів / подруг можуть з часом стати вашими. Тому слід остерігатися людей із поганими поведінкою, звичками тощо. За тривалий період люди можуть разом пережити різні події: як сумні,

так і радісні. Взаємна допомога, підтримка та довіра можливі лише між по-справжньому відданими людьми.



Це цікаво!

30 липня — Міжнародний день дружби. Його призначення — налагодження діалогу про примирення та взаєморозуміння. Тож не забудьте привітати своїх друзів!

Мислимо практично

1. У чому різниця між довірою та довірливістю?
2. Як переконатися, що людині можна довіряти?
3. Про які права дитини та батьків (або осіб, що їх замінюють) ви дізналися?
4. Що таке обов'язки? Які обов'язки ви маєте в родині?
5. Назвіть три основи, на яких тримається дружба.
6. Чому слід остерігатися людей із поганими звичками?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Калейдоскоп сімейних традицій».** Намалюйте одну з ваших найулюбленіших сімейних традицій. Розкажіть про неї та створіть колективний колаж «Калейдоскоп сімейних традицій».
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому зникли обов'язки. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?
3. **Вправа «Листівка друзям».** Намалюйте листівку другові / подрузі / друзям, у якій розкажіть, за що ви цінуєте свого друга / подругу / друзів.

Мислимо глобально

За допомогою дорослих поясніть приказку «Довіряй, але перевіряй». На прикладі реклами поясніть, чому небезпечно довіряти всьому, що ми бачимо на екранах телевізорів та в інтернеті.

§ 9. Колектив

1. Етичний кодекс колективу



Колектив — це сукупність людей, об'єднаних спільною метою



Спортивний колектив

Людина є соціальною істотою, адже із самого народження проживає серед людей. Разом з іншими робить свої перші кроки та вимовляє перші слова, розвивається, вчиться новому (соціалізується). Колектив — це сукупність людей, згуртованих спільними діяльністю, інтересами та метою. Всі ми одночасно можемо перебувати в кількох колективах. Наприклад, у школі ви та ваші однокласники / однокласниці перебуваєте в шкільному колективі. Вас об'єднують спільні мета (здобути освіту) та діяльність (навчання). Коли відвідуєте різноманітні гуртки, наприклад спортивний чи танцювальний, то перебуваєте вже в іншому колективі.

Існує спеціальний термін, який окреслює норми поведінки в тому чи іншому колективі, він називається *Етичний кодекс*. Так, у кожній групі людей поведінка визначається конкретними правилами. В різноманітних колективах їх можуть формувати різні люди. Наприклад, у класі основні правила визначає вчитель / вчителька, на спортивному майданчику — тренер / тренерка, у мистецькому гуртку — керівник / керівниця. Однак, у будь-якому колективі повинні панувати повага, доброзичливість до всіх його учасників / учасниць, взаємодопомога та співпраця. Досягти успіху вдасться лише тоді, коли в колективі панує довіра та партнерські відносини, тому не слід зверхньо відноситися до учасників / учасниць, відмежовуватися від них.

2. Шкільна етика

Школа — це не просто місце для здобуття освіти. Тут існує ще колектив, зі своїми правилами, які з часом видозмінюються. Наприклад 500 років тому навчальний процес на українських землях виглядав геть по-іншому. Викладання велося латинською мовою, а «шкільна етика» була зовсім незвичною для нас. Школу могли відвідувати діти різного віку, під час навчання вчителі могли використовувати різки. Школярам було заборонено між собою розмовляти, співати чи гратися, а за найменшу провинність їх карали.

Нині існують інші норми шкільної етики. Слід пам'ятати, що відвідування школи і здобуття освіти є вашим обов'язком. Дорослі люди ходять на роботу, а праця учнівства є дещо іншою — здобувати нові знання. Школярі повинні поважати своїх учителів, не обговорювати їхню поведінку з однокласниками / однокласницями. Безумовно, ви можете сперечатися з учителями, не виходячи за рамки етикету. Коли вчитель / вчителька роблять зауваження, слід їх уважно вислухати. Не бійтеся ставити запитання, уточнювати все, що не зрозуміло. Знайте, що кожен / кожна з дорослих мають свій характер. Однак, буває і таке, що в учня / учениці складні відносини з предметом, а не з учителем / учителькою. До того ж старших треба завжди поважати.



*Школа — особлива сім'я,
де всі діти рівні*



*Шкільний
колектив*



*Навчання у школі
800 років тому.
Мініатюра XIV ст.*

Школу відвідують різні діти. Потрібно прихильно ставитися до всіх школярів незалежно від статті, походження чи вірування. Всі учасники шкільного колективу є рівними та заслуговують на повагу. В будь-якому класі повинні панувати доброзичливість, щирість, чесність,

працелюбство, активність, розуміння та співпраця. Шкільний колектив — це особлива сім'я, де діти вчаться взаємодіяти із соціумом.



Це знадобиться!

Правила поведінки в школі:

1. Виявляти пошану до старших, турбуватися про молодших.
2. Не псувати майно школи, акуратно поводитися зі своїм та чужим майном, дотримуватися чистоти.
3. Пам'ятати, що всі ми рівні.

3. Громадські місця

Театр, музей, бібліотека і чимало інших закладів — це місця, які відвідує багато людей, тому їх називають громадськими. Напевно, кожен з нас любить себе і хоче поводитися всюди вільно, однак у громадських місцях слід пам'ятати про інших. Тут потрібно не заважати і не створювати незручності як собі, так і іншим людям.



Поведінка в театрі

Під час відвідин театру чи кіно-театру слід зайняти лише своє місце, яке вказане на квитку. Коли ви проходите до свого місця, поверніться обличчям до глядачів. І обов'язково при цьому слід вибачитися. В театрі забороняється їсти (при потребі це слід зробити під час антракту), псувати меблі, гойдати-ся на кріслах. Викрикування, голосні розмови, сміх, обговорювання гри акторів чи нового «прикиду» однокласників / однокласниць вважаються поганим тоном.

У картинній галереї чи музеї слід поводитися виховано. Певно, ви бачили в музеях написи про те, що чіпати руками



Діти в музеї

музейні експонати заборонено! Часто у великих музеях чи картинних галереях видають спеціальні путівники. Це для того, аби відвідувачі не заблукали. Всі експонати слід оглядати уважно, не поспішаючи.

Під час відвідин бібліотеки чи медіатеки слід дотримуватися тиші і не заважати іншим відвідувачам. Із книгами потрібно поводитися дбайливо, без погодження із бібліотекарем самостійно виносити їх заборонено.

Загалом, мусимо пам'ятати, що в будь-яких громадських місцях слід дотримуватися чистоти, не галасувати та ввічливо ставитися до оточуючих людей. У той же час у більшості громадських місць (театр, кінотеатр, бібліотека, музей тощо) ваші гаджети повинні бути у беззвучному режимі.

4. Поведінка в різних життєвих ситуаціях



Школяр допомагає бабусі перейти дорогу

У місцях скупчення людей слід бути уважними, не метушитися, не галасувати, не вибігати на смугу руху транспорту. Якщо перед вами йдуть бабуся чи дідусь із важкими сумками, будьте ввічливі, запропонуйте їм свою допомогу. Коли ви зустрічаєте приятелів чи знайомих на своєму шляху, вітатися, обніматися чи обговорювати різні справи доречніше на узбіччі, щоби не заважати іншим.

Громадський транспорт — це теж місце, в якому слід поводитися культурно. Очікувати на автобус чи трамвай слід на спеціально відведених місцях (зупинках). Не можна виходити



*Діти заходять
у громадський
транспорт*



*Ставтеся з
повагою до братів
наших менших*



*Не приймайте
подарунків від
незнайомих людей*

на проїжджу частину. Пригадаймо, як правильно поводитися безпосередньо у транспорті. Першими мають заходити діти, літні люди і ті, хто потребує цього (люди з інвалідністю, із важкими речами тощо). У транспорті не можна бігати та галасувати. Коли поступаєтеся місцем, запропонуйте його зі словами «Сідайте, будь ласка».

Багато дітей люблять тваринок, однак до чужих слід відноситися з обережністю. Проходячи повз незнайому агресивну собаку, не можна дивитися йому у вічі і посміхатися. Для собак це означає вихвалитися силою, і він може відреагувати несподівано. Якщо ви боїтеся собак, не втікайте від них, вони можуть це оцінити як прояв гри. Краще просто обійти їхню зграю. Однак, слід пам'ятати, що до братів наших менших слід ввічливо відноситися. Тому не ображайте, не бийте та не кидайте палицями у собак.

Однією із серйозних небезпек, яка підстерігає дитину на вулиці, може бути зустріч із небезпечними незнайомцями чи незнайомками. Такі люди можуть бути схильними до злочинних дій. Для того, аби уникнути такої ситуації, слід дотримувати простих правил. Не грайтеся на вулиці допізна. Ніколи не йдіть гуляти, не повідомивши батьків, куди, не розповідайте незнайомцям про себе, не сідайте із ними в машину, або просто не виконуйте їхні вказівки. В жодному разі не приймайте подарунки від них. Краще не сідайте в ліфт зі сторонніми. Дотримуючись цих нескладних правил, ви зможете оминати чимало небезпек.

Так було!

Рукоштовання — одна з найдавніх форм привітання. Зазвичай, чоловіки вдаються до цього ритуалу і на початку зустрічі, і в її середині, і наприкінці. Якщо рукоштовання міцне, то і ставлення до співрозмовника хороше. Жінки раніше віталися, торкаючись щого до щого (якщо вони добре знайомі), при рукоштованні дама повинна подати руку чоловіку першою. Тож, вітаймося правильно!

Мислимо практично

1. Назвіть відомі вам види колективів.
2. Які норми шкільної етики вам відомі?
3. До чого може призвести порушення шкільної етики?
4. Які місця ми називаємо громадськими?
5. Яких правил етикету слід дотримуватися в театрі та кіно-театрі?
6. Чому не можна приймати подарунки від незнайомців?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Моделюємо ситуацію».** Обговоріть у класі правила поведінки в громадському транспорті. Змоделюйте в класі з однокласниками / однокласницями кілька ситуацій правильного поведінки в транспорті.
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть школу, в якій зникла шкільна етика. Опишіть, що змінилося б у цій школі. Оцініть, чи хотіли б ви навчатися в такій школі. Чому?
3. Створіть плакат «Небезпеки вулиці» з порадами, як їх уникнути.

Мислимо глобально

За допомогою дорослих знайдіть в інтернеті інформацію про навчання дітей у стародавній Спарті. Порівняйте спартанське навчання із сучасною шкільною етикою.

§ 10. Толерантність

1. «Ми» та «не ми»

«Я», «ти», «ми» — відомі займенники, що застосовуються для позначення осіб в однині та множині. Спробуємо встановити, який смисл вкладаємо в коротке та ємнісне слово «МИ». Вочевидь, у контексті цього параграфа, «ми» — це учні та учениці, вчительки та вчителі, автори та авторки цього підручника. Але в кожного / кожної з вас / нас є своє розуміння слова «ми». Можливо, «ми» — це ті, що поруч сидять за партами, ті, що навчаються в одному класі (до прикладу, в 5-му чи 4-му), а також ті, що навчаються в одному закладі освіти, тренуються в одній футбольній команді чи займаються в театральному гуртку. Вочевидь, «не ми» — це ті, що навчаються в іншому класі? Але ж учні / учениці і 4, і 5, і 6, та інших класів вашого закладу освіти — це також «ми», учнівство однієї школи, гімназії, ліцею!!! Різні за віком, за уподобаннями, за кольором волосся і очей, за звичками і характерами, всі ми — один чудовий колектив.

Тим часом «ми» — це також сім'я, родина, сусіди, мешканці однієї вулиці, одного мікрорайону, міста / села, громади, області, населення держави, континенту, планети. Так-так, і це також «ми». Також різні і чудові. Ми спілкуємося між собою, незважаючи на те, що



можемо мати різні переконання, смаки, зовнішній вигляд. Чи «вони», тобто інші люди є інакшими? «Вони» можуть розмовляти іншою мовою, любити інші страви, носити інший одяг, зачіски, слухати іншу музику. І це не означає, що ці, хто не такі, як ми, є гіршими чи кращими. Ми просто РІЗНІ. Наше суспільство складається з численних груп, які різняться своїми цінностями, нормами та правилами поведінки. Благополуччя суспільства залежить від спроможності людей співіснувати

одне з одним: від того, чи поважають і підтримують вони одне одного, чи об'єднують свої зусилля в ім'я загального добра, для постійного поліпшення свого матеріального й духовного життя. Досягнення згоди в суспільстві — справа непроста. У світі неможливо відгородитися в рамках однієї культури, неможливо вижити без контактів на «всесвітньому» рівні. Тому треба вчитися взаємодіяти з «інакшими» людьми і поважати право цих інакших бути такими, якими вони є, а не ігнорувати їх.



2. Що таке толерантність?

Однією з найважливіших цінностей сучасного суспільства є толерантність (від лат. *tolerantia* — «стійкість, витривалість», «терпимість», «допуск»; загалом — це «допустиме відхилення»). В біології, звідки він і «прийшов», термін «толєрантність» означає здатність організму переносити несприятливий вплив того або того чинника середовища. Наприклад, коли на упакуванні насіння огірків пишуть «сорт толєрантний до борошнистої роси», це означає, що рослина стійка до цього захворювання і не реагуватиме на його збудника. В цьому ж сенсі толєрантність до певних ліків означатиме, що вони не подіють на організм.

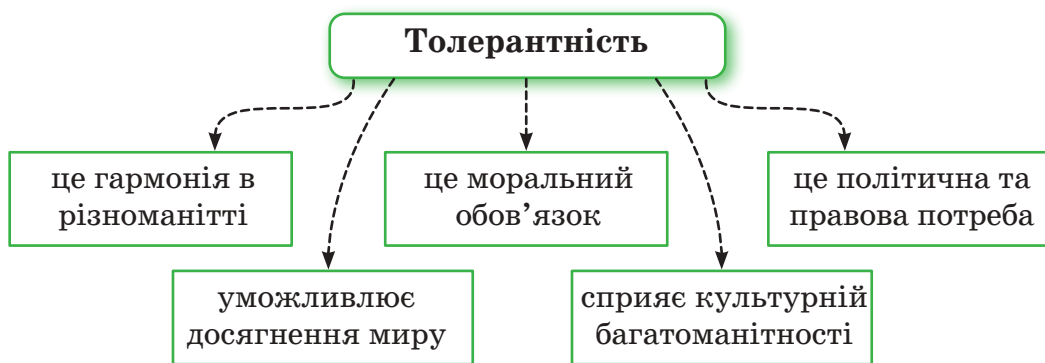
Толєрантність — це здатність взаємодіяти з людьми іншої культури, іншого способу життя; без агресії сприймати думки, які відрізняються від власних, а також поважати особливості поведінки та способу життя інших.



Це знадобиться!

Кожна людина, щоб стати повноцінним громадянином і цивілізованою особистістю, повинна усвідомити кілька простих *правил*:

1. Всі люди різні — не кращі й не гірші, а просто різні.
2. Потрібно сприймати людей такими, якими вони є, не намагаючись змінити в них те, що нам не подобається.
3. Важливо цінувати кожну людину як особистість, поважати її думки, почуття, ідеї, вірування.



Толерантність є нормою сучасного цивілізованого суспільства. Її головні принципи викладено в Декларації принципів толерантності, ухваленій ЮНЕСКО 16 листопада 1995 року (відтоді 16 листопада щороку відзначають як Міжнародний день толерантності). На підставі проголошених принципів у сучасному суспільстві всім людям без винятку має бути надана можливість розвиватися фізично, розумово, морально, духовно, в умовах свободи та гідності. Толерантність означає повагу, прийняття та правильне розуміння багатого різноманіття культур нашого світу, форм самовираження та проявів людської індивідуальності. Їй сприяють знання, відкритість, спілкування та свобода думки, совісті та переконань.

Лауреат Нобелівської премії миру, Генеральний секретар Організації Об'єднаних Націй у 1997–2006 рр. Кофі Аннан стверджував: «Толерантність — це мистецтво жити з іншими людьми та з іншими ідеями».



Трактування толерантності

Це цікаво!

Філософське. Готовність постійно і з гідністю сприймати особистість, річ або подію; терпіння, терпимість, витримка, примирення.

Моральне. Це людська чеснота, яка означає терпимість до відмінностей серед людей, уміння жити, не заважаючи іншим.

Правове. Здатність користуватися правами і свободами, не порушуючи прав і свобод інших.

Індивідуальне. Здатність сприймати без агресії думки, які відрізняються від власних, а також — особливості поведінки та способу життя інших.

Політичне. Повага до свободи іншої людини, її поглядів, думок, поведінки.

Ціннісне. Готовність прийняти інших такими, якими вони є, і взаємодіяти з ними на засадах згоди і порозуміння.

Світоглядне. Поцінювання різноманітності — природної, індивідуальної, культурної.

Толерантність — це поступка, яка формується на основі визнання універсальних прав та основних свобод людини. Але за жодних обставин толерантність не може бути виправданням зазіхань на ці основні цінності. Не можна толерувати насилля, цькування, дискримінацію. Толерантність повинні виявляти окремі люди, групи та держави.

16 листопада
Міжнародний день
толерантності



Бути толерантним — не означає терпіти соціальну несправедливість, відмовлятися від своїх переконань задля поступки чужим поглядам. Кожен / кожна може дотримуватися своїх переконань і визнавати таке ж право за іншими. Адже люди за своєю природою різняться за зовнішнім виглядом, становищем, мовленням, поведінкою та цінностями

і мають право жити у світі та зберігати свою індивідуальність. Тому погляди однієї людини не можуть бути нав'язані іншій. Толерантність має ґрунтуватися на спільній взаємодії і повазі одне до одного.

Так було!

Поняттю «толерантність» понад 200 років тому приділяли значну увагу французький мислитель Франсуа Вольтер і англійський філософ Джон Локк. Вони визнавали толерантність загальною цінністю, необхідною для досягнення миру й порозуміння між релігіями і народами.

Це ви зможете!

Створіть (у парах чи групах) квітку толерантності. Для цього підготуйте овальний аркуш паперу, на якому напишіть слово «толерантність». Виріжте паперові пелюстки різних кольорів, напишіть на них по 1–2 слова, якими ви хочете розкрити суть поняття «толерантність». Наклейте підписані пелюстки довкола умовної серединки квітки.

3. Етнічні, релігійні та інші спільноти, їх звичаї, традиції, церемонії

Повага до чужого способу життя, поведінки, звичаїв, почуттів, ідей, вірувань є головною умовою стабільності в суспільстві. Світ наш складається з різних культурних, етнічних, релігійних спільнот. Представники кожної з них мають свої символи, традиції, уявлення. Словом «толерантність» позначають доброзичливе чи стримане ставлення до індивідуальних чи групових відмінностей. Відчуття людьми своєї етнічної належності, культурної унікальності є дуже важливим. Зазвичай, у кожній державі є більша або менша кількість різних етнічних груп. **Етнічна група** (етнос) — це частина суспільства, члени якої вважають, що спільним для них усіх є їхнє походження, культура і що вони беруть участь у спільній діяльно-

сті. Решта суспільства вважає цю групу відмінною від інших за певне поєднання таких рис, як мова, релігія, батьківщина предків і пов'язана з нею культура.



Це цікаво!

«Якби запропонувати всім народам на світі вибирати найкращі з усіх звичаї та звички, то кожен народ, уважно розглянувши їх, вибрав би свої власні» (Геродот).

«Хто розумний, той радий, що на світі є день та ніч, літо і зима, молоді і старі, що є метелики і птахи, і різного кольору квіти і очі, що є дівчатка і хлопчики» (Януш Корчак).

Знати і розуміти звичаї й традиції представників народів та різних віросповідань, які живуть поруч, важливо і необхідно. Адже, якщо очікуємо поваги до власних почуттів, уявлень і переконань, мусимо розуміти, що цього ж від нас сподіваються інші. До прикладу, якщо в одному колективі працюють люди, що сповідують християнство, іудаїзм та іслам, доречно враховувати, що для християн святим днем є неділя, іудеї не можуть працювати в суботу, а мусульмани мусять відвідати свій храм (мечеть) у п'ятницю. Варто дізнатися також про священні символи та найголовніші положення різних вірувань, щоб не ображати релігійних почуттів людей, що їх сповідують.



Це знадобиться!

Символи світових релігій

іудаїзм



християнство



іслам





Це цікаво!

В Японії вітання, прохання, поздоровлення супроводжують поклонами, які називають «одзігі». Їх вважають настільки важливими, що дітей змалку навчають правилам одзігі. Виконують уклін з трьох положень — стоячи, сидячи по-європейськи або по-японськи. Під час зустрічі молодші повинні першими ввічливо кланятися старшим. Залежно від ситуації розрізняють тривалість і глибину поклону. В Японії не менше шести видів одзігі. Класичний уклін виконують згинанням талії в корпусі з прямою спиною і руками, розташованими з боків (для чоловіків), і руками, складеними на колінах (для жінок). Під час поклону треба дивитися в обличчя співрозмовнику, але не прямо йому в очі. Поклони бувають офіційні, неофіційні і дуже офіційні. Неофіційні поклони прийнято здійснювати, злегка нахиляючи корпус і голову. При більш офіційних одзігі кут нахилу корпусу збільшується приблизно до тридцяти градусів, а при дуже офіційних — до 45–90. Зазвичай поклони з вибаченнями довші і глибші, ніж інші види одзігі. Частота, глибина і тривалість поклонів відповідають тяжкості скоєного і щирості вибачень. При цьому під час спілкування з іноземцями японці часто тиснуть руки, іноді поклони поєднують із рукостисканням.

На Земній кулі проживає понад 4 тис. різних **етносів**. З них тільки 800 досягли стадії **нації** (зі спільною економічною, історичною, політичною, соціальною єдністю). Націй чисельністю понад 10 млн осіб у світі лише 67, серед них найчисельніші: китайці, хіндустанці, американці США, росіяни, японці, бенгальці і бразильці.

Поняття «**народ**» вживається для означення громадян однієї країни незалежно від їх етнічного походження.

У світі існують народи, що не мають своєї державності, а також народи, територія проживання яких розділена між кількома державами.

Християнство

Найпоширеніша зі світових релігій, яку сповідує майже 2 млрд людей. Воно виникло в I ст. і на сьогодні має найбільший вплив у країнах Європи, Америки, Австралії. Християнство має три основні напрямки: **православ'я, католицизм, протестантизм**. Канонічна книга Біблія.

Іслам (мусульманство)

Виник у VII ст. серед арабів — корінних мешканців Аравії. Іслам не знає поділу на світський і духовний. Уряди мусульманських держав у своїй діяльності керуються шаріатом — зводом законів мусульманського права. Канонічна книга Коран. Іслам нараховує понад 1,3 млрд чоловік.

Іудаїзм (юдейство)

Одна з найперших етнічних, монотеїстичних релігій, що виникла в I тис. до н. е. в Палестині. Поширений іудаїзм серед євреїв Ізраїлю, США, Росії, України, Аргентини та багатьох інших країн. Священним місцем для іудеїв є Єрусалим, куди прочани їдуть, щоб помолитися біля Стіни плачу — решток стародавнього храму. Канонічна книга Тора. У світі понад 1,7 млн віруючих.

Буддизм

У світі налічують близько 400 млн людей, що сповідують буддизм. Історія буддизму бере початок у Північній Індії VI–V ст. до н. е. Ця релігія поширена в Бутані, В'єтнамі, Індії, Камбоджі, Китаї, Кореї, Лаосі, Монголії, М'янмі, Непалі, Таїланді, Тибеті, Шрі-Ланці, Японії. Канонічна книга Трипітака.

Мислимо практично

1. Які значення має слово «толерантність»?
2. Продовжте речення: «Бути толерантним означає...».
3. Чому важливо знати і розуміти звичаї, традиції представників інших народів, які живуть поруч?

4. Чи актуальна проблема толерантності в наш час? Чому? Використовуйте конструкції: Я вважаю, що... Я так вважаю, тому що: по-перше, ... по-друге, ... по-третє, ... Отже, ...

Мислимо творчо

1. **Вправа «Асоціації».** Працюючи в групах, доберіть характеристики людини, що асоціюються з поняттям толерантності і починаються з букви вертикального рядка.

Т — терпимість

О — ...

Л — ...

Е — ...

Р — ...

А — ...

Н — ...

Т — ...

Н — ...

І — ...

С — ...

Т — ...

Ь

2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди перестали поважати звичаї, вірування, культурну унікальність інших народів. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?

Мислимо глобально

Уявіть, що ви отримали завдання від міжнародної організації ЮНЕСКО розробити ескіз емблеми «Толерантність», якою прикрасять сувенірну продукцію, постери та інші матеріали, з метою популяризації та підтримки толерантної поведінки в усьому світі. Намалюйте ескіз та обговоріть його у класі.

§ 11. Конфлікт

1. Конфлікти, їх види і причини

Як ви вже знаєте, всі ми різні. Кожна людина — особистість, індивідуальність, зі своїми думками, поглядами, принципами та цінностями. Звичайно, це може бути причиною різних сутичок, які узагальнено називають «конфліктами». Конфлікти в нашому житті є і будуть завжди, але не завжди це погано. Давайте розглянемо, що ж таке конфлікт і які вони бувають.

Конфлікт — суперечка, сварка, спір, зіткнення протилежних сторін, думок, інтересів, суб'єктів і навіть бійка.



Конфлікти можуть бути:

- **внутрішніми** (особистісними), наприклад таким є вже відомий вам моральний конфлікт — коли людина потрапляє в ситуацію морального вибору і повинна визначитися з варіантом своєї подальшої поведінки, обираючи між рівними для себе, але взаємовиключними моральними цінностями;
- **соціальними**, які виникають між різними людьми, групами і навіть народами.

Соціальні конфлікти можуть різнитися за причинами виникнення, тривалістю, своєю гостротою і наслідками.

Причинами конфлікту можуть бути наша зовнішня несхожість, звички, різні інтереси, різний рівень підготовки, соціальне походження, майновий стан, протилежні думки щодо якоїсь проблеми, вірування і традиції, і навіть будь-яка дрібниця.

За *тривалістю* вони можуть бути короткими, емоційними, а можуть переростати в тривалі, коли вже й забувається перша причина, але залишається неприязнь між людьми і з будь-якого приводу може виникнути нова суперечка.

За *гостротою* конфлікти можуть бути агресивними, емоційно напруженими, коли сторони починають кричати, ображати один одного, лаятись і навіть битися.

За наслідками ж розрізняють конструктивні конфлікти — вони дають можливість знайти вихід зі складних ситуацій, визначити шляхи вирішення проблем, якщо обидві сторони конфлікту цього прагнуть. Як конструктор, скласти деталі так, щоб це задовольнило обидві сторони, таким чином прийти до гармонії у відносинах. А можуть бути деструктивними — руйнівними, коли сторони не хочуть чути одна одну, не прагнуть до взаємодії і налагодження добрих стосунків.



Так було!



1939
1945
**НІКОЛИ
ЗНОВУ**

Війна — найвищий ступінь загострення стосунків у країні або між країнами, коли для з'ясування цих стосунків використовують армію та зброю. Коли у війну вступає велика кількість країн і вона набуває планетарного масштабу, таку війну називають світовою. Людство вже перенесло дві світові війни. 8–9 травня Україна традиційно відзначає День пам'яті та примирення і День перемоги над нацизмом у Другій світовій війні, в якій загинуло багато українців. Символом пам'яті з 2015 року є червоний мак. Пам'ятаючи про руйнівні наслідки цих війн, намагатимемося ніколи знову їх не допустити.

Це ви зможете!

Виберіть із запропонованих висловів відомих людей той, що вам до вподоби, і поясніть, що мав автор / авторка на увазі:

- «Якщо ви не можете прийняти рішення через конфлікт між розумом і серцем, — довіртеся розуму» (А. Ренд).
- «Переговори свідчать про гідність, а не про малодушність. Це — рівновага сил і зміна стратегій» (П. Коельйо).
- «Чим складніший конфлікт, тим значиміший тріумф» (Дж. Вашингтон).
- «Людство повинно позбутися війни, інакше війна позбудеться людства» (Дж. Кеннеді).

2. Шляхи розв'язання і запобігання конфліктам

Уміння вирішувати конфлікти — це дуже важливе вміння в житті. Що ж робити, якщо ви потрапили в конфліктну ситуацію? Як його розв'язати, щоб він не став деструктивним?

Це ви зможете!

Де знайти сміливість для вирішення конфлікту?

Ви повинні розуміти і визнавати, що кожна людина має право на свої емоції, почуття й бажання і може їх проявляти. Тому потрібно бути чутливим до інших людей, спробувати дивитися на світ з різних точок зору, ставити себе на місце іншого. Інколи конфлікт зовсім не полягає у з'ясуванні, хто правий, а хто не правий, а достатньо взяти до уваги, що думки і позиції можуть бути протилежними. Слід поважати думку інших людей, незалежно від своєї згоди чи незгоди з ними. Якби ми всі думали однаково, то людство перестало б розвиватися.

Так було!

І все-таки вона крутиться!!!

Колись у давнину вважалося, що наша планета стоїть на трьох величезних слонах, які стоять на гігантській черепаші. Пізніше висунули гіпотезу, що Земля була центром Всесвіту, а Сонце, Місяць, зірки та інші небесні тіла оберталися навколо неї. І лише в епоху Відродження широкого поширення набула геліоцентрична теорія світобудови, за якою в центрі Всесвіту знаходиться Сонце, а всі інші об'єкти обертаються навколо нього. За поширеною легендою, Галілео Галілей, який стверджував, що центром Всесвіту є Сонце, а Земля обертається навколо нього, був засуджений до спалення на вогнищі за свої погляди. І перед виконанням вироку він тупнув ногою і сказав: «І все-таки вона крутиться!». Цей легендарний вислів Галілея і сьогодні вживають для позначення глибокої впевненості, переконаності в чомусь!

Дуже важливо, щоб конфлікт залишався в «мовному» руслі. Вдаватися до лайки або фізичної сили — деструктивно, як і переривати співрозмовника або відмовлятися його вислуха-

ти. Можливо, його аргументи слухні і змусять вас переглянути свої переконання. І це зовсім не буде сприйматись як ваша слабкість, а, навпаки, свідчитиме про вашу мудрість.

І пам'ятайте: хто б не почав сварку, відповідальність за подальший розвиток подій несуть завжди двоє.



Це знадобиться!

Правильні кроки для вирішення конфлікту:

1. Стоп (зупинитися). Не дозволяйте емоціям виходити з-під контролю. Зробіть крок назад і спробуйте заспокоїтись, оскільки гнів ускладнює вирішення конфлікту.
2. Висловити (розкрити один одному), в чому полягає суть конфлікту. Переконайтеся, що другий учасник конфлікту, як і ви, чітко розуміє, що викликало конфлікт, що є його причиною, й уточніть потім, чого хоче чи не хоче кожен із вас.
3. Знайти позитивні варіанти. Подумайте над тим, яке справедливе рішення можна запропонувати — таке, щоб воно задовольнило потреби вас обох.
4. Вибрати той позитивний варіант, з яким ви обоє можете погодитися.

Якщо ж ви жодним чином не можете домовитися, зверніться по допомогу до людини, не залученої до конфлікту. Особа, яка не зацікавлена в кінцевому результаті, ймовірно, буде більш об'єктивною в ситуації, що склалась.

Коли дорослі люди не можуть самотужки розв'язати конфлікт, вони можуть звернутися до суду — спеціального державного органу, який покликаний вирішувати правові спори, відновлювати справедливість. Суддя в кожному конкретному випадку ухвалює справедливе рішення, яке є обов'язковим для виконання сторонами. Сучасною формою розв'язання конфліктів є медіація (посередництво із залученням посередників — авторитетів).

Це ви зможете!

Прочитайте вірш. Поясніть, що стало причиною конфлікту між їжаком і раком. Як би ви порадили вирішити цей конфлікт?



Їжак проти рака

Завітав їжак до рака,
 Бо підстригтися хотів:
 — В мене зачіска ніяка,
 Я б змінити щось хотів.

Хочу стильно виглядати...
 — Як конкретно — розкажіть.
 — Я не знаю, як сказати...
 Якось класно підстрижіть!

Ви досвідчений у моді,
 Ви стиліст і перукар,
 Кажуть, є у вас природний
 Неповторний смак і дар.

— Не таке ще звірі брешуть! —
 Їжаку рак відповів
 І підніс великі клешні
 Їжаку до голови.

Рак зробив свою роботу,
 Дав люстерко їжаку:
 — Прошу, — каже, — оцінити
 Вашу зачіску нову!

Закричав їжак у кріслі:
 Він у дзеркалі уздрів,
 Що без голок, зовсім лисий,
 І тавро на голові!

Підскочив від хвилювання:
 — Що ти, раче, наробив!?
 Це не зачіска! Знуцання!
 Я такого не хотів!

Рак йому: — Це дуже модно!
Ти журнали подивись!
Колобок завжди так ходить
І відомий на весь світ!
Сам довірив мені стрижку,
Говорив про дар і смак.
— Ні-ні-ні! — сказав їжак.
— Я підстриг! Плати! Дам знижку!
— Через тебе й твою моду
Посміховиськом я став!

Я подам тебе до суду!
Шкоди ти мені завдав!
Як мені без голок жити?
Як від лиса захиститись?

Володимир Читай (зі збірки «Справедливці»)



Це цікаво!

Засобом розв'язання конфлікту є «золоте правило» — «з двох лих обрати менше». Менше зло не є добром, але воно є компромісом у тих випадках, коли гармонія принципово неможлива для учасників конкретної ситуації.

Мислимо практично

1. Що таке конфлікт?
2. Якими бувають конфлікти?
3. Як називають конфлікт у країні або між країнами, в якому використовують зброю та армію?
4. Чи може бути конструктивним емоційний конфлікт?
5. Доберіть приклади конструктивних і деструктивних конфліктів.
6. Поміркуйте, чому важливо вміти вирішувати конфлікти. Використовуйте конструкції: Я вважаю, що ... Я так вважаю, тому що: по-перше, ... по-друге, ... по-третє, ... Отже, ...

7. Що таке медіація та яку роль вона відіграє?
8. Що таке конфліктологічний менеджмент?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди не вміли б вирішувати конфлікти. Опишіть, що ви бачите в цьому світі. Чи хотіли б ви жити в такому світі? Поясніть, чому.
2. Обговоріть у групах причини конфліктних ситуацій, учасниками яких ви були. Опишіть за алгоритмом один конфлікт із вашого досвіду:
 - У чому суть конфлікту (не називайте імен, не переходьте на особистості)?
 - Які емоції ви відчували під час конфлікту?
 - Як вирішився конфлікт?
 - Як його можна було уникнути?
3. **Вправа «У пошуках справедливості».** Подумайте, яке справедливе рішення можна запропонувати в перелічених нижче ситуаціях — таке, щоб задовольнило потреби конфліктуючих сторін:
 - На перерві відбулася штовханина, в результаті між учасниками почалася сварка;
 - В їдальні учні не поділили обід, через що розпочалася сварка.

Мислимо глобально

Вправа «Життєва мудрість». Запитайте в батьків або в інших дорослих про життєвий урок, який вони винесли з конфліктної ситуації, що мала місце в їхньому житті.

РОЗДІЛ 4

КУЛЬТУРА СПІЛКУВАННЯ



Вивчаючи розділ, ви:

□ отримаєте уявлення про види та моральні норми спілкування; роль спілкування в житті людини;

□ навчитеся ефективно діяти для запобігання конфліктам, моделювати ситуації з конструктивним залагодженням конфліктів, розрізняти складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважати свій і чужий особистий простір під час спілкування, виконувати різні ролі у груповій роботі. Знати, як управляти конфліктом.

□ дізнаєтеся про ефективне спілкування, безпеку особистості; що таке самовираження, активне слухання, дрес-код, емпатія; якими є правила безпеки в соціальних мережах;

§ 12. Види та моральні норми спілкування

1. Роль спілкування в житті людини

Геній українського народу Тарас Шевченко писав: «Ну що б, здавалося, слова... / Слова та голос — більш нічого. / А серце б'ється — ожива, / як їх почує!.. Знать, од Бога / і голос той, і ті слова / ідуть меж люди!». Мова оточує нас, ми живемо нею. Вона — наш універсальний спосіб встановити контакт. За допомогою слів ми можемо висловити наше захоплення, запросити когось на зустріч, чемно перепросити або, якщо доведеться, голосно обуритись. І ще багато-багато іншого!



*Люди знайдуть
спільну мову!*

обов'язок бути ввічливими у спілкуванні з людьми з порушеннями слуху чи мовлення, так само як і з іншими людьми.



*Різні мови не обмежують
спілкування!*

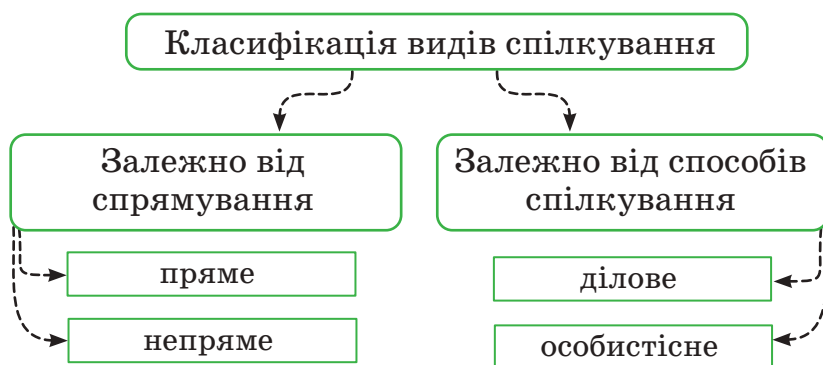
Наше перше слово «мама» торує шлях у світ **спілкування** або, як ще кажуть, **комунікації** (це слово походить із латинської мови). Раз ступивши на цю дорогу, ми говоритимемо та спілкуватимемося все життя. Є люди, які не можуть говорити або чути від природи (або через травми). Наш

Потреба в комунікації утворюється із прагнення людей до життя в спільноті та співробітництві. Потребу у спілкуванні, в налагодженні емоційного контакту, прагнення до дружби і співпраці називають афіліацією. Ми звертаємося до неї, бо бажаємо бути у зв'язку з іншими людьми як заради самого процесу спілкування, так і для позбавлення від пригнічення постійної самотності.



Це цікаво!

Існує кілька різновидів спілкування. Воно може бути прямим, коли під час контактування люди особисто сприймають одне одного. Щоправда, існує також непряме спілкування — воно здійснюється через посередників, якими можуть бути інші люди або навіть предмети (листи, аудіозаписи тощо). Свої власні проблеми чи успіхи ми можемо відверто обговорювати із близькими. Таке довірливе спілкування називають особистісним. Однак, із малознайомими чи геть незнайомими людьми ми спілкуємося по-іншому і розмову ведемо на інші теми. Таке «стримане» спілкування назвали діловим.



Це знадобиться!

Мова жестів — вид ведення розмови, який дає змогу позначати слова й окремі літери алфавіту певними жестами. Таку мову використовують при глухоті або інших важких порушеннях слуху.



2. Культура спілкування

Для того, аби нормально спілкуватися та знаходити спільну мову, дорослі виробили культуру спілкування — сукуп-

ність певних усталених норм, яких треба дотримуватися при розмові з іншими людьми. Наприклад, під час діалогу варто намагатися підтримувати зоровий контакт (тобто не дивитися у свій смартфон!), говорити грамотно, чітко вимовляючи слова, не надто голосно, але так, щоби вас почули. Уникайте, як кажуть в Україні, панібратських відносин зі старшими чи малознайомими людьми, знайте, що в інших державах існують свої правила спілкування. Наприклад, в Японії прийнято повідомляти сумні новини з посмішкою, щоби трагічним виразом свого обличчя не псувати і без того невдалий день. А от у США прийнято посміхатися за будь-яких обставин — скаржитися можна лише найближчим людям.



Посмішка допомагає в житті та розмові



Спілкуючись правильно, знайдемо друзів

При спілкуванні слід поважати приватні межі іншої людини. Границі особистої свободи ми встановлюємо самі, і такі рішення є важливим вибором. Нав'язуючись у розмову, наголошуючи виключно на власній думці та її правильності / не-правильності, незважаючи

на почуття інших, ми здатні завдавати болю співбесідникам. Нехтування почуттями інших веде до поступового припинення спілкування, перетворення вас на «токсичну» особу, з якою мало хто захоче говорити. Щоб уникнути такого, пам'ятайте, що спілкуватися ще треба морально, тобто без образ, без вживання «поганих слів», без непотрібного обговорення деталей свого життя, яких іншим знати не варто. Прості правила у спілкуванні дозволять стати гарним та приятним співрозмовником.

3. Долання бар'єрів слухання

Чому люди, розмовляючи, не розуміють один одного? Причин може бути чимало. Наприклад, ніхто не хоче поступати своєю позицією — впертюхи так і залишається кожен при своєму. Можливо, слова завдають комусь шкоди, а наша підсвідомість оберігає нас від поганого, тому й інші думки так і залишаються непочутими. Можливо, все набагато простіше, й іноземці просто не можуть порозумітися, бо говорять різними мовами.

Подолати бар'єри, що виникають між співрозмовниками, допоможе **емпатичне слухання** — висловлення спільного переживання, розуміння емоцій ваших співбесідників чи



*Під час розмови
потрібно вміти
слухати!*

співбесідниць під час вислуховування. Стати емпатичним, на перший погляд, нескладно. Можна вживати під час розмови вирази «Ви, напевно, дуже засмутилися», «Вам, очевидно, неприємно було про це дізнатися» і багато інших. Можна також «віддзеркалювати» чужі думки — буквально повторювати чужі слова. Наприклад, на слова подруги про те, що вона хоче кота, але ніхто її не слухає, можна відповісти, що вона завжди хотіла кота і

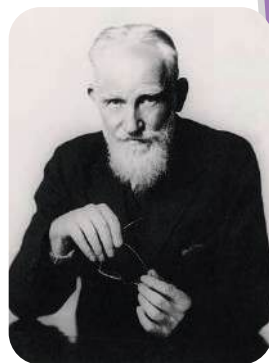
ніхто її не слухає. Завдяки цьому нескладному способу вдасться уточнити, що саме ваші співрозмовники хотіли сказати, а вони зрозуміють, що їхні думки почуті і стали вам ближчі.

В емпатичному спілкуванні є важлива деталь — воно не повинно відбуватися формально (тобто напоказ). Його мета — встановити приязні відносини між тими, хто спілкується, тож поклик до його використання повинен іти від душі. Лише зі щирим серцем ми можемо поспівчувати або порадіти разом з іншими!



Це знадобиться!

Бернард Шоу, ірландський письменник та громадський діяч, казав: «Якщо в тебе є яблуко і в мене є яблуко, то, обмінявшись ними, ми будемо мати по одному яблуку. Коли в тебе є ідея і в мене є ідея, то, обмінявшись ними, ми отримаємо по дві ідеї». Пам'ятайте, що спілкування та обмін ідеями збагачують наш розум та мову!



Це цікаво!

У Біблії записана повчальна історія про зведення величезної вежі в місті Вавилон. Люди, що жили у межиріччі річок Тигр та Євфрат (на сучасному Близькому Сході, де існувало колись це місто), запишалися від своєї заможності й вирішили збудувати таку високу вежу, щоби вона дісталася аж до самого неба. Бог, розсердившись на пихатих людей, покарав їх. Люди, що до того говорили однаково, раптом почали розмовляти абсолютно різними мовами! Вони не розуміли одне одного, втратили єдність та занедбали будівництво. Отож, так з'явилися всі людські мови!

Сьогодні у світі нараховують понад 7000 мов. Незважаючи на таке різноманіття, всі люди на планеті потребують спілкування!

«Молитва — це спілкування (розмова) з Богом».

«Молитва — це звернення до Бога».

«Біблія — це лист Бога до людей» (св. Григорій).

Мислимо практично

1. Які можливості надає людині мова?
2. Наведіть різновиди спілкування та доберіть приклади до кожного з них.
3. Назвіть ознаки «токсичної особи».
4. Чому люди інколи не можуть зрозуміти один одного?
5. Чи є емпатія якістю, яка притаманна людині від народження, чи можна розвивати цю здібність?

Мислимо творчо

1. Об'єднайтеся в групи та складіть перелік правил, порад, які допоможуть людині стати гарним співрозмовником / співрозмовницею.
2. **Вправа «Зіпсований телефон».** Передайте ланцюжком якомога точніше повідомлення, яке надасть учитель. Після гри подумайте, чому важливо вміти слухати та чути.
3. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди забули про культуру спілкування. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?

Мислимо глобально

Дізнайтесь як звучить слово «мама» різними мовами світу. Для цього скористайтесь гугл-перекладачем. За необхідності, зверніться по допомогу до дорослих. Яку особливість ви помітили?

§ 13. Вербальне спілкування

1. Культура мови. Темп, тембр мовлення. Інтонація



*Культура мови —
запорука добрих
стосунків.*

Вербальне спілкування — це спілкування, яке реалізується з використанням мови, словесне. В сучасному світі воно є найпоширенішим способом обмінятися думками чи донести до когось потрібну інформацію. Воно підпорядковується певним правилам. Зокрема, **культура спілкування** — це використання стійких мовних норм у розмові та на письмі. У школі ви знайомитеся зі зразками правильної мовної поведінки, відпрацьовуєте мовні

прийоми у спілкуванні з учителями та однолітками. Проте, навіть за межами школи потрібно стежити за тим, що і як говорите. Робота над культурою мови триває упродовж усього життя. Запам'ятайте віршовані слова нашого відомого земляка Максима Рильського: «Як парость виноградної лози, / плекайте мову. Пильно й ненастанно, / політь бур'ян. Чистіша від слюзи / вона хай буде...». Допомогти у мовленні можуть темп, тембр мовлення та інтонація.

Темп — це швидкість, з якою ми говоримо. В кожного з нас вона різна — хтось розмовляє швидко, хтось розтягує слова, ніби отримує від того задоволення. Проте пам'ятайте: навіть нестримно «стрекочучи», ви повинні думати, чи вас розуміють. Особливо майте це на увазі при розмові з іноземцями.

Тембр мовлення — це прикметні риси нашого голосу, які створюють його неповторність. Напевно, ви коли-небудь чули себе «зі сторони» (на відео- чи аудіозаписі)? І здивувалися, бо не впізнали свій голос! Це явище пов'язано з тим, що ми чуємо свій голос зсередини, а довколишні люди — ззовні.



Говорить не поспішаючи!

Інтонація — це послідовна зміна тону, сили і часу звучання голосу. Від інтонації в розмові залежить дуже багато. Інтонація «керує» тривалістю звуків, якими ми говоримо, вона «розставляє» наголоси, щоби нас зрозуміли, «ставить» паузи, щоби підкреслити важливе у сказаному, тощо.



Чимало людей, які вчили іноземну мову, думають, що носії цієї мови говорять значно швидше, ніж вони. Це пояснюється тим, що нашому мозку (особливо, коли ви не дуже добре володієте іноземною) ледь вистачає часу, щоби вловити та потрактувати все сказане. Тому складається враження, що інша мова дуже швидка. Насправді, так само для іноземців швидкою є українська!

Це цікаво!



Сприймайте іноземців з повагою, бо ми для них — теж іноземці

2. Як донести свою думку?

Напевно, з вами траплялися випадки, коли складно зрозуміти людей, з якими говорите. Щоби самим не опинитися в подібному становищі, слід говорити спокійно, зі звичайною для себе інтонацією. Це дасть змогу «заспокоїти» співрозмовника чи співрозмовницю та, як наслідок, дійти до певного розуміння.

Мудрі дорослі кажуть, що потрібно менше вживати «але». Воно, це «але», начебто перекреслює все сказане до нього. З цієї причини наші слухачі почують лише половину того, що ви прагнули сказати. Так само відмовляйтеся від негативної частки «не». Наприклад, на просте питання «Чи не



підкажете, котра година?» інколи хочеться відповісти «Ні, не підкажу!». Краще оформити його так: «Підкажіть, будь ласка, котра година». Ввічливість і позитивне налаштування — добрі «друзі» розмови.

Намагайтеся застосовувати поменше специфічних слів (сленгу). Уявіть ситуацію. На зустрічі з випускником школи в актовій залі він запропонував присутнім провести SWOT-аналіз, щоби знати, що пропонувати «стейкхолдерам». Учні та учениці не повністю зрозуміли завдання, але



Використовуйте менше сленгу в розмові, щоби вас розуміли

посоромилися це визнати. Лише за деякий час одна учениця все ж перепитала, про що йдеться. Як виявилось, треба було виявити сильні та слабкі сторони свого проєкту, щоби потім не розгубитися перед роботодавцями. Намагайтеся говорити простішою мовою, щоби вас розуміли всі учасники комунікації.



Це знадобиться!

Американська письменниця та громадська діячка Ліз Карпентер колись писала: «Як багато ми втратили, переставши писати листи! Телефонну розмову не можна перечитувати знову і знову». Свої думки можна передавати також письмово. Листування — одна з найдавніших форм спілкування, і її слід використовувати. Подумайте, чи приємно отримати листівку, письмове вітання чи лист від друга або подруги. Так само і вони втішаються, коли отримають письмову вісточку від вас!

3. Як розуміти інших?

Отож, потрібно визначити і зворотній процес. Як почути інших та зрозуміти їх? Слухати вміють не всі, бо слухання потребує уваги. Точніше, слухають ті, хто напружує свої вуха, а от чують тільки ті, хто напружує свій мозок,



концентрується на словах. Тому, виходить, слухачі не завжди чують, якщо в цей час їхня увага та свідомість зайняті сторонніми проблемами, мріями, спогадами, думками тощо. До того ж, чимало людей чують виключно те, що бажають почути.

Намагайтеся почути інших

Найкращий спосіб — це слухати уважно. Ще один метод — поставити себе на місце промовців, поглянути на предмет розмови з їхньої позиції. Напевно, так буде простіше віднайти потрібні слова, щоби порозумітися та дійти певного висновку. Якщо ви подумки поміняєтеся ролями, то можна буде простежити і з'ясувати, чому інші чинять саме так, а не інакше.

Прислухайтесь до співрозмовниці чи співрозмовника. Зазвичай, люди дуже часто говорять про те, що їм цікаво в першу чергу, про що вони мріють, чого або кого остерігаються, що їх хвилює.

4. Активне слухання



*Активне слухання
важливе у спілкуванні*

Слухання дорослі розподіляють на активне та пасивне, які пов'язані із рефлексією (сприйманням).

Пасивне слухання (нерефлексивне) — це вислуховування співрозмовників без участі в розмові. Такий вид краще використовувати тоді, коли вам розповідають особисте ставлення до

певної події, повідомляють важливу інформацію, емоційно розказують особисті речі.

Активне слухання (рефлексивне) — це налагодження зворотного зв'язку зі співрозмовниками під час розмови, щоби краще зрозуміти їхні слова. Активне слухання допомагає нам з'ясувати, уточнити, зрозуміти інших.



Це знадобиться!

Правила для активного слухання

1. Умійте показати свою повагу та інтерес.
2. Запам'ятовуйте імена співбесідників чи співбесідниць, це додасть вашому спілкуванню «теплоти».
3. Уникайте другорядних суперечок та не придирайтеся до слів.
4. Дослуховуйте до кінця.
5. Поважайте думку інших.
6. Уникайте наказового тону під час розмови.
7. Частіше посміхайтесь.

Мислимо практично

1. Назвіть найпоширеніший спосіб обміну думками.
2. Що допомагає в мовній культурі?
3. Чому інколи нам складно зрозуміти людей, з якими говоримо?
4. Якими бувають види слухання?
5. Що означає «вміти слухати»? Назвіть найбільш важливі сторони цього вміння.
6. Як ви можете кому-небудь показати, що слухаєте свого співрозмовника / співрозмовницю?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Німе кіно».** Покажіть за допомогою жестів і міміки одне з українських прислів'їв. З якими труднощами ви зіткнулися під час виконання вправи?

2. **Вправа «Моделюємо ситуацію».** Обіграйте одну з двох запропонованих ситуацій та обговоріть її за запитаннями.

Ситуація 1. Спілкування двох друзів, один з яких розповідає про свій улюблений фільм, а другий — не дивиться на співрозмовника, перебиває, дивиться на годинник, переводить погляд убік тощо.

Ситуація 2. Спілкування двох друзів, один з яких розповідає про свій улюблений фільм та стверджує, що цей фільм найкращий, а другий — підтримує візуальний контакт зі співрозмовником, дослуховує до кінця, не придирається до слів та поважає думку співрозмовника.

Питання для обговорення:

- 1) В якій ситуації співрозмовник слухав друга? Як ви про це здогадалися?
 - 2) Які дії підказували вам, що співрозмовник слухав / не слухав друга?
 - 3) Як ви думаєте, що відчував доповідач у першій та другій ситуаціях?
3. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди розучилися слухати своїх співрозмовників. Опишіть, що змінилося б у світі. Оцініть, чи хотіли б ви жити в такому світі. Чому?

Мислимо глобально

1. За допомогою дорослих знайдіть в інтернеті інформацію про найуживаніші мови у сучасному світі. Дізнайтесь з інтернету які мови називають «мертвими»?

§ 14. Невербальне спілкування. Самовираження

1. Мова тіла. Мова жестів

Спілкування між людьми відбувається не лише за допомогою слів в усних або письмових повідомленнях. У процесі спілкування важливу роль відіграють емоції, тому мають значення манери співрозмовників, жести, погляд, дистанція, поза тіла і багато іншого. Все це називають засобами **невербального спілкування**, які виконують функції доповнення, а інколи й заміщення мови, вираження емоцій і ставлення до співрозмовника/співрозмовників. Спостерігаючи за співрозмовником / співрозмовницею можна зрозуміти, як сприймає він / вона те, що ви говорите (схвально чи вороже), чи щирий / щира чи щось приховує, чи зацікавлений / зацікавлена чи нудьгує.

Мімікою називають рухи м'язів обличчя, що виражають почуття та емоції людини. Мімічні рухи здійснюються нами, зазвичай, мимовільно.

Жестом є рух (дія) людського тіла або його частини, який має певне значення або сенс, тобто є знаком або символом. Багато жестів теж використовуються людьми при розмові підсвідомо, для доповнення.



Це знадобиться!

Ще в Стародавньому Римі великим пальцем вирішували результати гладіаторських боїв, тому і в наш час великий палець догори — це схвалення, а донизу — незадоволення. Для нас цей жест звичний, також використовується в соцмережах як «вподобайка», але не у всіх країнах він виконує ту ж функцію:

- у Німеччині та Італії можуть сприйняти великий палець догори як цифру «1», тут таку жестикуляцію використовують при рахунку;
- у Греції — це жест небажання продовжувати розмову;
- в Уругваї та Ірані такий жест є образливим;
- у США, Австралії, Новій Зеландії, Англії «пальцем догори» часто зупиняють попутні машини, як і в нас.

У різних країнах у традиційному тлумаченні жестів можна по-справжньому заплутатись і навіть потрапити в безглузді ситуації. Тож, подорожуючи, будьте уважними, адже жести можуть мати різні значення залежно від країни, культури та традицій різних народів.



Пантоміма — вид сценічного мистецтва, в якому художній образ актором створюється за допомогою міміки, жестів, пластики тіла тощо.

Це цікаво!



Це ви зможете!

1. Спробуйте за допомогою міміки показати, що ви ображені, здивовані, сумуєте, жартуєте, дружелюбні, радієте, налякані, замислені, хвилюєтеся.
2. Об'єднайтеся в дві команди і пограйте в гру «Крокодил». Один учасник команди має показати мімікою і жестами слово, яке йому запропонували учасники другої команди, а інші учасники першої команди це слово відгадують. А потім — навпаки.



Можливо, ви вже бачили цих трьох мавпочок. Що ж означають ці жести, і звідки походить цей образ? Три мавпи, що прикривають очі, рот і вуха, найімовірніше, отримали популярність у XVII ст.

Це корисно!



завдяки різьбленому панно Хідарі Дзінгоро, який так зобразив конфуціанські моральні принципи. Цей символ став настільки популярним, що його сенс уже був не раз викривлений. Наприклад, дехто тлумачить його як байдужість до всього: «Нічого не бачу, нічого не чую, нічого не скажу». Але це не має нічого спільного зі справжнім значенням! У цих фігурках закладена ідея відмови від усього поганого. Конфуцій говорив: «Не дивись на те, що неправильно; не слухай того, що неправильно; не говори того, що неправильно». Головний сенс — уникати поганих вчинків і дотримуватися мудрої обережності. Тож можна просто сприймати цей символ як нагадування: НЕ підглядати, НЕ підслуховувати і НЕ пліткувати.

2. Манери спілкування

Ще один різновид невербальної комунікації формується тим, як ми вимовляємо слова. Мається на увазі інтонація, модуляція голосу, плавність мови тощо. Все це називають поняттям «**манери спілкування**». Тут важливими є:

- **тон розповіді.** Він може бути спокійним, жартівливим, схвильованим, владним та ін. У розповіді важливо все — гучність голосу, його висота, сила, швидкість. Надмірна розтягнутість слів може втомити співрозмовника / співрозмовницю, а коли ми розповідаємо надто швидко, співрозмовник / співрозмовниця може не зрозуміти або неправильно зрозуміти наше повідомлення. Мовні відтінки впливають на значення висловлювання, сигналізують про емоції, стан людини, її впевненість або сором'язливість. Значення висловлювання може змінюватися залежно від того, яка інтонація, ритм були використані для його передачі;

- **поведінка.** Вона може бути спокійною, стриманою, невпевненою, приязною та ін. Враховують також і жестикуляцію. Фізичні рухи — невід'ємна частина манери мови. Інтенсивні махи руками під час розповіді можуть налякати будь-якого співрозмовника. Завжди тримайте під контролем свої руки (руки в кишенях не варто тримати). Не жестикулюйте без потреби;

- **поза тіла.** Вона може вказувати на ставлення до співрозмовника / співрозмовниці та змінюватися залежно від настрою та емоційного стану людини. Наприклад, якщо в людини схрещені на грудях руки або схрещені ноги, то ця «закрита» поза свідчить про те, що вона не хоче продовжувати спілкування, їй некомфортно або вона не погоджується зі співрозмовником / співрозмовницею, вороже налаштована;

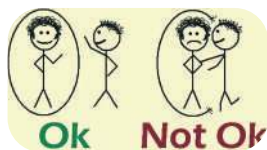
- **дистанція.** Від дистанції залежить те, як саме людина буде говорити (голосно чи тихо). Відстань до інших людей, якої ми дотримуємося, а також простір навколо нас, який вважаємо «своїм», називають особистим простором. Люди часто відчують дискомфорт, коли інші порушують встановлену фізичну межу під час спілкування — коли нас хтось торкається чи стоїть надто близько.



Однією з найбільш популярних теорій про особистий простір є теорія антрополога Едварда Хола. Простір навколо людей він поділив на 4 зони різного розміру — своєрідні бульбашки, які оточують людину, і в яку допускаються інші, залежно від близькості стосунків. Це — інтимна зона (до якої можуть увійти лише близькі — сім'я, домашні тварини та найближчі друзі), особиста (для друзів та близьких знайомих), соціальна (охоплює повсякденні соціальні взаємодії з новими знайомими або зовсім незнайомими людьми) та публічна зона (доступна для всіх).

У кожної людини ці зони є індивідуальними за розмірами, але узагальнено науковці вказують, що інтимна зона вимірюється відстанню витягнутої руки (приблизно 50 см); особиста зона — від 50 до 150 сантиметрів; соціальна зона — від 1,5 до 4 метрів; публічна зона — до 6–7 метрів.

Це цікаво!



Важливим також є вміння не тільки говорити і володіти мовою тіла, а й слухати співрозмовника / співрозмовницю. Тільки в цьому випадку спілкування буде ефективним і конструктивним. Привітно усміхайтесь, кивайте головою, дивіться в очі, щоб показати, що слухаєте і сприймаєте сказане.



Це знадобиться!

- Коли хтось відхиляється від вас, ви, скоріше за все, знаходитесь в особистому просторі людини, що спричиняє дискомфорт. Якщо ви це помітили — зробіть крок назад.
- Не нахиляйтеся надто близько до обличчя людини, з якою розмовляєте, аби щось сказати. Краще скажіть голосніше.
- Не торкайтеся людини, якщо ви з нею не знайомі, особливо якщо ви знаходитесь позаду і людина не може вас бачити.
- Дотримуйтеся дистанції, коли стоїте в черзі. Якщо ви станете ближче до людини, яка перед вами, черга від того не рухатиметься швидше.

3. Зовнішній вигляд людини як повідомлення. Самовираження, стиль і мода. Дрес-код

Велике значення в комунікаційному процесі має також зовнішній вигляд людини. Наш зовнішній вигляд — надзвичайно ефективний засіб невербального спілкування. Всі знають відоме прислів'я: «Зустрічають за одягом, а проводжають за розумом». Хоча тут набагато важливішим є розум, але все ж одяг визначає те, яке враження ви справите на іншу людину. Менше секунди потрібно людям, щоб за зовнішнім виглядом зробити перші висновки про того, хто стоїть перед ними.

Одяг не тільки прикриває тіло і виконує захисну функцію, а також є показником культури й виконує комунікаційну функцію. Все, що ми вдягаємо на себе, щось про нас говорить. Основна мета зовнішнього вигляду — повідомлення про себе.

Стиль одягу — певні акценти в одязі, продиктовані віком, статтю, професією, приналежністю до субкультури, особистим смаком людини, епохою життя суспільства, національністю, релігійною приналежністю, доречністю, функціональністю, комфортністю, способом життя та індивідуальними особливостями.



Щоб відповідати стилю, важливо правильно підбирати взуття, зачіску, прикраси і навіть аромат.

Наприклад, офіційний стиль передбачає стриманість в одязі й аксесуарах, простоту і пристойність.

Мода — це тимчасове панування певного смаку в певній сфері життя чи культури. На відміну від стилю, мода рекомендує короткочасні й поверхневі зміни зовнішніх форм і зразків одягу, що відбуваються протягом порівняно короткого часу. Одягатися за модою почали в XVII столітті, коли французька придворна мода стала зразком для всіх європейських країн.

Те, що є модним, не завжди личить конкретній людині, бо може не враховувати індивідуальні особливості, тому слідувати моді не завжди варто. Більш важливо, щоб одяг був охайним, чистим, поправованим і акуратним. Брудний, неохайний одяг чи взуття справляє неприємне враження.

Це ви зможете!

«Ви не матимете другого шансу справити перше враження», — говорила Коко Шанель. *Поясніть, як ви розумієте зміст цього твердження.*

Проаналізуйте вислів Клайв Льюїс із книги «Листи Баламута»: «Мода призначена для того, щоб відволікати увагу людей від справжніх цінностей».

Дрес-код — це правила і рекомендації, які визначають форму одягу для відвідування різних заходів, а також зовнішній вигляд представників певних професій чи груп. Наприклад, дрес-кодом є шкільна форма в деяких ліцейх, гімназіях; однострій поліцейських чи військовослужбовців. Дрес-код може бути призначений для вечірки чи зустрічі, чи костюмованого свята.



Знайомтеся! Це — Джастін Трюдо, прем'єр-міністр Канади. Розглядаючи його фото, ми, скоріше за все, скажемо, що це веселий, прогресивний і впевнений у собі чоловік. Він носить класичні костюми, які відповідають діловому стилю, але, водночас, використовує один елемент, який відображає його індивідуальність, — це шкарпетки. Навіть такий незначний, на перший погляд, елемент гардеробу може виконувати дрес-комунікаційні задачі. Однак, образ Джастіна Трюдо працює не лише завдяки шкарпеткам. Його поведінка — поведінка сучасного молодого джентльмена. Все це в комплексі дає дуже цілісний образ, який підсилюється вибором неординарних шкарпеток.

Це цікаво!



А це — Мадлен Олбрайт — політична діячка США. Її легендарні брошки щоразу були невербальним посланням співрозмовникам, символічними заявами світу або повноцінною позицією Білого дому. «Читайте за моїми брошками», — говорила п. Олбрайт. Справа в тому, що вона одягала на дипломатичні переговори різні брошки, щоб повідомити опонентів про свій настрій.



4. Творче самовираження. Свобода самовираження

Кожна людина — унікальна, тож її самовираження відображає дійсні захоплення, є джерелом натхнення, способом виходу негативних емоцій. У такий спосіб людина розкриває творчі таланти, проявляє здібності, обирає професію.

Кожній людині притаманні різні способи самовираження. Наприклад, художня творчість дає можливість проявити свої художньо-творчі здібності, уяву, художній смак, емоційно-естетичний досвід. Якщо подобається займатися музикою, танцями, писати вірші, робіть це. Фіксуйте цікаві моменти у фотографіях. Робіть цікаві аплікації, створюйте щось своїми руками.

Вибирайте для себе ті способи самовираження, які відображають ваші інтереси, до чого ви маєте снагу. Одягаючи незвичайні речі, роблячи неординарну зачіску, людина теж самовиражається, прагне виділитися серед інших, звернути на себе увагу, проявити індивідуальність, створити свій унікальний образ. Від самореалізації підвищується самооцінка, впевненість у своїх можливостях.

Самовираження людини — спосіб знайти себе, краще розуміти себе і розвиватися. Досліджуйте себе, розвивайтеся, пробуйте нове і не зупиняйтеся на досягнутому.

Це ви зможете!

1. *Складіть текст-загадку про себе, запишіть на однакових аркушах, змішайте ці аркуші. Спробуйте відгадати за загадкою-описом свою / свого однокласницю / однокласника, витягуючи аркуші навмання.*
2. *Намалюйте автопортрет.*

Мислимо практично

1. Що таке невербальне спілкування, міміка, жест, мода, стиль?

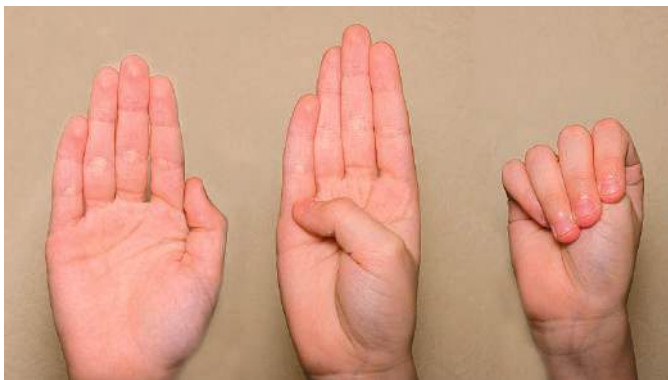
2. Яке значення невербальних засобів спілкування?
3. Про що свідчить мова тіла людини, вираз її обличчя, посмішка та жести?
4. Поміркуйте, які є способи самовираження. Використовуйте конструкції: Я вважаю, що ... Я так вважаю, тому що: по-перше... , по-друге... , по-третє... . Отже,

Мислимо творчо

1. **Вправа «10 правил».** Об'єднайтеся в групи та обговоріть, яких правил охайності ви дотримуетесь вдома. Складіть пам'ятку «10 правил охайності».
2. **Вправа «Дослідники».** Використовуючи різні джерела, знайдіть приклади прислів'їв, приказок, які б ілюстрували різноманітні вияви мови тіла людини або відображали її поведінку.
3. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть світ, у якому люди під час спілкування не проявляють жодних емоцій та не використовують засобів невербального спілкування. Опишіть, що змінилося б у спілкуванні людей. Оцініть, чи хотіли б ви спілкуватися з такими людьми. Поясніть, чому.

Мислимо глобально

Скористайтесь допомогою дорослих й інтернету та знайдіть інформацію про цей жест. Поясніть, як він може допомогти і, навіть, врятувати чиєсь життя.



§ 15. Дистанційне спілкування

1. Особливості етики спілкування в телефонних розмовах, листуванні та в мережі інтернет

Ми не уявляємо себе без спілкування, віч-на-віч чи дистанційного. Хочемо бути почутими, хочемо бачити, відчувати, слухати. Нагальну потребу передати комусь повідомлення чи дізнатися певну інформацію зазвичай задовольняємо за допомогою телефонного дзвінка, голосового чи візуального зв'язку через системи інтернету. Завдяки соціальним мережам відчуваємо свою приналежність до того, що відбувається в місті, селі, регіоні, країні, сусідніх державах, світі. Таким чином ми стаємо частиною спільноти, співтовариства. Соцмережі пов'язують людей у різні соціальні, професійні групи, забезпечують комунікації між ними незалежно від географічного розташування, віку, статі, етнічної, релігійної приналежності. При цьому всі учасники таких комунікацій рівноправні. Слід пам'ятати, що спілкування за допомогою листування, телефонного чи відеозв'язку має певні правила. Мережева етика нескладна, оскільки вона нічим не відрізняється від культури поведінки в повсякденному житті.



Сучасні паперові листи



*Звуковий лист початку XX століття.
Французька листівка 1910 року*

Так було!

У давнину повідомлення (листи) писали на кам'яних, глиняних, дерев'яних вощених табличках, на пальмовому листі, потім на пергаменті, папірусі, згодом на папері. Доправляли, зазвичай, пішки чи бігом, на конях, кораблями або голубиною поштою, а згодом автомобілями, літаками та залізничним транспортом. Досі існує

професія листоноші. Сьогодні під листом розуміють також повідомлення, створене та / або передане електронним способом (наприклад з використанням електронної пошти), або за допомогою SMS мобільного телефону.

Телефон було винайдено в 1876 році, і дальність передавання звуку спочатку була невеликою. З'єднання в той час здійснювалося вручну, тому абонентам іноді доводилося дуже довго чекати перед тим, як почути один одного. Винахідник мобільного телефону, Мартін Купер, здійснив перший дзвінок у 1973 році, але масове виробництво апаратів стільникового зв'язку розпочали аж через 10 років. До слова, важили перші мобільні телефони майже 800 грамів.



Найважливіше правило етикету користування телефоном — не створювати незручностей оточуючим. А саме: не користуватися телефоном у театрі під час спектаклю, в кінозалі, на концерті, під час

навчальних занять, конференцій, на прийомі в лікаря, у храмі. В такі моменти слід налаштувати вібродзвінок, вимкнувши звуковий сигнал. Не варто голосно вести телефонну розмову на вулиці, у транспорті, у громадських місцях; заборонено розмовляти, перебуваючи за кермом автомобіля, бо це відволікає від водіння, створюючи аварійну ситуацію на дорозі. Велике значення має тип розмови — ділова, офіційна чи приватна з близькою людиною. Великі фірми спеціально навчають своїх працівників мистецтву ведення телефонних ділових розмов, пам'ятаючи приказку: «Час — це гроші». У приватній розмові відсутність зорового контакту компенсують завдяки тембру голосу та інтонації, за допомогою яких мимоволі передають емоції.

Якщо телефонують вам:

Можете не називати себе, а якщо від вас вимагає представитися той, хто вам зателефонував на ваш особистий номер, краще просто припинити розмову. Завершує дзвінок та лю-

дина, яка зателефонувала, якщо це ділова бесіда, для особистих — це не принципово. Якщо вас просять передати слухавку третій особі (наприклад сестрі або колезі по роботі), якої цієї миті немає поруч, вкрай неввічливо з'ясовувати, хто саме телефонує. Краще нейтрально поцікавитись: «Її зараз немає, що їй передати?».

Якщо телефонуєте ви:

Треба передусім назвати себе, а потім з'ясувати, з ким маєте справу, наприклад: «Вибачте, з ким я розмовляю?». Неприпустимо тому, хто телефонує, починати розмову із запитання: «Хто говорить?», «Хто біля телефону?». Такі запитання неввічливі. У телефонній розмові з незнайомою чи малознайомою людиною краще спочатку назвати своє прізвище, а вже потім ім'я та по батькові.

Не турбуйте людину в службових справах у позаробочий час. У разі, коли доводиться телефонувати у якійсь справі додому, потрібно вибачитися, коротко викласти суть справи і домовитися про ділову зустріч або окрему розмову. Дзвінки додому до 8 години ранку в будні дні і до 10 години — у вихідні та після 10 вечора є порушенням елементарного етикету. У випадку, коли справа не чекає, зробити пізній дзвінок припустимо, проте, якщо на п'ятий-шостий сигнал вам не відповідають, покладіть слухавку і більше в цей день не телефонуйте.

Якщо є нагальна необхідність зателефонувати незнайомій людині додому, обов'язково поясніть, хто дав вам номер телефону. Якщо ви помилилися номером, назвіть той номер, за яким ви телефонуєте, аби уточнити, чи правильний він. Не запитуйте: «А який це номер телефону?» — вам ніхто не зобов'язаний давати таку інформацію.

Етикетні слова, що супроводжують кінець розмови, мають включати в себе вибачення за турботу, подяку за дзвінок і фрази прощання.



При дистанційному спілкуванні слід:

Це цікаво!

- Зважено обирати спосіб комунікації.
- Поважати особистий час та простір людей, з якими спілкуєтесь.
- Перевіряти повідомлення перед тим, як надсилати.
- Заздалегідь готуватися до онлайн-заходів.
- Пам'ятати, що по той бік екрана — жива людина, і спілкуватися з нею слід так само ввічливо, як би це відбувалося віч-на-віч.

Це ви зможете!

Прочитайте перелік порад щодо дистанційного спілкування. Визначте, які з них стосуються етики спілкування в телефонних розмовах, які — листування, а які — спілкування в соцмережах.

Слід пам'ятати, що кожне слово фіксується і нікуди не зникає, воно може суттєво зашкодити як іншій людині, так і вам. Якщо є можливість утриматися від повідомлення, краще так і зробити. Слід писати грамотно, змістовно і по суті, повідомлення повинні бути важливими і вагомими, факти — тільки перевіреними. Грамотний текст — ознака поваги до співрозмовника.

Неетично втручатися в приватне листування, читати або писати репліки за інших. Ні в якому разі не можна переадресовувати чужі повідомлення іншим людям.

Деякі люди використовують «флуд» — безглузді повідомлення на кшталт «Клас!» «Вау!», щоб привернути до себе увагу. Слід бути толерантними і прощати людям безглузді запитання, довгі відповіді і навіть повну відсутність логіки в судженнях. Відповідати потрібно тільки з метою допомогти, а не засудити. Уникайте «флеймів» — емоційних реплік, здатних спровокувати конфлікти. Перенасиченість повідомлення смайлами відволікає від теми.

2. Правила безпеки в соціальних мережах та інтернеті

В онлайн-просторі кожного / кожна підстерігає чимало загроз. Це можуть бути комп'ютерні віруси, небажана пошта (спам), онлайн-шахрайство, нецензурні тексти, шкідлива реклама, пропаганда насильства, погрози, небезпечні контакти, кіберпереслідування, збирання та розголошення приватної інформації. Пам'ятайте, що розміщене необережне фото чи коментар можуть зіпсувати репутацію, зруйнувати кар'єру і навіть привести до суду.



Це знадобиться!

«Обачність. Пильність. Захист. Ввічливість. Сміливість». Посібник із цифрового громадянства й безпеки можете переглянути за допомогою QR-коду або за посиланням: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/PRESS.pdf>



Це ви зможете!

Ми не любимо, коли отримуємо заборону або вказівку чогось не робити. Це нормально. Але задля власного благополуччя і безпеки варто прислухатися до багатьох «НЕ», що стосуються нашої поведінки в інтернеті, зокрема в соцмережах. Пропонуємо вам полічити кількість «НЕ» в тексті і перефразувати «заборони» в рекомендації на зразок такої: «Намагайтеся уникати безкоштовного публічного Wi-Fi».

Корисні «НЕ»

Не пишіть, де знаходитесь зараз, про те, що їдете з дому, де живете. Не викладайте в мережу інформацію про ваше життя. Не «звітуйте» назгал про свої повсякденні справи, розклади та плани. Не піддавайте загрозі безпеку інших людей, повідомляючи інформацію про них. Не хизуйтеся дорогими покупками чи подарунками, щоб не привабити злодіїв. Не ходіть самі, якщо хочете вперше зустрітися з кимось зі своїх онлайн-знайомих; обирайте зустріч у громадському місці, попередьте батьків чи

близьких дорослих. Не розповідайте подробиці, адже вони можуть бути використані проти вас. Не ображайте і не пишiть неправду про ваших близьких і друзів. За руйнування чужої репутації доведеться поплатитися. Не пишiть про свій настрiй, щоб не дати зловмисникам нагоди скористатися вашою вразливістю. Пам'ятайте, що вашi чати в соцмережах не є 100% приватними. Не розмовляйте з незнайомцями в чатах. Не вірте рекламі в електронній пошті.

Правила безпечного інтернету для дітей

Нікому без дозволу батьків або рідних не давайте особисту інформацію: домашню адресу, номер телефону, назву й адресу школи

Розробіть із батьками або рідними правила користування інтернетом. Домовтеся з ними про прийнятний час роботи в інтернеті

Якщо знайдете якусь інформацію, що турбує вас, негайно сповістіть про це батьків або рідних

Ніколи не погоджуйтеся на зустріч із людиною, з якою ви познайомилися в інтернеті, якщо вона наполягає, щоб про вашу зустріч ніхто не знав

Не робіть протизаконних вчинків в інтернеті

Не заходьте на аморальні сайти

Не відповідайте на незнайомі листи



Це знадобиться!

Правила безпечної поведінки в інтернеті

1. Використовуйте надійний пароль — комбінуйте букви, цифри та інші символи.
2. Не вірте всьому, що читаєте, — завжди перевіряйте достовірність джерела.
3. Не викладайте особисту інформацію про себе, своїх рідних, друзів і знайомих в інтернеті.
4. Не ховайтеся за анонімністю екрана комп'ютера, мобільного. Не кажіть того, що не могли б сказати людині в обличчя.
5. Подумайте двічі, перш ніж поширити будь-яку інформацію. Як і в житті, потрібно думати про наслідки того, що говорите.
6. Не поширюйте в інтернеті контент незаконного або непристойного змісту.
7. Переконайтеся, що ваш профіль у соціальній мережі закритий від сторонніх (перевірте налаштування безпеки).
8. Додавайте «в друзі» тільки тих, кого дійсно знаєте: навіть якщо це друзі ваших друзів, але особисто ви не знайомі, краще зайвий раз перестрахуватися.
9. Вашим друзям слід питати вашого дозволу, перш ніж завантажувати фотографії з вами або позначати вас на фотографіях у соціальних мережах. Не бійтеся сказати їм про це, і самі теж дотримуйтеся цього правила.
10. Не переходьте за посиланнями, прикріпленими в емейл-повідомленнях, — безпечніше вводити адресу в рядок браузера самому.

**Це корисно!****Як зробити користування інтернетом
безпечним для себе**

1. Вибираючи соціальну мережу для спілкування, уважно ознайомтеся з її політикою конфіденційності. Пам'ятайте, що соцмережі збирають про своїх користувачів дані, які можуть бути використані, наприклад, для таргетованої реклами.
2. Обмежуйтеся кількома соціальними мережами, насамперед тими, які не заборонені в Україні та які гарантують вам безпеку. Маючи менше акаунтів, вам легше буде контролювати інформацію і власні дані. В разі вибору кількох соцмереж, логіни на кожен акаунт мають бути різними, а паролі — складними й не містити персональних даних.
3. Заповнюючи профіль у мережі, обов'язково прочитайте відповідну інструкцію. При цьому особливу увагу звертайте на налаштування приватності, зокрема щодо доступу до вашої інформації.
4. Спілкуючись (публікуючись) у мережі, уникайте конкретики щодо ваших особистих даних, використовуйте загальні формулювання.
5. Будьте обережні з розміщенням фотографій, адже вони можуть видавати ваші дані.
6. Розвивайте в собі здоровий скептицизм щодо інформації в соцмережах, не піддавайтеся на провокації неадекватних користувачів. Не втрачайте пильності.

Мислимо практично

1. Поясніть значення слів «конфіденційність», «таємниця особистого життя».
2. Що для вас означає слово «безпека»?
3. Поясніть, які небезпеки можуть очікувати на вас у соціальних мережах та інтернеті.
4. Чому важливо дотримуватися правил безпеки в інтернеті?

Мислимо творчо

1. **Вправа «Незнайомці».** Уявіть, що вам телефонує незнайомець / незнайомка та запитує, де ви зараз знаходитесь. Об'єднайтеся в пари та змодельуйте цю розмову.
2. **Вправа «Уявіть. Опишіть. Оцініть».** Уявіть, що у вашій школі оголосили перехід на дистанційне навчання. У вас онлайн-урок, але вчитель / вчителька не вмикає камеру під час заняття. Опишіть свої враження від заняття: чи комфортно вам відповідати на запитання? Оцініть ситуацію: чи хотіли б ви опинитися на такому занятті? Поясніть, чому.

Мислимо глобально

Напишіть допис у соціальну мережу про важливість дотримання етикету онлайн-спілкування. Якщо ви не користуєтесь соціальними мережами, створіть плакат на задану тему.

§ 16. Узагальнення розділів «Людина серед людей» та «Культура спілкування»

1. Поясніть значення термінів і понять:

- довіра;
- громадське місце;
- вербальне спілкування;
- толерантність;
- стиль одягу;
- конфлікт;
- дрес-код;
- невербальне спілкування;
- самовираження;
- дистанційне спілкування;
- емпатія.

2. Перелічіть:

- права дитини;
- види конфліктів;
- засоби невербального спілкування;
- правила активного слухання;
- підходи до трактування толерантності;
- правила спілкування в соціальних мережах.

3. Розкажіть про:

- цінність довіри;
- подолання бар'єрів у спілкуванні;
- пряме і непряме спілкування;
- дистанційне спілкування;
- жести як засоби невербального спілкування;
- моду.

4. Наведіть приклади:

- ваших сімейних традицій;
- звичаїв і традицій представників різних народів та різних віросповідань;
- колективів у яких ви перебуваєте;
- причин виникнення конфлікту;
- способів самовираження, стиль.

5. Складіть пам'ятки (найважливіші правила і поради):

- для того, хто перебуває у громадському місці;

- для вирішення конфлікту;
- для мовця;
- для слухача;
- для телефонної бесіди;
- для безпечного користування інтернетом.

6. Оберіть один із запропонованих висловів і поясніть, чому він є привабливим для вас:

- 1) «Довіра до самого себе — перша необхідна умова великих починань» (Семюель Джонсон).
- 2) «Єдине, що від нас іще залежить, — принаймні вік прожити як належить» (Ліна Костенко).
- 3) «Привчи свій розум до сумніву, а серце до терпимості!» (Георг Ліхтенберг).
- 4) «Колектив пов'язаний не лише службовими, а й душевними відносинами» (Агнія Барто).
- 5) «Єдино справжня розкіш — розкіш людського спілкування» (Антуан де Сент-Екзюпері).
- 6) «Яка головонька, така й розмовонька!» (народна мудрість).
- 7) «Найбільше з достоїнств оратора — не тільки сказати те, що потрібно, але і не сказати того, що не потрібно» (Цицерон).

7. Підготуйте твір-роздум на одну із тем:

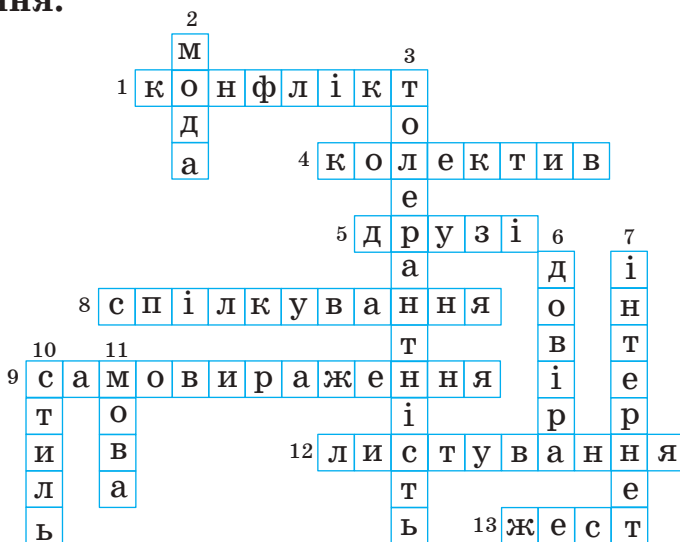
- «Родина — найбільша цінність».
- «Яким повинен / повинна бути справжній / справжня друг / подруга?»
- «Що значить бути толерантним / толерантною?»
- «Слово — потужна зброя!»
- «Культура мови — запорука добрих стосунків».

8. Поміркуйте і дайте аргументовану відповідь на запитання:

- 1) Кому можна, а кому не можна довіряти?
- 2) Чому люди мають не лише права, але й обов'язки?
- 3) Що толерувати не можна?
- 4) Чи може бути конструктивним емоційний конфлікт?

- 5) Чому людина не може жити без спілкування?
- 6) Яка різниця між активним і пасивним слуханням?
- 7) Чи можливе ефективне спілкування між людьми, які розмовляють різними мовами?
- 8) Для чого встановлюють дрес-код?
- 9) Чи може комунікація онлайн замінити живе спілкування?
- 10) Для чого потрібні емоджі (смайлики) в дистанційному спілкуванні?
- 11) Чи можна вірити тій інформації, яку отримуємо з інтернету?

9. Складіть завдання до кросворда. Це можуть бути традиційні визначення або нестандартні трактування:



10. Випробуйте себе в тестуванні:

- 1) Переконання в чесності та порядності людини, віра у щирість її вчинків — це:
 - а) впевненість;
 - б) дружба;
 - в) довіра;
 - г) взаємодія.
- 2) Сукупність людей, згуртованих спільними діяльністю, інтересами та метою, — це:
 - а) колектив;
 - б) династія;
 - в) сім'я;
 - г) всесвіт.

- 3) Що Кофі Аннан назвав мистецтвом жити з іншими людьми та з іншими ідеями?
- а) шкільну етику;
 - б) довіру;
 - в) товаришування;
 - г) толерантність.
- 4) Зіткнення протилежних сторін, думок, інтересів, суб'єктів — це:
- а) конфлікт;
 - б) дискусія;
 - в) поєдинок;
 - г) змагання.
- 5) За наслідками конфлікти можуть бути:
- а) внутрішні і соціальні;
 - б) конструктивні і деструктивні;
 - в) активні і пасивні;
 - г) причинні і безпричинні.
- 6) Взаємодія двох і більше людей, що полягає в обміні інформацією, — це:
- а) конфлікт;
 - б) спілкування;
 - в) юридична справа;
 - г) соціальна діяльність.
- 7) Вербальне спілкування — це:
- а) спілкування за допомогою жестів;
 - б) спілкування за допомогою мови;
 - в) спілкування за допомогою погляду;
 - г) спілкування за допомогою технічних засобів.
- 8) Рухи м'язів обличчя, що виражають почуття та емоції людини, — це:
- а) пантоміма;
 - б) жести;
 - в) міміка;
 - г) манери.
- 9) Тимчасове і циклічне панування певного смаку в певній сфері життя чи культури, й зокрема щодо одягу:
- а) стиль;
 - б) уніформа;
 - в) дрес-код;
 - г) мода.
- 10) Спілкування, в якому учасники розділені простором і часом, називається:
- а) вербальним;
 - б) невербальним;
 - в) дистанційним;
 - г) пасивним.

Список використаних джерел та літератури

1. Вознюк Н. Етика. Навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2019. 300 с.
2. Грималюк І. А. Християнська етика. Нестандартні уроки. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2010. 72 с.
3. Етика та естетика: навч. посібник / за ред. В. Л. Петрушенка. Львів: «Новий світ-2000», 2011. 308 с.
4. Етика та естетика: навчально-методичний посібник (у схемах і таблицях) / за наук. ред. проф. В. С. Бліхара. Львів: ПП «Арал», 2018. 204 с.
5. Живемо в демократії /навчальні матеріали з освіти для демократичного громадянства та освіти з прав людини [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.living-democracy.com.ua/>
6. Життя у Христі: Моральна катехиза. Львів: Свічадо, 2004. 180 с.
7. Кубрак О. Етика ділового та повсякденного спілкування: навчальний посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2019. 222 с.
8. Культура миру. Посібник з толерантності. Режим доступу: http://icps.com.ua/assets/uploads/images/images/eu/t_tolerantnist_2018_ukr.pdf
9. Малахов В. Етика : навч. посіб. курс лекцій. 5-е вид. К. : Либідь, 2004. 384 с.
10. Махній М. М. Невербаліка і культура. К.: Влох.ua, 2009. Режим доступу: <http://archive.li/G9hcf>
11. Ми серед інших. Інші серед нас. Форми і методи полікультурного виховання. Режим доступу: <http://dialogos.org.ua/my-sered-inshykh-inshi-sered-nas-formy-i-metody-polikulturnogo-vykhovannya>
12. Мовчан В. С. Етика: Книга для вчителя: навчально-методичний посібник. К. Знання, 2008. 303 с.
13. Мовчан В. С. Етика : навчальний посібник. К.: Знання, 2007. 307 с.
14. Танчин І. З. Соціологія: навчальний посібник. К.: Знання, 2008. 351 с.
15. Тофтул М. Г. Етика: підручник. 2-е вид., випр., допов. К.: Академія, 2011. 437 с.
16. Чистіліна Т. Етика та естетика: навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури. 2019. 304 с.
17. Шуль Я. М. Етика на кожен день. Тернопіль : Астон, 2012. 140 с.

У підручнику використано ілюстрації з інтернет-видань, що розміщені у відкритому доступі, а також малюнки Дем'яна Тимківа, Злати Яровенко.

Навчальне видання

Іртищева Олена Анатоліївна
Кравчук Валентина Миколаївна
Паршин Ілля Леонтійович
Васильків Ірина Дмитрівна
Кучма Лілія Євгенівна

Етика

Підручник для 5 класу
закладів загальної середньої освіти