ВИДАВНИЦТВО
РАНОК

Олександр Мартинюк
Ольга Гісем

ЕТИКА

5

Олександр Мартинюк, Ольга Гісем

«Етика»

підручник для 5 класу закладів загальної середньої освіти

ТОВ Видавництво «Ранок»
м. Харків

Створено відповідно до модельної навчальної програми
«Етика. 5—6 класи» для закладів загальної середньої освіти
(авт. Пометун О. І., Ремех Т. О., Кришмарел В. Ю.)

Олександр Мартинюк
Ольга Гісем

ЕТИКА

5 клас

**Підручник для 5 класу
закладів загальної середньої освіти**

Рекомендовано
Міністерством освіти і науки України

Харків
Видавництво «Ранок»
2022

Шановні п’ятикласниці та п’ятикласники!

Перед вами підручник з етики. Він познайомить вас із новим предметом, що вивчає науку про мораль. Знання принципів моралі необхідні для людей, щоб уміти поводитися належним чином у різних життєвих ситуаціях. Адже кожна людина є частиною суспільства й щодня контактує з іншими людьми. У світі все взаємопов’язано, і зрозуміти цю складну систему взаємозв’язків допоможе підручник з етики.

Ви вивчатимете новий предмет, щоб: розуміти зв’язки між людиною та суспільством, добре орієнтуватися в них для прийняття вдалих рішень; мати власну позицію в суспільстві та будувати стосунки з людьми, навіть якщо їхні погляди відрізняються від ваших; дотримуватися загальноприйнятих норм моралі для розв’язання життєвих ситуацій.

Пропонуємо за допомогою підручника зануритися в новий предмет, і навколишній світ стане для вас ще зрозумілішим.

Підручник складається з чотирьох розділів, присвячених певним великим темам. Їхній зміст послідовно розкривається в параграфах кожного розділу.

Параграф розпочинається з повідомлення навчальної мети: «Опрацювавши цей параграф, ви зможете...». Подані далі запитання допоможуть підготуватися до сприйняття нового матеріалу (рубрика «Висловіть свою думку»).

Матеріал параграфа розподілено на пункти. Кожен пункт є окремим закінченим фрагментом матеріалу, якому присвячений параграф. Його текст необхідно опрацювати, звертаючи увагу на виділені слова та матеріал включених до нього рубрик «Працюємо разом», «Цікаві факти», «Робота з джерелом» тощо. Пояснення наведених у тексті термінів і понять уміщено в рубриці «Словник».

Важливе значення для засвоєння матеріалу мають думки видатних людей, додаткові тексти, ілюстрації, схеми, таблиці. Вони є важливою частиною запропонованої вам для опрацювання навчальної інформації. До деяких із цих елементів пропонується виконати завдання.

Перевіряти й розвивати свої знання і навички вам дозволять запитання і завдання, наведені після кожного параграфа. На цьому етапі, як і під час засвоєння нового матеріалу, вам знову стануть у пригоді ваші вміння працювати у групі.

Бажаємо успіхів!

Вступ

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке мораль та етика;
- з'ясувати, чому моральні цінності суспільства виступають життєвими орієнтирами людини;
- познайомитися із пропонованим переліком моральних цінностей для дітей, висловити свою думку щодо нього, запропонувати зміни й доповнення;
- дізнатися про «золоте правило моралі», ілюструвати його прикладами із власного життя та життя оточення;
- зрозуміти важливість самопізнання та самооцінки для морального зростання людини.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Що таке правила поведінки?
2. Наведіть приклади правил поведінки в різних спільнотах і ситуаціях.
3. Уявіть, що ви опинилися серед інших розумних істот. Як ви будете почувати себе серед них, не знаючи, що для них добре, а що — погано? Поясніть свою думку.

1. Мораль та етика.

У різних народів, що заселяють нашу планету, існують власні уявлення про добре і погане, правильне та неправильне в людських вчинках, відповідну й невідповідну поведінку. У чомусь вони схожі, у чомусь — відмінні. Вони передаються від покоління до покоління у формі уявлень або настанов про те, як потрібно й не потрібно чинити людям. Свої перші розуміння того, як слід поводити себе, ви також отримали від батьків і близьких.

Етика вивчає мораль — уявлення про добре і погане

Давньоримський мислитель Цицерон для позначення існуючих у його час уявлень про бажану й небажану поведінку людей уперше вжив слово **«мораль»**. Науку, яка досліджує мораль людей, давньогрецький мислитель Арістотель першим запропонував називати **«етика»**.

СЛОВНИК

Мораль — сукупність норм і принципів, які використовуються людьми в різних життєвих ситуаціях.
Етика — наука, що вивчає мораль.

ЕТИКА В УКРАЇНІ

На думку сучасних українських дослідни ків етики В. Малахова, Г. Марушевського та А. Субботіна, «етична думка сучасної України прагне осмислити непросту ситуацію відновлення моральних норм української ідентичності й залучення до європейської спільноти з притаманною їй мораллю».

Варто звернути увагу на особливості моралі та етики. Мораль у різних формах завжди супроводжувала розвиток людства. Мораль не виникає в суспільстві в певний момент у різних формах. Вона притаманна йому на всіх етапах розвитку. Наука етика виникає тоді, коли в людей з'являється прагнення дослідити існуючі моральні норми. Етика вивчає походження норм моралі й досліджує існуючі правила поведінки людей. Вона допомагає людям навчатися жити разом у суспільстві.

Завершуючи знайомство з цими термінами, можна сказати, що етика — це наука про моральні принципи поведінки людей, а мораль — застосування цих принципів людьми в різних ситуаціях.

2. Моральні цінності.

Те, що в певному суспільстві визнається бажаним або небажаним у ставленні людей одне до одного, називається **моральними цінностями.**

СЛОВНИК

Моральні цінності — моральні зразки й вимоги, що дозволяють визначати людські вчинки як правильні та неправильні, добрі й погані.

До моральних цінностей належать важливі для життя людей уявлення про добро і зло, справедливе і несправедливе, щастя і нещастя тощо, які відображають їхнє ставлення до дійсності з точки зору бажаного й небажаного. При цьому будь-яка цінність має значення порівняно з її протилежністю. Люди прагнуть справедливості, зіткнувшись із несправедливістю, захищають свободу, тому що знають про неволю.

Моральні цінності називають життєвими орієнтирами людини. Вони виступають у ролі зразків поведінки, за допомогою яких вона оцінює дійсність та орієнтується в ній. Наприклад, завдяки засвоєнню уявлень про добро і зло людина прагне чинити добро, усвідомлюючи шкоду зла, або на підставі уявлень про сенс життя намагається зрозуміти, для чого живе, оскільки життя без сенсу буде перш за все трагедією для неї самої.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Для більшості українців та українок, на думку дослідницької спільноти, важливими є такі моральні цінності, як рідна земля, українська мова, працелюбність, гостинність, доброзичливість, милосердя, безкорисливість.

Деякі сучасні дослідники і дослідниці пропонують низку моральних цінностей, які варто засвоїти кожній дитині. До них належать подяка, чесність, співчуття, співпереживання, співпраця, повага, рівність, справедливість, мужність, схвалення, щирість, відповідальність, здатність ділитися, наполегливість, самоконтроль.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Чи згодні ви з тим, що дітям варто засвоїти наведені основні моральні цінності? Чому?
2. Обговоріть і запропонуйте цінності, які можна додати до наведеного переліку або вилучити з нього. Поясніть свою позицію.

Під час організації спільної навчальної діяльності скористайтеся пам'яткою «Як працювати в парі» (с. 138).

3. «Золоте правило моралі».

Питання про те, як гармонізувати моральні відносини і спілкування, здавна турбувало багатьох людей. Саме з цим пов'язана поява так званого «золотого правила моралі», яке досить часто формулюють так: не робіть іншим того, чого не бажаєте собі, і не чиніть із ними так, як не бажаєте, щоб чинили з вами.

Перші згадки про «золоте правило моралі» датуються серединою I тис. до н. е. Зокрема, цього навчав давньокитайський мислитель Конфуцій.

У текстах Біблії, головної книги християн усього світу, також наводиться «золоте правило моралі». Так, там сказано: «Тож усе, чого ви бажаєте, щоб чинили вам люди, те саме чиніть їм і ви».

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

Із розмови Конфуція з учнями

«Чи є одне слово, за яким можна діяти все життя?» — спитав учень. Учитель відповів: «Це слово взаємність. Чого не бажаєте собі, того не робіть іншим…».

Робота в парах. Обговоріть і виконайте завдання: чому, на вашу думку, учитель ототожнював настанову «чого не бажаєте собі, того не робіть іншим» із любов'ю до ближнього? Поясніть, як ви це розумієте, і наведіть відповідні приклади з власного життя та життя оточення.

Ми пропонуємо вам замислитися над тим, чому саме таке правило людських стосунків вважається «золотим». Із моменту його появи минуло дуже багато часу, проте воно не втратило своєї актуальності для людей.

4. Моральне зростання людини.

Упродовж усього свого життя людина постійно розвивається і змінюється. Для неї дуже важливо, щоб складовою цього розвитку стало її моральне зростання. Це перш за все залежить від бажання людини пізнавати

Пізнання себе — важлива частина дорослішання. Коли людина добре розуміє себе, їй легше будувати стосунки з іншими та шукати власний шлях у житті

й оцінювати себе. **Самопізнання** і **самооцінка** стають при цьому одними з найважливіших чинників морального вдосконалення. У результаті цього процесу перед людиною відкриваються нові можливості для реалізації себе й досягнення гармонії у відносинах із суспільством. «Пізнай самого себе», — закликав давньогрецький мислитель Сократ. Відтоді намагання людини зрозуміти себе, справжні бажання та мотиви своїх вчинків, свої сильні й слабкі сторони, навчитися керувати собою і досягати бажаного не втратили важливості для неї.

СЛОВНИК

Самопізнання — спостереження людини за своїми психічними й фізичними особливостями, осмислення самої себе, того, що відбувається впродовж її життя.

Самооцінка — уявлення людини про себе, власні здібності, значення своєї діяльності для інших, оцінка власних якостей, почуттів, переваг і недоліків.

Найбільш доступним способом самопізнання на, думку одного з дослідників, є «пізнання інших людей». Характеризуючи їх, з'ясовуючи мотиви їхніх вчинків, людина порівнює себе з ними й завдяки цьому отримує можливість краще зрозуміти, чим відрізняється від них.

Самооцінка людини формується під впливом тих оцінок, які їй дають інші, та зіставлення того, якою вона бачить сама себе, із тим, якою вона прагне бути. Аналіз людських самооцінок дозволив дослідникам дійти думки, що часто вони бувають заниженими або завищеними. За першого варіанта людина вважає себе гіршою за інших, за другого — кращою за оточуючих. Тобто за заниженої самооцінки людина применшує свої можливості та недооцінює свої здібності. За завищеної

ЦІКАВІ ФАКТИ

Щорічно 29 березня відзначається Міжнародний день самопізнання.

ЗАПИТАННЯ

Який із наведених малюнків відображає занижену, а який — завищену самооцінку?

Вибір самооцінки людини

самооцінки вона, навпаки, переоцінює себе й те, на що здатна. Обидві позиції потребують виправлення з метою формування в людини адекватної самооцінки. У більшості випадків для цього достатньо бажання і зусиль самої людини.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Бути собою, з усіма своїми сильними й слабкими сторонами, — це цілком нормально.

Карл Роджерс, американський психолог XX ст.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке мораль та етика?
2. Проведіть конкурс між командами або парами учнів та учениць в усній або письмовій формі за завданням: хто складе більше речень зі словосполученнями «моральні цінності» або «золоте правило моралі» за визначений час.

3. Американська громадська діячка XX ст. Елеонора Рузвельт одного разу сказала: «Ніхто не може змусити вас почуватися неповноцінними без вашої згоди». Як у цьому висловлюванні відображено її розуміння самооцінки людини? Чи поділяєте ви наведену думку? Поясніть свою позицію.
4. За додатковими джерелами знайдіть українські приказки і прислів'я про 15 моральних цінностей для дітей або придумайте власні приказки.
5. Проведіть дискусію за проблемою «Чи може втратити для людської спільноти своє значення "золоте правило моралі"?». Скористайтеся пам'яткою «Як проводити дискусію» (с. 141).
6. **Робота в малих групах.** Обговоріть у групі та представте результати класу одного із запропонованих запитань: 1) Що є життєвими орієнтирами людини? 2) Як можна пізнати себе? 3) Чому важливо оцінювати себе? Скористайтеся пам'яткою «Як працювати в малій групі» (с. 139).
7. Підготуйте допис до шкільної газети «Для чого учні та учениці 5 класів вивчають етику».

Розвиваємо моральні навички

Ефіопська народна казка «Як гукнеш, так і відгукнеться»

Жили-були двоє братів. Вони все робили разом: спільно звели будинок на двох, купили в складку віслюка. Свої невеликі прибутки вони ділили порівну й жили, хоч і не в розкошах, зате в мирі та злагоді.

Та ось один із братів знайшов у землі скарб. Жадібність спалахнула в його серці, і він вирішив приховати знахідку. Збудував собі новий будинок і почав жити окремо. Запишався так, що куди там. Бідного брата він і знати більше не хоче. А скнара зробився такий, якого ще світ не бачив.

Прийшов він якось до бідного брата й каже:

— Я хочу забрати свою половину будинку. І половину віслюка також — буде сякий-такий харч собакам.

Почув бідний брат ці слова й почав просити багатого брата:

— Будь ласка, не роби цього! Коли ти зламаєш свою половину будинку, то й моя розсиплеться. Я тобі заплачу за твою половину будинку і за твою половину віслюка.

Але багатий брат не погодився:

— Ні, не хочу. Те, що належить мені, моє. А те, що моє, я хочу забрати й заберу. І не треба мені натомість ані грошей, ані чогось іншого.

Прийшли вони до судді.

— О суддя! — сказав бідний брат.— Вислухай нас і розсуди. Ми — брати. Жили бідно і все ділили порівну. Разом звели будинок, купили віслюка в складку. Тепер мій брат розбагатів! Він спорудив собі новий

будинок — пишний-препишний. У нього тепер величезні отари худоби. І от він хоче зруйнувати наш старий будинок і забрати свою половину. Я просив його залишити мені будинок і віслюка, але він не пристає на цю пропозицію. Я пропонував йому гроші за пів будинка й пів віслюка. Але він і на це не згодний. Тому-то ми й прийшли до тебе, щоб ти розсудив нас.

Вислухав суддя бідного брата й звернувся до багатого:

— А що ти скажеш?

Багатий брат сказав таке:

— Справедливий судде! Хіба не може всяк робити зі своїм добром усе, що він хоче? Я ж не прошу, аби брат віддав мені те, що належить йому. А він зазіхає на те, що належить мені.

Суддя сказав бідному братові:

— Навіщо ти заважаєш брату робити зі своїм добром усе, що він хоче? Хай зламає будинок, заріже віслюка й візьме свою частку того й того.

Пішли брати від судді. Бідний — сумний та невеселий, а багатий — радісний та щасливий.

Бідний брат сказав:

— Це вирок нерозумного судді.

А багатий брат заперечив:

— Хай буде так, як постановив суддя.

Багатий брат зарізав віслюка, а тоді покликав слуг і звелів ламати будинок.

Тим часом бідний брат виніс зі своєї половини будинку таке-сяке майно й почав підпалювати будинок. Побачив це багатий і закричав:

— Не підпалюй будинку, бо загориться й моя половина!

А бідний на те:

— Ніхто не має права завадити мені робити зі своїм добром усе, що я хочу. А хочу спалити свою половину будинку й посадити на цій землі боби.

І знову вони пішли до судді. Вислухавши їх, суддя мовив:

— Те саме, що сказав вам минулого разу, скажу й тепер. Кожен має право робити зі своїм добром усе, що хоче. Один може ламати будинок, аби забрати свою половину, а другий — палити свою половину.

Пішли брати від судді. Багатий озвався:

— Це вирок нерозумного судді.

А бідний у відповідь:

— Хай буде так, як постановив суддя.

І він спалив свою половину будинку, а разом із його половиною згоріла й друга — братова.

Після цього бідний брат перекопав землю й посадив боби. Коли боби виросли, син багатого брата нарвав із грядки стручків і поїв їх. Бідний брат привів хлопця до батька і сказав:

— Твій син з'їв мої боби. Я розріжу йому живота й заберу свої боби.

Багатий брат почав прохати його:

— Ой, не вбивай мого сина! Я дам тобі інших бобів замість тих, які він з'їв.

Але бідний брат на те відповів:

— Ні, інших мені не треба. Я хочу мати свої боби.

Багатий брат упав навколішки й почав благати:

— За твої кілька бобів я віддам тобі цілий мішок — тільки не вбивай моєї дитини.

Але бідний брат стояв на своєму:

— Мені не потрібні твої боби — навіть цілий мішок. Мені потрібні ті, які з'їв твій син.

Пішли вони до судді. Вислухав суддя багатого брата і сказав:

— Мій вирок буде такий самий, як і доти. Кожен має право робити зі своїм майном те, що йому заманеться. І коли твій брат хоче повернути свої боби, навіщо ти пропонуєш йому замість них інші? Забирайся геть і більше не приходь до мене!

Повернулися брати додому. Багатий покликав до себе найстарших і найпочесніших жителів села й почав їх просити:

— Заступіться за мого сина! Я віддам братові половину свого багатства, аби він зглянувся над сином.

Старі пішли до бідняка. І тоді бідняк сказав:

— Не треба мені його багатства. Мій брат, либонь, убив би мого сина навіть за одне бобове зернятко. Але я не збирався вбивати його сина. Я лише хотів провчити свого жадібного брата.

Отаке-то розповідають люди.

А хто прочитає цю казку, нехай запам'ятає:

- Якщо кинеш камінь угору — він упаде тобі на голову.
- Якщо зазіхнеш на чуже — утратиш своє.
- Якщо замислиш лихе діло — воно принесе спочатку нещастя іншому, а потім іще більше нещастя тобі самому.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Поясніть за змістом казки, як мораль вплинула на вчинки й поведінку братів.
2. Наприкінці казки наведено декілька важливих моральних правил. Поясніть, як ви їх зрозуміли, і наведіть підтвердження вашої думки з її тексту.

РОЗДІЛ І УНІКАЛЬНІСТЬ І НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ

§ 1. Як людина стає особистістю

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, які характеристики людини визначають поняття «індивідуальність», «особистість» і «особа»;
- визначати відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності;
- пояснювати, що таке індивідуальні властивості людини, та виявляти повагу до них;
- з'ясувати, як відбувається формування особистості людини.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Чим людина відрізняється від тварини?
2. Які спільні ознаки притаманні людям?
3. Чим відрізняються різні люди в одному суспільстві?

1. Індивідуальність людини.

Упродовж століть дослідницька спільнота намагалася зрозуміти, ким є людина. Існує напівжартівливий вислів: «Усі ми люди, але хто така людина?». На перший погляд тут немає нічого складного. Усі ми впевнено виділяємо людину з навколишнього світу. Її відмінність від усіх інших живих істот є очевидною. Однак у чому вона полягає? На це питання сьогодні, як і раніше, відповідають по-різному.

На думку сучасних дослідників і дослідниць, людина приблизно на 70 % є природною істотою (їсть, спить тощо) і на 30 % — суспільною (формується в суспільстві й залежить від нього). У результаті поєднання впливу цих середовищ виникає людина.

Кожна людина, яку ви зустрічали і зустрінете, не така, як ви, адже всі люди різні. Вони відрізняються одне від одного зростом, вагою тіла, кольором шкіри, очей та волосся, а також характером, звичками та здібностями. Тому кажуть про унікальність кожної людини.

Біблія, яка містить християнське розуміння унікальності людини, називає її «образом Божим». Проте богослови по-різному описують і пояснюють, що саме є образом Божим.

Поняття «людина» відображає спільні якості всіх людей. Коли ми розглядаємо окремого представника людства, носія спільних якостей людського роду, якому властиві передусім природні якості, то використовуємо поняття «індивід».

Природні особливості людини та вплив певного суспільства через сім'ю та оточення визначають її **індивідуальність** як сукупність своєрідних і неповторних якостей.

Індивідуальність людини

Робота в малих групах. Як наведене зображення відбиває уявлення і способи прояву індивідуальності?

СЛОВНИК

Унікальність — термін, який застосовують для позначення чогось єдиного у своєму роді, виключного.

Індивідуальність — неповторна своєрідність, яка відрізняє одну людину від іншої.

Ми маємо різний характер, відрізняємося за вподобаннями та інтересами, по-різному сприймаємо навколишню дійсність. Існує вислів «Усі ми різні, але ми рівні у своїх правах і можливостях». Визнання цього принципу дуже важливе для гармонійного розвитку суспільства і людини. Ви вже знаєте, що однією з моральних цінностей, які рекомендовано засвоїти дитині, є визнання рівності інших. Усі люди як різні індивідуальності повинні мати рівні можливості для реалізації своїх неповторних і своєрідних якостей.

Варто звернути увагу, що у вашій навчальній діяльності визнання рівних можливостей для реалізації якостей людини полягає в урахуванні індивідуальних особливостей кожного під час парної, групової або колективної навчальної роботи.

2. Індивідуальні властивості людини.

До **властивостей людини**, які визначають її **індивідуальність**, вчені відносять своєрідність відчуттів сприйняття, способу мислення, її **характер**, **темперамент** та таланти.

СЛОВНИК

Індивідуальні властивості людини — набір психічних характеристик, що відрізняють можливості однієї людини від іншої: мислення, пам'яті, уяви та особливості її здібностей, інтересів, характеру.

Темперамент — вроджена схильність людини до певного способу реакції на світ та роботи.

Подібна зовнішність не означає однаковість індивідуальних властивостей. Близнюки виглядають дуже схожими, але при цьому можуть мати різні характери, таланти

Відмінності людей за способами сприйняття інформації

Візуали	Аудіали	Кінестетики
Найкраще сприймають інформацію за допомогою зору	Найкраще сприймають інформацію за допомогою слуху	Найкраще сприймають інформацію за допомогою тактильних відчуттів: дотику, смаку, нюху

ЦІКАВІ ФАКТИ

Сучасна дослідницька спільнота поділяє людей за психологічними особливостями на тих, хто більш «відкритий» до світу, потребує активного спілкування (таких людей називають екстравертами), і таких, які зацікавлені в собі, ставлять на перше місце особисті захоплення, прагнуть порівняно менше контактувати з іншими (цих людей називають інтровертами). Це значною мірою обумовлює темперамент людини.

Ще давні греки поділяли людські темпераменти на чотири види. Проте сучасна наукова спільнота уточнює, що людей із «чистим» темпераментом майже не зустрічається. Зазвичай ідеться про поєднання в одній особистості двох типів темпераменту: основний і такий, що виражений менш яскраво. Існують психологічні тести, які допомагають з'ясувати, який темперамент має та чи інша людина.

Спробуйте «наділити» зображених персонажів різними індивідуальними рисами. Поділіться результатами своєї роботи з однокласниками та однокласницями. Поясніть, кого і чому ви наділили певними індивідуальними рисами.

На відміну від темпераменту, **характер** людини можна змінити завдяки свідомим зусиллям. Він формується впродовж життя, у результаті виховання та самовиховання. Характер виражається у ставленні до себе, до інших людей, до праці та довкілля.

СЛОВНИК

Характер — набір індивідуальних рис людини, що проявляються в її ставленні до себе, навколишнього світу та поведінці.

Завершимо формування уявлення про індивідуальні риси людини, працюючи над завданням.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. На двох окремих аркушах запишіть відповіді на запитання «Які мої/твої індивідуальні риси».
2. Порівняйте свої відповіді й обговоріть відмінності в тому, якими ви бачите себе і як вас сприймають інші.

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

РИСИ ХАРАКТЕРУ

Основні	Сміливість, чесність, надійність, боягузливість, заздрісність
Ставлення до себе	Впевненість, почуття гідності, скромність, сила волі, марнославство
Ставлення до інших	Уважність, доброзичливість, толерантність, чесність, грубість
Ставлення до довкілля	Відповідальність, обережність, дбайливість, жорстокість
Ставлення до навчання та роботи	Цілеспрямованість, сумлінність, наполегливість, безвідповідальність

Робота в парах. Назвіть риси характеру, крім тих, що перелічені в таблиці. Які риси ви хотіли б мати, а які — ні? Поясніть свій вибір.

ЕТИКА В УКРАЇНІ

Сучасні українські науковці С. Сергєєв та А. Рощупкін присвятили спеціальне дослідження врахуванню індивідуальних особливостей людини в процесах виховання і навчання. На їхню думку, сучасне виховання та навчання має «максимально спиратися на індивідуальність». Для успішності процесу навчання він має ґрунтуватися на глибокому знанні рис особистості того, кого навчають, та його умов життя.

3. Формування особистості.

Усвідомлення людиною своєї індивідуальності допомагає зрозуміти значення цих якостей для суспільства й сприяє початку формування її **особистості.**

СЛОВНИК

Особистість — характеристика конкретної людини, що включає в себе характер, світогляд, місце та зв'язки в суспільстві.

Особистість кожної людини унікальна, але її формування відбувається в колі інших людей; спілкування з однолітками має великий вплив на це

Формування особистості — складний процес, який відбувається завдяки поєднанню впливу різних чинників. Серед них важливу роль відіграють виховання, середовище і зусилля самої людини. Цей процес поєднує в собі загальнолюдське, важливе для певного суспільства, з індивідуальним і неповторним. Формування особистості відбувається завдяки поєднанню впливів сім'ї, однолітків, школи та суспільства. Завдяки цьому людина пристосовується до зовнішнього оточення, бере участь у суспільному житті, розвиває себе знайомством із мистецькими явищами та засвоєнням гуманітарних дисциплін.

До останніх, зокрема, належить навчальний предмет «Етика». Його вивчення допоможе поглибити розуміння добра і зла, зрозуміти важливість виховання в собі позитивних моральних якостей та те, як будувати гармонійні стосунки з іншими людьми.

Одночасно з формуванням особистості відбувається підготовка людини до свідомого дорослого життя. За успішності цього процесу людина увійде до нього як **особа**, здатна до самостійної діяльності. За його неуспішності з людиною може відбутися те, про що британська письменниця XIX—XX ст. Етель Ліліан Войніч, спостерігаючи за своїми сучасниками, зазначала, що «...більшість із нас не те, чим ми могли би бути».

СЛОВНИК

Особа — індивід, який виконує різні ролі в суспільстві.

Варто завжди пам'ятати про залежність свого майбутнього від докладених вами зусиль для самовдосконалення.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Усе вирішує людська особистість, а не колектив або еліта країни… і значною мірою її відродження залежить від невідомих нам законів виникнення великих особистостей.

Володимир Вернадський, український науковець XIX—XX ст.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Для особистісного розвитку людині потрібно добре розуміти саму себе. Для цього пропонують час від часу ставити собі певні запитання та обмірковувати відповіді на них. Згодом, перечитуючи свої відповіді, людина може простежити, як змінювалося її ставлення до себе, що для неї було важливим. Існує багато видів таких питальників. Наприклад, такий: 1) Наскільки щасливим(-ою) ви зараз почуваєтеся? 2) Яке з ваших занять приносить вам найбільше задоволення? 3) Пригадайте, коли востаннє ви щиро сміялися. Що стало причиною цього? 4) Якому заняттю ви б хотіли присвятити цілий день? 5) Яка людина або персонаж викликає у вас захоплення? На кого ви прагнете бути схожим(-ою)? 6) Опишіть свій характер трьома словами. 7) Сплануйте свій ідеальний день.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке «унікальність», «індивідуальність» та «особистість»?
2. Складіть речення, використовуючи поняття «неповторність людини» та «становлення особистості».
3. Складіть невелику розповідь з аргументацією на тему «У мене є своя індивідуальність, тому…».

4. Проведіть дискусію за проблемою «Як я розумію унікальність і неповторність кожної людини».
5. Складіть розповідь про уявного персонажа на тему «Як відбувалося формування його/її особистості».
6. **Робота в малих групах.** Обговоріть і розв'яжіть пізнавальну задачу.

   За висловом одного з дослідників, «індивідом народжуються, особистістю стають, а індивідуальність відстоюють». Яке ваше ставлення до цього судження? Поясніть свою думку. Які способи доцільні для відстоювання людиною своєї індивідуальності?
7. До уроку узагальнення за розділами I і II у складі пар або індивідуально підготуйте навчальний проєкт на тему «Людська різноманітність — ресурс суспільства». Скористайтеся пам'яткою «Як підготувати навчальний проєкт» (с. 141).
8. Користуючись таблицею, у якій наведено різні види темпераменту, визначте, до якого з них ви найбільш схильні. Намалюйте емоджі (символ, знак, картинка), що відображає ваш вид темпераменту.

Меланхолік	Холерик	Флегматик	Сангвінік
Вразливість, тривожність, сором'язливість	Дратівливість, збудливість, мінливість настрою	Спокійність, старанність, повільність	Жвавість, ініціативність, товариськість

§ 2. Цінність людського життя. Гідність людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- усвідомити, чому життя людини вважається найвищою цінністю;
- вживати поняття «гідність»;
- опанувати суть поняття людської гідності;
- наводити приклади проявів усвідомлення людиною своєї гідності.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Чому життя людини вважається найвищою цінністю?
2. Запропонуйте свої тлумачення слова «гідність».

1. Цінність людського життя.

У світі є багато гарних і добрих речей, але всі вони мають сенс лише доти, поки людина жива. Побачити, осягнути, дослідити світ людина може лише за свого

Побачити та зрозуміти світ, знайти своє місце в ньому людина може лише за свого життя

У житті часто трапляються несподівані радісні моменти

життя. Давньогрецький філософ Протагор колись сказав: «Людина є міра всіх речей, існуючих, що вони існують, і неіснуючих, що вони не існують». Отже, найцінніше, що є в людини, — це її життя.

Життя дається людині лише один раз і кожній — своє. Яким би воно не було — тривалим чи ні, сповненим непересічних подій чи звичним, тобто «як у всіх», воно однаково цінне. Не можна прожити двічі, не можна ані повернутися в минуле, ані застрибнути в майбутнє.

Тільки сама людина може визначити, як вона розпоряджатиметься своїм безцінним даром — життям, і лише вона відповідальна за свій життєвий вибір та його наслідки.

Право на життя є одним із найважливіших прав людини, якого не можна позбавити. Тому захист права на життя дуже важливий для всього людства. Невід'ємне право дитини на життя визнано міжнародними документами, серед яких — Конвенція ООН про права дитини. Отже, людина не лише має право на життя, вона не може позбавляти цього права інших.

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

Зі статті 27 Конституції (Основного закону) України

Кожна людина має невід'ємне право на життя. Ніхто не може бути свавільно позбавлений життя. Обов'язок держави — захищати життя людини. Кожен має право захищати своє життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань.

Завдання.

1. Який обов'язок, згідно із цією статтею Конституції, держава має перед своїми громадянами та громадянками?
2. Які права людини захищає ця стаття Конституції?

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

1. **Обговоріть у парах.** Як ви розумієте твердження про те, що людина сама відповідальна за власне життя та свої життєві вибори та їхні наслідки? Чи погоджуєтеся ви з ним? Доберіть аргументи та приклади за і проти цієї позиції.

2. **Міні-проєкт.** Щороку у світі відзначається День захисту дітей. В Україні його дата — 1 червня. Він присвячений Декларації прав дитини, яку було прийнято 20 листопада 1959 р. На її основі було створено Декларацію прав дитини 1989 р. Дізнайтеся, як відзначають цей день у вашому навчальному закладі, селі або місті. Розробіть власний проєкт відзначення цього дня.

2. Гідність людини.

Коли людина має внутрішнє почуття поваги до себе та визнає свою цінність як людини, вона має почуття власної **гідності**. Право людини на гідність не можна дати або відібрати — усі люди народжені з рівним правом на повагу до себе, до своєї гідності з боку як інших осіб, так і органів державної влади.

СЛОВНИК

Гідність — внутрішня переконаність людини у власній цінності, почуття самоповаги. Також поняття «гідність» можуть вживати, маючи на увазі, що певна людина гідна особливого визнання та шани. Наприклад, за її визначні вчинки або моральні якості, такі як скромність, наполегливість, відданість тощо.

У статті 1 Загальної декларації прав людини — документі, чинність якого поширюється на все людство, — зазначено, що «всі люди народжуються вільними і рівними у своїй гідності та правах». Тобто гідність має кожна людина незалежно від будь-яких

ознак: хто її батьки, де вона народилася, багата вона чи бідна, які її таланти та здібності, заслуги перед людьми, як до неї ставиться суспільство, яких поглядів вона дотримується тощо.

Також почуття гідності означає, що людина усвідомлює те, що вона є цінною як особистість, і водночас визнає, що інші люди є так само цінними, як і вона, тобто **поважає** їх. Отже, людина з почуттям власної гідності поважатиме й інших людей незалежно від їхнього походження, національності, віку, фізичних ознак. Вона буде ставитися до них **справедливо**: неупереджено, виходячи з того, що всі люди є рівними у своїй гідності та правах, відповідно до загальноприйнятих законів і правил.

Почуття власної гідності змушує людей боротися за свої права, але також передбачає й відповідальність за власні дії: недостатньо відчувати свою цінність і відстоювати власні права, потрібно поводитися так, щоб своїми вчинками не зачіпати гідність інших, не завдавати їм шкоди. Більше того, люди з усвідомленим почуттям власної гідності нерідко прагнуть активно захищати її, а також гідність інших людей, від посягань на неї та порушень їхніх прав.

Міжнародні закони та закони України захищають право людей на життя та гідність. Це означає, що кожна без винятку людина має бути однаково захищена від посягань на свою гідність: примусу робити щось проти її волі, принижень, морального та фізичного насильства.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

Складіть речення, яке містить слово «гідність» у різних значеннях.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Куди звертатися в разі проявів домашнього насильства:

- Національна поліція України — 102.
- Безкоштовна цілодобова «гаряча» лінія для жертв домашнього насильства — 15-47.
- Цілодобова «гаряча» лінія безоплатної правової допомоги — 0-800-213-103.
- Національна «гаряча» лінія — 116-111 (із мобільного телефону); 0-800-5000-225 (зі стаціонарного телефону).

ЦІКАВІ ФАКТИ

Щороку 21 листопада в Україні відзначається День Гідності та Свободи на знак пам'яті про Помаранчеву революцію 2004 р. та Революцію Гідності 2013—2014 рр.

Майдан Незалежності в Києві під час Помаранчевої революції 2004 р.

Майдан Незалежності під час Революції Гідності 2013—2014 рр.

Завдання. Що вам відомо про Революцію Гідності? Поцікавтеся спогадами про ці події у своїх батьків, старших родичів та знайомих. Поміркуйте, чому події отримали таку назву.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Чому життя вважається найвищою цінністю?
2. Чи можна сказати, що цінність життя різних людей є різною — більшою або меншою?

3. Ознайомтеся з наведеними цитатами. Кількома реченнями поясніть, як ви розумієте кожну з них: 1) «Найвеличніша з книг — книга життя, яку не можна ні закрити, ні знову відкрити за своїм бажанням». (*Альфонс де Ламартін*); 2) «Життя — не страждання і не насолода, а справа, яку ми зобов'язані зробити й чесно довести її до кінця». (*Алексіс де Токвіль*); 3) «Життя — це те, що люди більш за все намагаються зберегти й менш за все бережуть». (*Жан де Лабрюєр*).
4. **Робота в парах**. Обговоріть, як пов'язані між собою поняття гідності та справедливості. Доберіть приклади, які ілюструють цей взаємозв'язок.
5. **Робота в малих групах**. Як ви розумієте поняття «гідність»? Пригадайте відомі вам вчинки людей, які демонструють їхнє почуття власної гідності, та обговоріть ці ситуації.
6. Із вини двох учнів — *А* і *Б* — було пошкоджено шкільне майно. Учень *А* раніше не порушував дисципліну, є старанним та успішним у навчанні, а учень *Б* вже не раз нехтував правилами поведінки у школі, погано навчається, не виявляє поваги до вчителів. Як ви вважаєте, хтось з учнів у цій ситуації має отримати більше покарання, ніж інший? Поясніть своє рішення. Чи було воно справедливим? Чи вплинуло воно на чиєсь почуття гідності?
7. Проведіть інтерв'ю з родичами, учителями, однокласниками на тему того, як вони розуміють поняття людської гідності. Підготуйте розповідь, яка міститиме приклад захисту людиною своєї гідності або гідності інших людей.

§ 3. Людські чесноти. Роль світогляду в становленні особистості

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- вживати поняття «чесноти», «світогляд»;
- усвідомлювати різноманітність людських чеснот, світоглядів і цінностей;

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Як ви розумієте слово «доброта»? Яку людину називають доброю? Які асоціації у вас викликає слово «доброта»?
2. Доповніть перелік людських чеснот: *щедрість, чесність, працьовитість, допитливість…*

1. Чесноти людини.

Здавна люди намагалися з'ясувати: як зрозуміти, що ця конкретна людина добра чи зла, які саме якості дозволяють це визначити. І давньогрецькі філософи, і середньовічні вчені складали переліки **чеснот**, які, на їхню думку, мають належати ідеальній людині.

СЛОВНИК

Чесно́та — позитивна моральна якість людини.

У Давній Греції вважали, що головними є чотири чесноти: мужність, поміркованість, мудрість і справедливість. Проте водночас мали на увазі, що кожна з них притаманна певній групі людей: справедливість характерна для правителів, а воїни не можуть бути поміркованими. Ці чесноти визнавалися у Стародавньому світі й Середньовіччі.

Проте в Середні віки вважалося, що такі чесноти, як мужність, вірність, щедрість, можуть належати лише людям знатного походження, у той час як простолюди-

нам приписували віроломство, слабкодухість, жадібність. Ці **стереотипи** існували дуже довго.

СЛОВНИК

Стереотип — поширені в суспільстві протягом тривалого часу стійкі уявлення про людей, стосунки між ними, навколишній світ, які часто бувають неправдивими. Негативні стереотипи називають упередженнями.

У VI ст. до н. е. в Китаї жив мудрець Конфуцій, вчення якого китайський народ дотримується і в наші дні. Він стверджував, що існує п'ять чеснот: людяність, справедливість, ввічливість, мудрість та відповідальність (вірність). Конфуцій навчав, що ці чесноти мають бути основою спілкування людей.

На основі праць давньогрецьких філософів християнські богослови склали новий перелік чеснот, до якого увійшли доброчесність, стриманість, щедрість, старанність, терплячість, лагідність та покірливість. Саме ці якості вважали головними позитивними рисами людини.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Зображена жінка втілює чесноту поміркованості: вона повільно, тонкою цівкою наливає воду в посудину.

Поміркованість.
Художник П'єро Полайолло. 1470 р.

Завдання. Доберіть синоніми до поняття «поміркованість». Яку людину можна назвати поміркованою?

У сучасному світі немає єдиного переліку чеснот. Він залежить від цінностей тієї спільноти, у якій зростала конкретна людина, а ці цінності, у свою чергу, формуються під впливом історичної долі цієї спільноти, релігії, звичаїв і традицій. З іншого боку, такі риси, як чесність, терплячість, щедрість, допомога іншим, високо цінуються в усьому світі.

2. Світогляд людини та її особистість.

Ви вже знаєте, що поняття «особистість» характеризує людину, коли йдеться про її відносини із суспільством, тобто людьми, які її оточують. Те, як людина уявляє цей світ загалом (і інших людей, і природу в цілому) та бачить своє місце в ньому, вибудовує з ним свою взаємодію, має назву **світогляд**. Він складається з багатьох елементів: уявлень, поглядів, переконань, знань, досвіду тощо. Залежно від світогляду в людини формуються цінності, можуть виникати певні потреби.

Світогляд формується впродовж усього життя людини. Він базується на тому, у якій культурі формувалася її особистість, за яких умов вона виросла й живе в дорослому віці, що вона перейняла та засвоїла від

Подорожі та спілкування також допомагають розширити та змінити світогляд

Читання та обмін думками щодо прочитаного — одні з чинників розвитку світогляду

інших людей, які висновки зробила з власного досвіду, **наукових знаннях** та безлічі інших чинників.

СЛОВНИК

Світогляд — система поглядів людини на світ та її місце в ньому.
Наукові знання — знання, які були отримані в результаті наукових досліджень та експериментів або можуть бути перевірені за їхньою допомогою.

Для кращого розуміння, що таке світогляд людини, серед інших можна виділити такі його складові частини: цінності, ідеали та переконання.

Переконання — впевненість людини у справедливості своїх принципів, ідей, поглядів. Переконання можуть мотивувати людину, наприклад, переконання «наявність доброї освіти — запорука доброї роботи, високого заробітку» стимулюватиме приділяти більшу увагу навчанню, а переконання «наявність якісної освіти не впливає на життєві можливості», навпаки, підсилюватиме думки про те, що навчання не варте витрачених зусиль.

Цінності — тверді переконання в тому, що певні явища навколишнього світу є позитивними або

Заняття справою, яка приносить задоволення, може задовольнити потребу в самоактуалізації

негативними. Вони визначають ставлення людини до всього, що її оточує. Прикладами цінностей є добро, свобода, гідність, милосердя, любов.

Ідеали — зразки чогось довершеного, яких людина прагне досягти у своєму житті. Хоча ідеал — це щось уявне, прагнення наблизитися до нього спонукає людину самовдосконалюватися.

Отже, світогляд людини не є чимось наперед визначеним і незмінним. Він складається з багатьох елементів, на нього можуть впливати різні події та явища. Прочитана книжка чи переглянутий кінофільм (як науковий, так і художній), власний досвід чи досвід інших людей — усе це може сприяти формуванню світогляду. Характер людини також відіграє вагому роль у цьому процесі.

Нерідко можна почути пораду, що потрібно розширювати свій світогляд. І справді, чим більше людина пережила й дізналася, чим ретельніше вона осмислила отриману інформацію та зробила висновки про себе та свою поведінку, тим ширшим буде її світогляд, тим різноманітнішими будуть її зв'язки з людьми та навколишнім світом. Отже, вона розвиватиметься як особистість.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке чесноти людини? Із якою метою люди почали складати переліки найважливіших чеснот?
2. Назвіть кілька найвагоміших, на вашу думку, чинників, що формують світогляд людини.
3. **Міні-проєкт «Мозаїка мого світогляду».** На окремих папірцях запишіть ті речі, які, на вашу думку, формують ваш світогляд. Прикріпіть ці папірці на дошку (або якусь тверду основу). Порівняйте свої мозаїки та мозаїки однокласників та однокласниць. Які висновки про різноманіття людських світоглядів ви можете зробити?
4. Складіть «хмару» слів на тему «Мій світогляд». Що з переліченого, на вашу думку, найбільше вплинуло на формування вашого світогляду?
5. Світогляд визначається одразу й залишається постійним на все життя або здатен змінюватися під впливом обставин?
6. На основі власного досвіду, результатів роботи на уроці та тексту підручника складіть перелік чеснот сучасної людини. Обговоріть і порівняйте його з переліками своїх однокласників та однокласниць. Чи було в них щось спільне? Складіть загальний перелік із п'яти-семи найбільш важливих, на вашу думку, чеснот.
7. **Робота в малих групах.** Поясніть, як ви розумієте фразу, що «читання книжок розширює світогляд». Підготуйте аргументи на захист або спростування цього твердження.

§ 4. Потреби, бажання та інтереси людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- з'ясувати, як пов'язані між собою потреби, інтереси та бажання людини;
- визначити, чому потреби людини поділяють на першочергові та другорядні;
- дізнатися, які існують види потреб.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

Як ви розумієте різницю між твердженням «я хочу» та «я потребую»?

1. Зв'язок між потребами, бажаннями та інтересами людини.

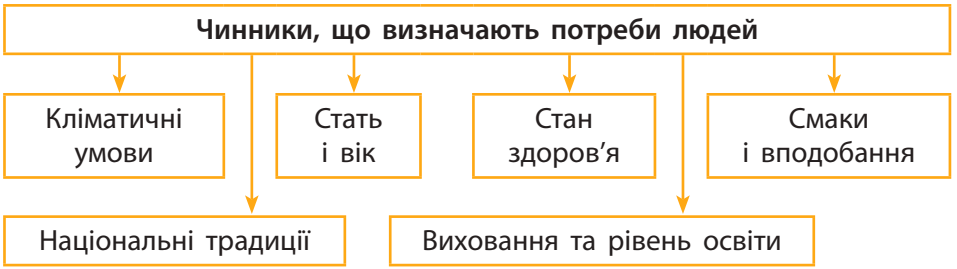
Людина, як і будь-яка інша жива істота, має певні потреби. Це ті «вимоги» її організму, задоволення яких необхідне для здорового життя. Перелік базових потреб досить обмежений: відчуття безпеки, повноцінний сон, їжа та одяг, належна медична допомога. Коли ці потреби людина задовольнила, вона прагнутиме задовільнити свої емоційні потреби, а також ті, що безпосередньо не пов'язані з її виживанням: більш комфортні

Сон та їжа — це базові потреби людини

Спілкування — одна з потреб людини

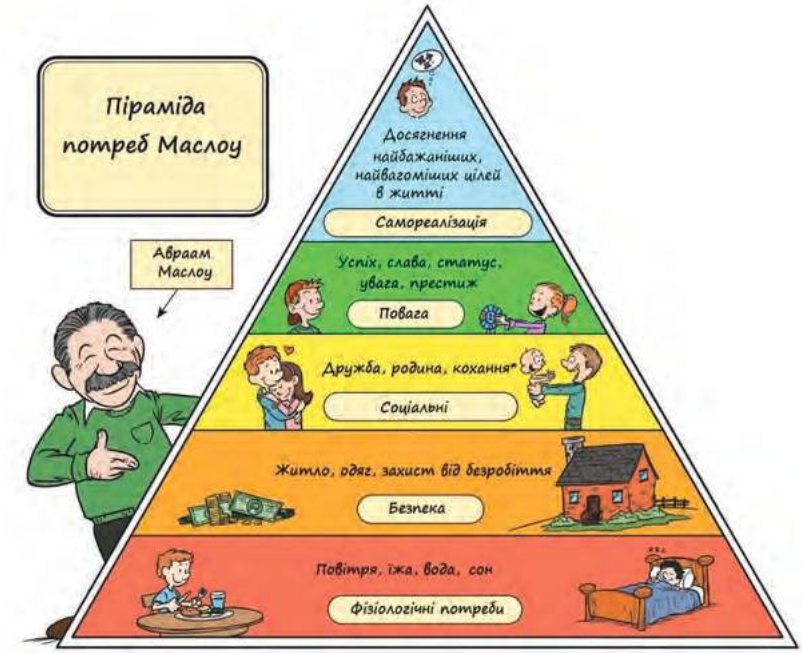
умови життя, дружнє спілкування, творчість тощо. Усвідомлена людиною потреба називається бажанням.

Із потребами пов'язане поняття інтересів людини. Інтерес — це зацікавленість людини в певних речах, інших людях, закладах (наприклад, освіти або державних установах), які допоможуть їй задовольнити її потреби. Іншими словами, інтерес відповідає на питання «як діяти?», щоб задовольнити свої потреби.



2. Види людських потреб.

Існує дуже багато людських потреб. Для зручності їх можна розділити на групи. Найчастіше ви можете зустріти розподіл потреб, який склав американський вчений Абрахам Маслоу. Розроблену теорію його учні втілили в знаменитій «піраміді Маслоу». Вона



Піраміда потреб Маслоу

складається з п'яти поверхів або щаблів, на кожному з яких розміщений певний набір потреб.

Основу піраміди складають потреби, що забезпечують виживання людини як біологічної істоти (потреба в їжі, одязі, житлі, теплі, повітрі, воді тощо). Наступним щаблем є потреба в безпеці та медичній допомозі. Третій щабель — це потреби людини в спілкуванні, дружбі та любові тощо. Вони пов'язані зі спілкуванням з іншими людьми. Наступний щабель — потреба у визнанні та повазі інших людей. На вершині піраміди розташована потреба в самореалізації, що полягає у прагненні людини розкрити свої таланти та здібності.

Ієрархію потреб не варто розуміти буквально. Наприклад, неправильним буде стверджувати, що якщо

Для багатьох людей допомога іншим, а також турбота про довкілля можуть задовольняти різні потреби. Висловіть власні припущення, які потреби людина може задовольнити в такий спосіб.

людина вранці не поснідала, то вона не зможе ні з ким спілкуватися чи працювати (не задоволена більш «базова» потреба).

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в малих групах. Об'єднайтеся в малі групи й виконайте завдання.

Нерідко можна натрапити на твердження, що «справжніми» потребами є лише базові: у сні, воді, простій їжі (без ласощів), з обмеженим колом розваг, звичайному одязі, а всі інші (більш вишукана їжа, різноманітні розваги, подорожі, модний одяг) є бажаннями порівняно з тими потребами, якими можна нехтувати, які виникають лише як забаганка. Чи погоджуєтеся ви з таким твердженням? Обґрунтуйте свою позицію.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Потреби можна поділити на раціональні та нераціональні. Приклади нераціональних потреб: потреба палити, уживати наркотики, алкогольні напої тощо. Часто раціональна потреба може перетворитися на нераціональну. Наприклад, згідно з рекомендаціями дієтологів, шоколад варто вживати у невеликих кількостях, тому що багато шоколаду може спричинити алергію. Потреба в розвагах, наприклад, ігри на комп'ютерах та інших ґаджетах, може перетворитися на нераціональну, якщо на це витрачати весь день.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Сформулюйте власне визначення терміна «людські потреби».
2. Складіть схему, яка б пояснювала взаємозв'язок між потребами, бажаннями та інтересами людини.
3. Проведіть дискусію на тему: чи буде життя людини повноцінним, якщо вона задовольнятиме лише свої базові потреби?
4. **Робота в малих групах.** Які потреби людини можна назвати базовими?
5. **Робота в парах.** Запишіть кілька своїх потреб. На прикладі однієї потреби поясніть, які ви маєте шляхи її задоволення. Коли потреба стає бажанням? Яку роль у задоволенні потреби виконує інтерес? Результатами своєї роботи поділіться з партнером/партнеркою. Чи погоджується він/вона з вашими висновками?
6. Абрахам Маслоу визначив потребу самореалізації як «бажання стати більшим, ніж ти є, стати всім, на що ти спроможний». Це — та потреба, для задоволення якої не потрібні ні матеріальні цінності, ні схвалення оточуючих, а лише власне задоволення людини від процесу та результату тієї справи, якою вона займається. Чи погоджуєтеся ви з твердженням, що цю потребу найважче задовольнити?

Розвиваємо моральні навички

Василь Сухомлинський «Кожна людина повинна»

Мати з Петриком сіли у вагон і їдуть у далеке південне місто, на берег теплого моря,— відпочивати.

Вечоріло. Мати послала на одній лавці собі, на другій — Петрикові. Хлопчик з'їв смачну булку з курячою лапкою і яблуко. Ліг на м'яку подушку й питає матір:

— Мамо, ви казали, що поїзд веде машиніст. А вночі хто?

— І вночі — машиніст,— каже мати.

— Як? — дивується Петрик.— Невже він уночі не спить?

— Не спить, синку.

— Ми спимо, а він ні? — ще більше дивується Петрик.

— Ні...

— Як же це так? — не може зрозуміти Петрик.— Йому ж хочеться спати.

— Хочеться, але він повинен вести поїзд. Кожна людина повинна.

— І я повинен? — питає Петрик.

— І ти повинен.

— Що ж я повинен?

— Бути людиною,— каже мати.— Це найголовніше.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чи можна стверджувати, що машиніст у наведеному оповіданні — людина з розвиненою особистістю і виступає як особа? Поясніть свою думку.
2. Наведіть інші приклади людей, про яких можна говорити, що це особистість і особа.
3. Що, на вашу думку, автор хотів донести до читачів та читачок, стверджуючи, що кожен повинен «бути людиною»?

Василь Сухомлинський «Велике відро»

До школи прийшло чотирнадцятеро діток поливати сіянці яблунь — шкілку. Особливо щедро їх треба поливати восени, коли земля стає сухою від літньої спеки.

Учитель поставив біля шкілки чотирнадцять відер. Тринадцять маленьких, а чотирнадцяте велике.

Діти швиденько розібрали маленькі відерця. Залишилося одне велике. І один учень без відра зостався — маленький синьоокий Мишко. Був він повільний, задумливий.

— Ну, що ж, Михайлику,— мовить учитель,— бери велике, носитимеш по пів відра.

Діти стали поливати яблуньки. Усі носять маленькими відерцями, а Михайлик — великим. І набирає не по пів відра, а повне. Усім носити легко, а Мишкові важко.

А одна дівчинка й каже:

— Не треба ловити ґав, Михайле. Скоріше було б маленьке відерце брати.

А хтось і засміявся. Ось і закінчили поливати.

Учитель і каже:

— Тепер ідіть у сад, нарвіть собі по повному відру яблук і несіть додому. Пригостіть матерів своїх, бабусь.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

Висловіть думку про якості, притаманні Михайлику як особистості.

РОЗДІЛ ІІ СПІЛКУВАННЯ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ

§ 5. Що таке спілкування та як воно впливає на здоров'я, безпеку й добробут людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке спілкування і комунікація;
- з'ясувати місце і роль мови у процесі спілкування;
- пояснювати, як спілкування впливає на здоров'я, безпеку й добробут людини.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Як ви розумієте, що таке спілкування?
2. Для чого люди спілкуються?
3. Чи є спілкування необхідним для людини? Чому?

1. Для чого люди спілкуються.

Людство впродовж усього часу свого існування пов'язане різними системами **комунікацій.** Саме вони об'єднують нас у просторі й часі. Прочитавши вірш Т. Шевченка, ми в такій формі отримуємо «повідомлення» з XIX ст., а видряпавши на морському камінці напис «Тут був(-ла)...», залишаємо для нащадків повідомлення про те, що ми відвідали цю місцевість.

Минали часи. Змінювалися способи передачі інформації. Проте значення комунікації для життя людини не зменшувалося.

Комунікація як взаємодія між людьми лежить в основі нашого **спілкування.** Це є невід'ємною складовою життя суспільства. Будь-яка життєва справа

спонукає людей до спілкування, обміну інформацією, досягнення домовленості для спільного розв'язання різноманітних ситуацій.

СЛОВНИК

Комунікація — термін, яким визначається взаємодія людей у світі.
Спілкування — стосунки між людьми, спричинені потребами спільної діяльності, що включають сприйняття й розуміння іншої людини, обмін інформацією та вироблення шляхів спільної взаємодії.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

У процесі спілкування визначають три складові. *Перша складова* передбачає взаєморозуміння між сторонами. Так, важливо, чи сприймає один із них іншого як такого, що заслуговує на довіру, або заздалегідь вважає, що той нічого не зрозуміє. *Друга* складова включає обмін між співрозмовниками не лише словами, а й діями та вчинками. Наприклад, спілкування між покупцем і касиром у магазині відбувається тоді, коли перший віддає гроші за товар, який він купує, а другий приймає їх, відраховує решту й вибиває чек. *Третя* складова полягає в обміні інформацією між співрозмовниками, якою володіє кожен із них. При цьому, зокрема, використовується мова як основний засіб обміну інформацією.

Спілкування можна порівняти зі своєрідним містком між людьми. Це досить складний процес взаємодії, що полягає в обміні інформацією, сприйнятті й розумінні партнерами одне одного.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

Французький письменник першої половини XX ст. Антуан де Сент-Екзюпері писав: «Єдина відома мені розкіш — це розкіш людського спілкування». Поясніть, як ви розумієте це твердження. Наведіть декілька прикладів ситуацій, коли ви мали схожі почуття.

2. Роль мови у спілкуванні.

Зміст спілкування реалізується за допомогою певних засобів, серед яких важливе місце посідає **мова**.

СЛОВНИК

Мова — система умовних символів, за допомогою яких передається поєднання звуків, що мають для людей певне значення та зміст.

Мова формується в результаті процесу людського спілкування й відображає особливості суспільно-історичного розвитку певної спільноти людей. Однією з важливих особливостей мови є те, що кожна людина стикається з уже готовою мовою, якою розмовляють у її оточенні. Людина засвоює її в процесі розвитку й одночасно своєю діяльністю сприяє подальшому розвитку самої мови.

Кожен громадянин і кожна громадянка України в дитинстві засвоює державну українську мову й у подальшому житті сприяє її розвитку. Українську мову небезпідставно визнають в Україні не просто засобом спілкування, а душею нації. Тому всі ми маємо берегти й розвивати свою мову.

ЦІКАВІ ФАКТИ

У наш час на Землі існує близько 5 тис. мов. При цьому понад половина людства розмовляє 40 найбільш поширеними мовами.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Щороку 9 листопада відзначають День української писемності та мови. Цього дня проводиться Міжнародний конкурс знавців української мови імені Петра Яцика, у якому беруть участь і школярі та школярки.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Існує вислів, який приписують німецькому письменнику Йоганну Вольфгангу Гете: «Скільки мов ти знаєш — стільки разів ти людина». Як ви розумієте це твердження? Чи погоджуєтеся ви з ним?

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

Швейцарський мислитель XIX ст. Йоганн Каспар Блюнчлі про мову

…Мова серед інших здобутків є тим, що найбільше належить народу, найбільш живим відображенням його характеру, найбільш енергійним зв'язком його із загальною культурою [людства]…

Робота в парах. Обговоріть і дайте відповідь на запитання: чи можна погодитися з наведеною оцінкою мови? Чому?

3. Вплив спілкування на здоров'я, безпеку й добробут людини.

Не буде перебільшенням сказати, що повноцінне життя людини неможливе без спілкування. Від нього залежить дуже багато. Так, воно значною мірою визначає стан психічного здоров'я людини. Без спілкування з іншими вона не зможе його зберегти. Саме із цим пов'язано те, що одним із найсуворіших видів покарань злочинців здавна вважалося довічне ув'язнення в одиночній камері. У разі його застосування засуджений поступово втрачав розум і божеволів.

Безпека людини також значною мірою залежить від її вміння спілкуватися. Різні манери спілкування можуть як викликати, так і приборкати агресію іншої людини. Для людини важливо вміти правильно спілкуватися зі сторонніми, незнайомими або малознайомими людьми.

Умінню спілкуватися людина вчиться протягом усього життя, знайомлячись з іншими людьми, потрапляючи в нові ситуації. Для безпечного спілкування людина має також ураховувати культурні відмінності в етикеті: загальноприйняте вітання на Заході (ліворуч) відрізняється від вітання на Сході (праворуч)

Оволодіння мистецтвом спілкування й добробут людини, як вважають дослідники, тісно пов'язані між собою. Успішність у спілкуванні сприяє кращому налагодженню соціальних зв'язків людини. Перед нею відкривається більше можливостей для участі в суспільно-політичному житті країни, підприємницькій діяльності тощо. Уміння спілкуватися з різними людьми й залучати їх до своєї команди свідчить про лідерські якості людини.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Нації вмирають не від інфаркту. Спочатку їм відбирає мову. Ми повинні бути свідомі того, що мовна проблема для нас актуальна і на початку XXI століття, і якщо ми не схаменемося, то матимемо дуже невтішну перспективу.

Ліна Костенко, сучасна українська поетеса

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке комунікація, спілкування і мова?
2. За додатковими джерелами інформації доберіть декілька визначень понять «комунікація», «спілкування» і «мова» або висловлювань відомих людей про ці поняття, що вам сподобалися. Поясніть, чим саме вони привернули вашу увагу.
3. Складіть розповідь за темою «Для чого мені необхідно навчитися успішному спілкуванню?».
4. Проведіть дискусію за проблемою «Чи можливе життя людини без спілкування?».
5. **Робота в парах.** Обговоріть і розв'яжіть пізнавальну задачу.

   Український мислитель XVIII ст. Григорій Сковорода писав про спілкування: «Дуже важливе значення має те, із ким ми щоденно спілкуємося і кого слухаємо. У словах кожної людини міститься добрий або поганий дух. Поки ми їх слухаємо, ми цей дух поглинаємо». Поясніть, як ви розумієте думку мислителя. Наведіть приклад, що підтверджує ваше розуміння цього твердження.
6. Складіть розповідь від особи уявного персонажа про те, як уміння спілкуватися позитивно або негативно впливає на його здоров'я, безпеку й добробут.
7. На думку французького письменника XVIII ст. Антуана Ріваролля, «будь-яка мова — медаль, викарбувана історією». Наведіть приклади слів української мови, у яких відображається історичне минуле України.

§ 6. Як відбувається спілкування

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- з'ясувати сутність вербального та невербального спілкування й те, як застосовувати його для комунікації;
- дізнатися про особливості спілкування в групі й основні прояви доброзичливості, щирості та поваги в спілкуванні;
- наводити приклади ввічливої та чемної поведінки у спілкуванні.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Що таке спілкування?
2. Для чого людям потрібне спілкування?
3. Наведіть приклади різновидів спілкування.
4. Яких правил слід дотримуватися, працюючи в групі?

1. Вербальне і невербальне спілкування.

За засобами, які використовуються в процесі спілкування, його поділяють на **вербальне** і **невербальне**. Перше відбувається за допомогою слів та мови, друге — за допомогою *міміки* (руху м'язів обличчя), *жестів* (руху людського тіла або його частин) і *пантоміміки* (зміни в ході, жестах, поставі людини, за допомогою яких проявляються її настрій та емоції).

Вербальне спілкування може бути усним і письмовим. Основними вимогами до нього є якість змісту, доступність викладу думок і чіткість вимови.

У невербальному спілкуванні слова не використовуються. Під час такого спілкування інформація співрозмовнику передається через о́брази, міміку, жести тощо. Тобто основним

інструментом спілкування виступає тіло людини. При цьому головною умовою правильного розуміння того, що прагне повідомити співрозмовник, стає знання мови рухів тіла.

СЛОВНИК

Вербальне спілкування — словесне спілкування, учасники якого обмінюються висловлюваннями щодо предмета обговорення.

Невербальне спілкування — форма спілкування, у якій не використовуються слова та інші мовні символи, а інформація передається за допомогою рухів тіла.

Обидва засоби спілкування дуже важливі. Словами, тобто застосовуючи вербальне спілкування, людина може передати фактичні знання. Невербальне спілкування дозволяє повідомити те, що не підлягає словесному вираженню. Опанування засобів невербального спілкування допомагає людині володіти собою, передавати або приховувати свої почуття.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари, виконайте завдання і продемонструйте класу результати роботи.

1. За допомогою вербальних засобів спілкування висловіть інформацію про об'єкт обговорення, дотримуючись правил.
   1) Надавайте рівно стільки інформації, скільки необхідно, щоб вона не була надмірною, не викликала зайвих питань і роздумів, що не стосуються справи.
   2) Інформація має бути правдивою, не містити того, що може виявитися неправильним або помилковим, того, що не є перевіреним.
   3) Інформація не має містити відхилень від теми.
   4) Інформація має бути зрозумілою, слід уникати незнайомих висловів.
2. За допомогою невербальних засобів спілкування (поза, міміка, вираз очей, жести) передайте партнеру інформацію про здивування, байдужість, страх, радість, задоволення, невдоволення, гнів, спокій, порозуміння та його відсутність тощо.

ЦІКАВІ ФАКТИ

На думку дослідників, у процесі спілкування близько 7% інформації припадає на вербальні засоби, приблизно 50% — на невербальні, а решту складають звукові засоби — тембр голосу та інтонація.

2. Особливості спілкування в групі. Прояви доброзичливості, щирості та поваги в спілкуванні.

Імовірно, під час навчання всім нам доводилося брати участь у груповій роботі. Вона передбачає діяльнісне спілкування. Під час нього відбуваються формування, розвиток та обмін уміннями й навичками, які виробляються під час спільної діяльності. Вам також відомо, що для успішної групової роботи слід дотримуватися певних правил. У їх основі мають бути **доброзичливість, щирість** і **повага** одне до одного.

СЛОВНИК

Доброзичливість — здатність і бажання робити добро іншим людям.

Щирість — властивість людини, пов'язана з її прямим, безкорисливим, відвертим вираженням своїх почуттів і думок.

Повага — прихильне ставлення до інших людей, пов'язане з визнанням їхніх заслуг і позитивних якостей.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в малих групах. Обговоріть у групі пропозиції до основних правил групової роботи й представте результати класу.

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

Із настанов мудреця Будди своїм послідовникам (VII—VI ст. до н. е.)

…Дивіться доброзичливо на все існуюче, нехай кожне ваше слово буде спокійним, привітним, прихильним і нехай кожна ваша дія слугує виправленню помилок, розвитку добра…

Робота в парах. Обговоріть і виконайте завдання:

1. У чому Будда вбачав доброзичливість у спілкуванні й діях людей?
2. Чи можна стверджувати, що наведена думка не втратила свого значення в сучасному світі? Поясніть свою відповідь.

3. Важливість ввічливості й чемної поведінки у спілкуванні.

СЛОВНИК

Ввічливість — дотримання добрих манер, уважність і люб'язність у ставленні людини до тих, хто її оточує.

Чемність — шанобливе, ввічливе ставлення до людей; поведінка людини, у якій проявляються ввічливість та люб'язність.

Рівень культури людини завжди можна визначити за тим, як вона спілкується. Більшості з нас приємно спілкуватися з вихованими людьми. Проте варто замислитися над тим, чи завжди спілкування з нами стає задоволенням для інших.

Ввічливість і **чемність** є саме тими засобами, завдяки яким спілкування стає приємним для тих, хто бере в ньому участь. Для цього варто пам'ятати й користуватися знайомими нам «чарівними словами» — добрий день, спасибі, дякую, вітаю, вибач, будь ласка тощо.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Умій бути добрим до інших не тільки, коли тобі добре, але й коли погано. Саме це і показує твою людяність.

Марія Ногаєва, сучасна поетеса

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Основні правила ввічливості у спілкуванні

- Вітайтеся.
- Прощайтеся.
- Просіть вибачення за завдану людині незручність.
- Цікавтеся станом справ людини, із якою спілкуєтеся.
- Не перебивайте іншу сторону.
- Уважно слухайте іншу сторону спілкування.
- Не гукайте до співрозмовника, якщо він перебуває на відстані.
- Уважно слухайте співрозмовника.

ЕТИКА В УКРАЇНІ

Сучасні дослідники етики зазначають, що українцям та українкам здавна притаманні доброзичливість, щирість, повага та ввічливість у спілкуванні. Про це, зокрема, свідчать численні народні прислів'я й приказки. До найчастіше вживаних належать:

- Зич іншим добра, добре буде й тобі.
- Кого почитають, того й величають.
- У чужому домі будь привітливий, а не примітливий.
- Хто каже до ладу, то вухо наставляй, а хто і без ладу, то теж не затихай.
- «Будь ласка» не кланяється, а «спасибі» спини не гне.

Ввічливість у спілкуванні свідчить, що людина ставиться до інших чуйно і з повагою. При цьому найчастіше спрацьовує зворотний процес. У більшості випадків ви зустрічаєте взаємне добре ставлення до вас співрозмовника.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

За результатами різноманітних досліджень людських стосунків, ввічливе ставлення до інших допомагає людині встановлювати нові корисні для неї контакти — мати багато знайомих, приятелів і друзів. У більшості випадків ви зустрічаєте взаємне добре ставлення до вас співрозмовника.

Також варто звернути увагу на спостереження японських психологів, які на підставі тривалих досліджень визначили, що ввічливі люди перебувають у більшій безпеці, ніж хами й грубіяни, які обов'язково рано чи пізно потрапляють у небажані ситуації.

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

Зараз існує чимало варіантів правил, яких слід дотримуватися під час спілкування в сім'ї.

У правилах спілкування в ідеальній сім'ї (сайт ukr.media) пропонується:

- Поважати всіх членів сім'ї.
- Навчитися не тільки розмовляти одне з одним, але й слухати, чути.
- Навчитися поступатись один одному, рахуватися з потребами іншої людини.
- Бути тактовними, не дорікати іншим.
- Не ображати одне одного, не використовувати лайливих, образливих слів.
- Не ображатися на дрібниці.
- Не запрошувати гостей, не обговоривши це з усіма членами сім'ї.
- Не читати особистих листів і щоденників інших членів сім'ї, а входячи до чиєїсь кімнати, стукати.
- Піклуватися одне про одного та любити.

Сайт «Social.org» наводить такі правила поведінки в сім'ї:

- Не підглядайте в чужий телефон.
- Влаштовуйте годину без гаджетів.
- Заведіть сімейне хобі.
- Влаштовуйте спільні прийоми їжі та запроваджуйте сімейні ритуали.
- Допомагайте одне одному.
- Сприймайте родичів такими, якими вони є.

Робота в парах. Обговоріть і виконайте завдання. **1.** Порівняйте наведені правила спілкування в сім'ї. Прокоментуйте доцільність дотримання наведених у них норм. **2.** Складіть власний проєкт правил сімейного спілкування та запропонуйте його для обговорення класу.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Щороку 11 січня відзначається Міжнародний день «Дякую». Слово «дякую» вперше з'явилося в паризькому словнику-розмовнику XVI ст. Проте в повсякденному вжитку воно набуло поширення лише у XX ст. Міжнародний день «Дякую» (international Thank You Day) запроваджений рішенням ООН. У цей день у різних країнах світу відбуваються конкурси, флешмоби, обміни плакатами, листівками й подарунками між різними людьми, які прагнуть подякувати одне одному. Із кожним роком усе більше країн і людей приєднуються до святкування цього дня. У деяких штатах США, наприклад, його святкування триває цілий місяць.

У різних країнах існують відмінні традиції висловлювати подяку. В Індії дякують не словами, а посмішкою. У Китаї — особливим жестом, постукуючи по столу двома пальцями правої руки. У Японії подяку висловлюють поклоном. В арабських країнах етикетом заборонено дякувати за пригощання. Однак схвально сприймаються слова подяки за гостинність. У західному світі найввічливішим містом, де найчастіше кажуть «дякую», вважається Нью-Йорк.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Чим відрізняються вербальне і невербальне спілкування? Наведіть їхні приклади.
2. **Робота в малих групах.** Розподіліть ролі та розіграйте невеликі інсценівки про те, як, на вашу думку, учні та учениці мають себе поводити під час спільної роботи в групі, а як не слід себе поводити.
3. Чим важливі прояви доброзичливості, щирості та поваги для спілкування?

4. Шотландський поет XVIII ст. в одному зі своїх віршів написав: «О щирість! З усіх людських чеснот ти головна!» Чи згодні ви з цією думкою? Чому?
5. Виконайте індивідуальний навчальний проєкт «Чемність у спілкуванні: кроки реалізації».
6. **Робота в парах.** Проведіть конкурс на кращий приклад спілкування, заснованого на засадах ввічливості й чемної поведінки.
7. Поясніть, як ви розумієте українські прислів'я і приказки, наведені в рубриці параграфа «Етика в Україні» (с. 55). Яка із чеснот людини, розглянутих у параграфі, розкрита в кожному з них?
8. Підготуйте виступ з аргументацією за темою одного з висловлювань видатних людей про доброзичливість.
   1) «Якщо хоробрість і честолюбство не регулюються доброзичливістю, вони можуть зробити з людини лише розбійника» (*Девід Юм, британський мислитель XVIII ст.*).
   2) «Взаємна доброзичливість є найближчою спорідненістю» (*Публій Сір, давньоримський поет I ст. до н. е.*).

   Скористайтеся пам'яткою «Як підготувати виступ» (с. 140).
9. Біблія містить висловлювання, які можуть допомогти людині знайти порозуміння зі своїми співрозмовниками. Зокрема, там сказано: «Тому, відкинувши брехню, говоріть кожен правду ближньому своєму…». Висловіть думку, чому наведена норма здавна вважається важливою для людського спілкування. Чи можна стверджувати, що вона не втратила свого значення й сьогодні? Чому?
10. Німецький політик XIX ст. Отто фон Бісмарк вважав, що «необхідно навчитися поважати стійкість переконань противників». Чи поділяєте ви цю думку? Чому?

§ 7. Мистецтво спілкування. Особливості та ризики віртуального спілкування

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- визначати, яке спілкування є безпечним та відповідальним, наводити приклади такого спілкування;
- дізнатися про етикет спілкування в реальному та віртуальному просторі;
- ознайомитися з порадами безпечного віртуального спілкування;
- прогнозувати ризики спілкування у віртуальному середовищі.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Наведіть синоніми до слова «ввічливий».
2. Опишіть поведінку людини, із якою вам приємно спілкуватися.
3. Чи спілкуєтеся ви в інтернеті? Чим, на вашу думку, «живе» спілкування відрізняється від віртуального?

1. Мистецтво спілкування. Етикет.

Спілкування є необхідною умовою розвитку особистості, а також психологічного здоров'я людини. Від того, чи вмієте ви спілкуватися, залежить багато чого в житті: доброзичливій людині легше заводити нові знайомства, досягати порозуміння в родині, із друзями та однокласниками. Погодьтеся, що люди охочіше матимуть справу з тим, із ким їм подобається спілкуватися. І особисто вам самим напевне не захочеться, щоб ваші слова були неприємними для інших людей, засмучували їх.

Отже, до спілкування варто ставитися відповідально й бути уважним до того, що саме, кому і як ми

кажемо. Не менш важливою є **доречність** — для того, щоб ваш співрозмовник належним чином сприйняв те, що ви хочете до нього донести, необхідно сказати це у правильних часі та місці. Важливо розуміти, що ми відповідальні за свої слова та свою поведінку й ті наслідки, які вони можуть мати. Тому необхідно докладати зусиль, щоб бути приємним співрозмовником для інших.

Правила **етикету** підкажуть, як поводитися залежно від різних обставин та у спілкуванні з різними людьми: старшими і молодшими, родичами, друзями, незнайомцями тощо. Насправді існує велика кількість правил етикету, але їх усі об'єднує принцип поваги до співрозмовника, почуття міри, доречності. Дотримання цих правил є ознакою **тактовності**.

СЛОВНИК

Етикет — правила поведінки людей у суспільстві.
Тактовність — уміння поводити себе відповідно до етикету та етичних норм.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Поняття про етикет існує з давніх часів. Сучасні правила етикету вважаються універсальними. Проте в окремих культурах вони доповнені місцевими правилами. Так, у багатьох азійських країнах, наприклад Японії та Південній Кореї, на порозі помешкання заведено знімати взуття. У Таїланді господарі будинку спершу запропонують гостеві склянку води — цей звичай виник через надмірно спекотний та вологий клімат.

Іншими важливими елементами приємного спілкування є доброзичливість і щирість. Без них навіть найретельніше дотримання правил етикету не зробить людину приємним співрозмовником/співрозмовницею.

У різних сферах людського життя є особливі правила етикету: серед військових, дипломатів, при дворах королівських родин, у діловому спілкуванні. Пригадайте правила повсякденного етикету: як вітатися та прощатися, як почати розмову, підтримувати її і завершити, як поводитися за столом і в громадських місцях. Наведіть приклади цих правил.

Дбати про безпечне спілкування зобов'язаний і може кожен. Достатньо подумати про почуття іншої людини: чи не викличуть засмучення або обурення ваші слова, чи є теми, які ваш співрозмовник / співрозмовниця не хотів(-ла) би обговорювати. Якщо ви не впевнені в тому, чи варто щось казати своєму співрозмовнику / співрозмовниці, то зазвичай краще утриматися від цього.

РОБОТА З ДЖЕРЕЛОМ

З української книги про правила поведінки «Політика свіцька», що була видана в 1770 р. у Почаївській друкарні на Волині

Неввічливо починати їсти раніше за старшого за столом. Якщо за столом ведеться бесіда, не починай говорити з повним ротом. Їж помалу, не бери другий шматок, не з'ївши першого… Припини їсти, коли інші за столом припинили.

Розмовляй мало і доречно… Не розпитуй про справи, які тебе не стосуються, не розповідай легковажно на всі боки про те, що почув між людей.

Не показуй, що тобі немилі недоліки інших, не говори про них без потреби, не жартуй з них.

Кожного шануй, нікого не принижуй, будь скромним перед кожним… За це люди люблять.

Завдання. Підрахуйте, скільки років тому було видано книгу, уривок із якої наведено. Чи змінилися за цей час правила етикету?

Одне з важливих правил спілкування: якщо не можеш сказати нічого доброго, то краще помовч

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Якими словами можна охарактеризувати людину, яка дотримується правил етикету?
2. Чому, на вашу думку, важливо дотримуватися правил етикету?

2. Особливості та ризики віртуального спілкування.

На початку 2021 р. кількість користувачів інтернету в Україні становила майже 30 млн осіб. Це більше половини населення. А в соціальних мережах зареєстровано 60 % українців. Отже, віртуальне спілкування стало частиною життя більшості населення нашої країни.

СЛОВНИК

Віртуальний — той, що не існує в реальному світі, а створений людською уявою або зімітований за допомогою інших предметів. Нині віртуальним найчастіше називають усе, що пов'язане з комп'ютером та інтернетом.

Іноді може здаватися, що в інтернеті, де користувача впізнають не за особистою фотографією та реальним іменем, а за стороннім зображенням та вигаданим іменем або прізвиськом, ми можемо дозволити собі бути менш стриманими, ніж коли розмовляємо з людиною віч-на-віч. Проте спілкування в Інтернеті так само є спілкуванням між людьми. Тут також діють правила етикету: повага до співрозмовника, ввічливість, тактовність тощо.

У соціальних мережах ми спілкуємося здебільшого з тими, кого додаємо до списку друзів, взаємних підписників тощо. Часто це люди, із якими ми не знайомі в реальному житті. Усе, що ми про них знаємо, — це те, що вони самі про себе розповідають, а розміщені ними фотографії та відео насправді можуть бути чужими. Отже, тут ховається небезпека: хоч ми сприймаємо віртуальних знайомих як справжніх друзів, насправді вони залишаються для нас незнайомцями.

У віртуальному спілкуванні потрібно бути особливо обережними ще з однієї причини. Уже давно відоме правило, що все, що потрапляє в інтернет, назавжди залишається там. Тому не варто розміщувати на загальний огляд (наприклад, у профілі соціальної мережі) приватну інформацію: ім'я, прізвище і по батькові, особистий номер телефону, адресу, за якою ви мешкаєте, будь-які відомості про батьків тощо. Цією інформацією можуть скористатися шахраї. Це правило поширюється і на ваших друзів — перш ніж розміщувати в інтернеті фотографії з ними, потрібно запитати їхньої згоди.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

У спілкуванні в інтернеті є свої особливості й правила етикету. Наприклад, не варто надсилати повідомлення, пов'язані з роботою та навчанням, поза робочим часом (зазвичай він триває з дев'ятої ранку до шостої вечора), а у приватних справах писати після дев'ятої вечора. Звісно, за спільної згоди це правило може порушуватися. Однак писати друзям посеред ночі, сподіваючись на веселе спілкування, — не найкраща ідея.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Якщо ви не впевнені, як краще вчинити у віртуальному спілкуванні, щось викликало тривогу або налякало, запитайте поради в дорослих. Це допоможе уникнути помилок і зайвих переживань.

ПАМ'ЯТКА

Перш ніж додавати в соціальній мережі когось у список друзів (взаємних підписників тощо), слід переглянути його/її профіль (сторінку). Якщо ви знайдете там щось особисто для вас неприємне чи підозріле, або сторінка взагалі незаповнена, а замість імені користувача — комбінація букв та цифр, не варто додавати цього користувача до друзів.

Якщо ви отримали запит на інтернет-дружбу, але вагаєтеся, чи схвалювати його, пам'ятайте, що відхиляти пропозиції тих людей, із якими ви не хочете спілкуватися, — це нормально.

Не забувайте, що користувачів, які вас ображають, можна заблокувати, і тоді вони не зможуть переглядати вашу сторінку та надсилати вам повідомлення.

Завдання. Кого, на вашу думку, варто додавати до списку віртуальних друзів, а кого — ні?

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Іноді віртуальне спілкування приводить до того, що ваш віртуальний друг/подруга або ви самі пропонуєте зустрітися в реальному житті. Задля власної безпеки на першу таку зустріч варто приходити з дорослими, яким ви довіряєте і які можуть вас захистити. Насправді цим правилом користуються і дорослі, беручи із собою на такі зустрічі друзів. Тому ваш інтернет-знайомий, якщо він чи вона справді той, ким ви його знаєте, спокійно поставиться до вашої турботи про свою безпеку.

Завдання. Уявіть себе в ситуації, що ваш віртуальний друг/подруга вперше просить про зустріч із вами. Обговоріть і визначте, якими будуть ваші дії.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Поясніть значення поняття «етикет». Чому для нас важливо дотримуватися правил етикету?
2. Що означає поняття «віртуальний»?
3. Створіть асоціативний кущ до поняття «тактовність».
4. Поясніть, як ви розумієте поняття «відповідальне спілкування».
5. Проведіть дискусію на тему «Чи доцільно повністю замінювати живе спілкування віртуальним?».
6. **Робота в парах.** Обговоріть і дайте відповіді на запитання. У соціальній мережі ви отримали запит у друзі від незнайомого користувача:
   1) Ознайомившись із його сторінкою, ви зробили висновок, що це доросла людина. Чи схвалите ви цей запит? Чому?
   2) Переглянувши його сторінку, ви бачите, що вона не заповнена, а в описі — слова незнайомою мовою. Чи схвалите ви цей запит? Чому?
7. **Колективне обговорення.** Новий інтернет-друг одразу після початку спілкування просить вас надіслати йому свої фотографії. Як потрібно вчинити в такій ситуації?
8. **Робота в малих групах.** Запишіть п’ять правил безпечного віртуального спілкування і зачитайте їх у класі. Складіть загальну пам’ятку безпечного спілкування в інтернеті.

§ 8. Агресивність у спілкуванні. Булінг і кібербулінг

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- описувати прояви агресії у спілкуванні;
- протистояти агресії, тиску та маніпуляціям у спілкуванні;
- протидіяти булінгу і кібербулінгу.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Пригадайте, коли востаннє ви засмучувалися через спілкування з іншими людьми. Що стало причиною цього?
2. Як, на вашу думку, проявляється агресивність у спілкуванні?

1. Агресивність, тиск і маніпуляції у спілкуванні.

Не завжди наше спілкування з іншим людьми буває приємним. Іноді ми наражаємося на **агресивність**. Так називається поведінка, коли людина відкрито демонструє вороже ставлення, прагне створити ситуацію **конфлікту**, намагається завдати шкоди іншим. Ознаками **агресії** є підвищений тон, образливі слова, погрози та спроби перейти від розмов до дій.

СЛОВНИК

Агресивність — стан, за якого людина демонструє гнів, злість тощо; також риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до навколишнього світу.
Агресія — поведінка людини, спрямована на пошкодження або руйнування, що у крайній формі може перерости в насильство.
Конфлікт — ситуація, за якої кожна сторона має позицію, несумісну з позиціями інших.

Якщо ви потрапили в таку ситуацію, наприклад під час спілкування з однолітком, найкраще докласти зусиль для зменшення агресії з боку співрозмовника. Існують різні способи досягти цього, наприклад, щоб

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

У дикій природі тварини здебільшого проявляють агресивність, захищаючи своє життя, територію, їжу, можливість продовжити свій рід. Як ви вважаєте, чому люди демонструють агресивну поведінку?

не провокувати поглиблення конфлікту, можна звести напружену ситуацію до жарту.

Якщо ви впевнені, що своїми попередніми словами або вчинками справді могли розлютити співрозмовника, то потрібно одразу вибачитися. Не відповідайте образами на образи, не підвищуйте тон слідом за агресивними діями співрозмовника. Ваш спокій дозволить вам виглядати гідно, а також зменшить загальний рівень напруженості.

Іноді ви можете помітити, що після спілкування з певними людьми у вас пригнічений настрій або відчувається втома. Імовірно, так трапилося тому, що ви зазнали **тиску**. Його може здійснювати як одна людина, так і група людей.

СЛОВНИК

Тиск у спілкуванні — ситуація, за якої одна сторона у спілкуванні, долаючи опір іншої, намагається змусити її до чогось.

ВИДИ ТИСКУ У СПІЛКУВАННІ

Фізичний	Вам натякають або прямо кажуть про можливість фізичного насильства
Емоційний	У вас намагаються викликати почуття провини, якщо ви не погодитеся виконати те, чого від вас вимагають
Інтелектуальний	Вам наведуть безліч аргументів на користь своєї думки, не даючи можливості обдумати почуте

Щоб протистояти тиску в спілкуванні, потрібно чітко усвідомлювати, що потрібно саме вам. Поставте собі запитання: «Якщо я погоджуся з іншою стороною, це збігатиметься з моїми бажаннями, із моєю метою у спілкуванні?». Саме так можна і відповісти: «Я вас розумію, але маю іншу думку».

Ще одним способом змусити вас робити те, що потрібно іншим, є **маніпулювання**. Зазвичай маніпулятори намагаються перекрутити правду, або передати вам лише частину інформації, або використати такі слова, щоб змусити вас повірити і зробити те, що потрібно їм, а не вам. Наприклад, вам кажуть: «Справжній друг має допомагати...», а далі йтиметься про те, щоб зробити замість цієї людини домашнє завдання, виконати неприємне доручення тощо.

СЛОВНИК

Маніпуляція — *тут*: приховане управління людиною поза її волею, яке приносить тому, хто його здійснює, певну вигоду.

Щоб не потрапити в таку ситуацію, потрібно подумати над тим, що хоче від вас людина, яку ви підозрюєте в маніпуляції, і чого ви самі хочете. Коли ви зрозумієте цю різницю, вам буде простіше розпізнати обман та уникнути його. Коли маніпулятор зрозуміє, що його викрили, насамкінець він може спробувати «помститися», сказавши щось на зразок: «Я думав(-ла), що ти справжній друг/подруга, а ти виявився(-лася)...». Тут важливо не зважати на образливі слова, але й не почати виправдовуватися. Інакше маніпулятор використає ваше почуття провини, щоб і далі не давати вам спокою.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Як зрозуміти, що вами намагаються маніпулювати?

Маніпуляторів часто порівнюють із ляльководами — людьми, які за допомогою ниток керують ляльками-маріонетками. Подібно до ляльковода, маніпулятор, смикаючи за умовні «ниточки» — емоції та реакції інших, керує їхніми діями

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Маніпуляції в рекламі

Маніпуляції бувають не лише в міжособистісному спілкуванні. Дуже часто вони трапляються в рекламі. Маніпуляції спрямовані на те, щоб змусити людей купувати не роздумуючи. Наприклад, у рекламних оголошеннях використовують слова: «поспішайте», «знижки лише сьогодні» тощо. У надії зекономити це змушує людей купувати товар, який насправді зараз їм не потрібен.

Досить часто трапляються пропозиції купити дві одиниці товару й отримати третю в подарунок, безкоштовно, але насправді її ціна вже включена в загальну вартість товару. Так людина купує більше, ніж їй потрібно. Таких маніпуляцій існує дуже багато.

2. Булінг і кібербулінг: прояви та протидія.

Іноді трапляється, що під час спілкування в колективі виникає прикра ситуація, коли один або кілька його людей стають жертвами **булінгу (цькування).** Унаслідок цього вони зазнають психологічного або фізичного насильства. У такій ситуації колектив ділиться на

три нерівні групи: *ватажок* із кількома прибічниками здійснюють психологічне або фізичне насильство щодо *жертви*, сама жертва (іноді кілька осіб), а більшість колективу виступає в ролі *спостерігачів*.

СЛОВНИК

Булінг (цькування) — систематичні фізичні та/або психологічні знущання й приниження, що вчиняються щодо конкретної особи.

Прояви булінгу можуть бути різними. На прикладі шкільного колективу слід назвати такі:

- плітки та висміювання жертви щодо її зовнішнього вигляду, поведінки, способу життя, матеріального стану;
- бойкот, ігнорування жертви (навмисне відсторонення від групи на перервах, у їдальні, під час спілкування поза межами школи тощо);
- примус жертви до певних дій, зазвичай у формі «доведи, що ти...»;
- відбирання у слабших речей, грошей тощо;
- фізичне насилля над слабшими (побиття, підніжки, блокування, штовхання тощо);
- примус до «служіння» сильному й виконання його бажань;
- із боку вчителів: усі види фізичного тиску (шарпання, спроби побиття, постановка «у куток» тощо); обговорення в класному колективі вад дитини, особливостей сім'ї, сімейних подій, про які стало відомо вчителю/вчительці;
- образливі прізвиська (із боку як учнів, так і вчителів).

Тривалий час вважалося, що стати жертвами булінгу найбільше загрожує тим, хто надто відрізняється від решти колективу (наприклад, за сімейним станом, зо-

Висміювання та пліткування є одним із проявів булінгу

внішнім виглядом тощо). Проте психологи дійшли висновку, що практично будь-яка людина може стати жертвою булінгу, навіть якщо вона на перший погляд нічим не виділяється в колективі.

Булінг найбільш руйнівний для психологічного здоров'я жертви, але не минає безслідно ані для її кривдників, ані для спостерігачів.

Булінг може розгортатися і у віртуальному просторі, тоді він має назву **кібербулінг**. Агресивні та образливі повідомлення в соціальних мережах, особливо якщо вони надходять систематично, є проявом кібербулінгу. Розповсюдження неправдивої або приватної інформації, поширення в інтернет-середовищі пліток, фотографій та відео без згоди того, хто на них зображений, також є видами кібербулінгу.

Зважаючи на те, як тісно віртуальний світ зараз пов'язаний із реальним, кібербулінг є не менш серйозним видом булінгу. Він так само може призводити до психологічних проблем.

Крім інструментів захисту, які пропонують соціальні мережі (створення «чорних списків», можливість скаржитися адміністрації на агресивні дії користувачів,

Кібербулінг може завдати значного психологічного дискомфорту, адже життя багатьох сучасних людей тісно пов'язане з віртуальним простором. Тому варто пам'ятати, що віртуальне спілкування — лише частина життя

обмежити коло тих, хто може переглядати ваші публікації, переведення сторінки у «приватний» режим), важливо знайти того, із ким ви зможете поговорити про те, що вас турбує.

Ніколи не пізно розповісти дорослим, якщо вас хтось образив — у реальному чи віртуальному житті. Якщо дорослі, наприклад батьки, знаються на віртуальній реальності гірше за вас, спробуйте спочатку пояснити важливість цього питання для вас і допоможіть їм зрозуміти, що з вами відбувається. Вони можуть не мати миттєвих рішень, але завжди захочуть вам допомогти, і разом ви зумієте знайти вихід із ситуації.

ПАМ'ЯТКА

Згідно із законодавством України, за вчинення булінгу передбачене покарання кривдників, а у випадку, якщо вони не досягли 16 років, — їхніх батьків. Якщо вас принижують, знущаються у школі або в інших місцях, про це обов'язково потрібно повідомити батьків (або інших родичів) і вчителів. Батьки мають подати до адміністрації школи заяву або скаргу про булінг. Якщо школа не відреагує на цю скаргу, батьки мають право подати заяву про булінг до органів управління освітою та поліції.

Цькування з використанням електронних засобів також є булінгом.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Які прояви агресивності у спілкуванні ви можете перелічити? Охарактеризуйте кожен із них.
2. У який спосіб можна протистояти маніпуляціям?
3. Що таке кібербулінг?
4. Поясніть суть явища булінгу. Хто може стати його жертвою?
5. Чи є обговорення позаочі зовнішності та поведінки, наприклад однокласника, проявом булінгу? Поясніть свою думку.
6. **Робота в малих групах.** Обговоріть і складіть перелік правил поведінки на випадок, якщо ви зіткнулися з агресивністю у спілкуванні.
7. **Робота в парах.** Уявіть, що ваш друг/подруга скаржиться вам на те, що старшокласник/старшокласниця регулярно відбирає в нього/неї гроші. Якою буде ваша реакція? Що ви порадите йому/їй вчинити?
8. Проведіть дискусію на тему «Чи можливо повністю викорінити булінг?».

Розвиваємо моральні навички

Тетяна Дюсенбаєва
«Казка про культуру поведінки та спілкування»

У деякому царстві, у якійсь державі жила-була одна дівчинка. Мама дівчинки йшла вранці на роботу, а дочку відводила в дитячий садок.

Була в дитячому садку серед інших іграшок лялька. Лялька ця — красива, ошатна, у рожевій сукні, у чобітках, а в руках вона тримала блискучу сумочку. Просто так цю іграшку не давали нікому. Це була лялька для втіхи дітей, які дуже сумували за мамою і плакали.

Дівчинка добре знала: щоб отримати іграшку для розради — потрібно зробити вигляд, що їй дуже сумно без мами. Повірила вихователька дівчинці й дала їй ляльку, але попросила берегти її й на підлогу не кидати. Увесь день малятко грала з лялькою, а коли набридло, кинула її під стіл. Побачила вихователька, що лялька валяється під столом, і запитала в дівчинки:

— Кіро, а де лялька?

— Яка така лялька?

— Та, яку я тобі дала на втіху.

— Та не знаю я, десь валяється.

— Кіро, знайди лялечку і поклади її на місце. Якщо не прибереш її, вона може образитися на тебе назавжди. Це не проста лялька, а чарівна. Ось образиться вона на тебе і ніколи вже допомагати тобі не буде.

— Ну і що, ну і нехай. Лялька ця мені більше не потрібна!

Підняла чарівну ляльку інша дівчинка й акуратно поставила на підлогу.

Минуло небагато часу, і мама Кіри поїхала до іншої країни у відрядження. Сумно стало дівчинці без мами. У садок Кіру приводив тато. Сумувала дівчинка за мамою, але попросити чарівну ляльку з полиці для розради вона не могла. А їй так хотілося погратися з нею, покачати її на руках, погладити по голівці й розповісти про те, як любить вона свою маму.

Із того часу минуло багато років. Кіра виросла, вивчилася й працює в школі вчителем, виховує і навчає діток. Однак вона завжди пам'ятає про те, що не можна ображати тих, хто тобі допомагає. Своїм учням доросла Кіра говорить: «Бережіть тих, хто вас любить».

Ось і казочці кінець, а хто слухав — молодець!

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чи сподобалася вам казка? Чому?
2. Чого, на вашу думку, вона має навчити дітей?

Світлана Аносова
«Казка про те, як посперечалися ввічливі слова»

Жили-були ввічливі слова: здрастуйте, добрий день, дозвольте познайомитися, вибачте, спасибі й багато інших. Одного разу сперечаються слова-привітання: «Ми найважливіші та найпотрібніші! Без нас ніколи не починається розмова. Зустрічаючись, люди спочатку завжди вітаються!»

«А ось і неправда, — обурилися слова-прощання, — без нас ніхто і ніколи не зміг би красиво попрощатися. Тому ми найголовніші та найпотрібніші слова!».

Тут у суперечку вступили слова-подяки: «Без чого не обійтися, так це без нас, слів вдячності: дякую вам, дуже вдячні тобі.

«Фу! Теж мені важливість яка, подумаєш — подяка! Ми, слова-вибачення, найввічливіші. Ось послухайте: вибачте, будь ласка, прошу пробачити мене».

Тут заговорили слова-прохання: «Будьте люб'язні, дуже просимо вас, будь ласка, вислухайте нас. Ми дуже приємні «чарівні слова».

Але їх перебили слова-схвалення: «А ми хіба не потрібні? Ми даємо радість, гарний настрій». Ось послухайте: «Як ти добре виглядаєш сьогодні!», «У тебе дуже гарна лялька», «Ви дуже уважні до мене».

Суперечка тривала б дуже довго, якби до неї не втрутився старий, мудрий підручник «ввічливі слова». «Що ви даремно сперечаєтесь, ви всі без винятку дуже важливі й потрібні! Без вас не обійтися ні дорослому, ні дитині! Тільки секрет у тому, що кожне слово

потрібно використовувати за призначенням, у потрібний момент». Ввічливі слова подякували мудрому підручнику і з того часу більше ніколи не сперечалися.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чого, на вашу думку, має навчити читачів та читачок зміст казки?
2. Назвіть відомі вам слова-привітання.
3. Які слова-прощання ви знаєте?
4. Чому використання названих вами слів привітання та прощання важливе для процесу спілкування?

Монгольська народна казка «Мудрий малюк»

Дуже давно жилі чоловік із жінкою та семирічним сином. Речей у них було небагато — кульгава біла кобила, три худі чорні кози і стара юрта. У великій бідноті жила сім'я, але син зростав кмітливим і розумним.

Одного разу до їхньої юрти заїхав переночувати один чиновник. Це була людина без честі й совісті, така люта, що її боялися всі. Коли він увійшов до юрти, то семирічний хлопчик сидів па ковдрі й пив кумис із великої чашки. Подивився чиновник на дитину і голосно засміявся:

— Оце так чашка! Не чашка, а справжня колода!

Хлопчик перестав пити та здивовано поглянув на гостя:

— Шановний пане, невже в тебе так мало худоби, що її можна напоїти з такої «колоди»?

Знітився чиновник і не знайшов слів для відповіді. Уранці, коли він збирався в дорогу, виявилося, що вночі кози з'їли попругу його коня. Розлютився чиновник і каже чоловіку:

— Плати за мою втрату, інакше тобі буде погано! Мудрий малюк заступився за батька:

— Шановний гостю! Попругу твого коня з'їли кози. Ось і примусь їх сплатити за це.

Промовчав чиновник, скочив на коня і помчав геть. Але тут кінь провалився ногою в нору крота, і вершник упав на землю. Розлючений чиновник став щосили шмагати коня батогом. Побачив це малюк і став голосно сміятися.

— Чому ти регочеш, дурний хлопчисько? — закричав чиновник.

— Як же мені не сміятися? У народі кажуть: якщо хтось звик багато брехати, його кінь коли-небудь провалиться в нору крота, а сам він упаде на землю. Отже, ти брехун і обманщик!

Нічого не відповів чиновник хлопцю, який згадав давнє прислів'я, узяв коня за вуздечку й пішов своїм шляхом.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чи можна стверджувати, що чиновник під час спілкування ставився до співрозмовника з повагою? Чому?
2. Чи ставився хлопчик до свого співрозмовника з повагою? Поясніть свою думку.
3. Спрогнозуйте, як би змінилася ситуація, якби чиновник ставився до співрозмовника з повагою.
4. Зробіть висновок про доцільність взаємної поваги сторін у спілкуванні.

Василь Сухомлинський «Важко бути людиною»

Діти поверталися з лісу. Вони сьогодні ходили в далекий похід. Шлях додому пролягав через невеликий хуторець, що лежить у долині за кілька кілометрів од села. Утомлені, знесилені діти ледве дійшли до хуторця. Вони зайшли в крайню хату, попросили води. Із хати вийшла жінка, за нею вибіг хлопчик. Жінка

витягла з колодязя води, поставила на стіл серед двору, а сама пішла до хати. Діти напилися, відпочили на траві. Де й узялися сили.

Відійшли з кілометр від хуторця, Марійка тут і згадала:

— А ми ж не подякували жінці за воду.— її очі стали тривожні. Діти зупинилися. Справді, забули подякувати.

— Ну що ж...— каже Роман,— це не велика біда. Жінка вже й забула, мабуть. Хіба варто повертатися через таку дрібницю?

— Варто,— наполягає Марійка.— Ну хіба тобі не соромно перед собою, Романе? Ви як хочете,— каже Марійка,— а я повернуся й подякую...

— Чому? Ну, скажи, чому це треба обов'язково зробити? — питає Роман.— Адже ми так потомилися...

— Бо ми люди. Якби ми були телята, можна було б і не вертатися.

Вона обернулася і рушила до хуторця. За нею пішли всі. Роман постояв хвилину й, зітхнувши, теж поплентався за гуртом.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Як в оповіданні автор пояснює значення ввічливості в людському спілкуванні? Чи згодні ви із цим? Чому?
2. Наведіть приклади, що відображають значення ввічливості для спілкування.

РОЗДІЛ ІІІ СВІТ ЛЮДСЬКИХ ЕМОЦІЙ ТА ПОЧУТТІВ

§9. Емоції та почуття

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- розуміти відмінність між емоціями та почуттями;
- дізнатися, як люди виражають свої емоції;
- розуміти, чому важливо зважати на почуття та емоції інших людей;
- краще зрозуміти явище емпатії.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Чи легко вам виражати емоції?
2. Як емоції впливають на ваше повсякденне життя?

1. Що таке емоції та почуття.

Вам, звісно, доводилося чути про емоції та почуття людини. На перший погляд може здатися, що ці слова — синоніми, але насправді це не зовсім так. Емоції — це те, як людина тут і зараз реагує на світ навколо: що відчуває, спостерігає, навіть уявляє. Емоції може викликати і розмова з кимось, і переглянутий фільм. Емоціями є радість, захоплення, хвилювання, гнів, смуток, страх, подив, сором тощо.

Почуття порівняно з емоціями тривалі та стійкі. Вони виражають загальне ставлення людини до предмета, живої істоти, явища або навіть до самої себе. Наприклад, любити музику — це почуття, а переживання, які людина відчуває під час прослуховування улюблених музичних творів, є емоціями. Почуттями є повага, провина, любов, задоволення, щастя.

ЗАВДАННЯ

Чи знайомі ви з переліченими почуттями? Виберіть одне з них і розкажіть, із якими подіями або речами воно було пов'язане.

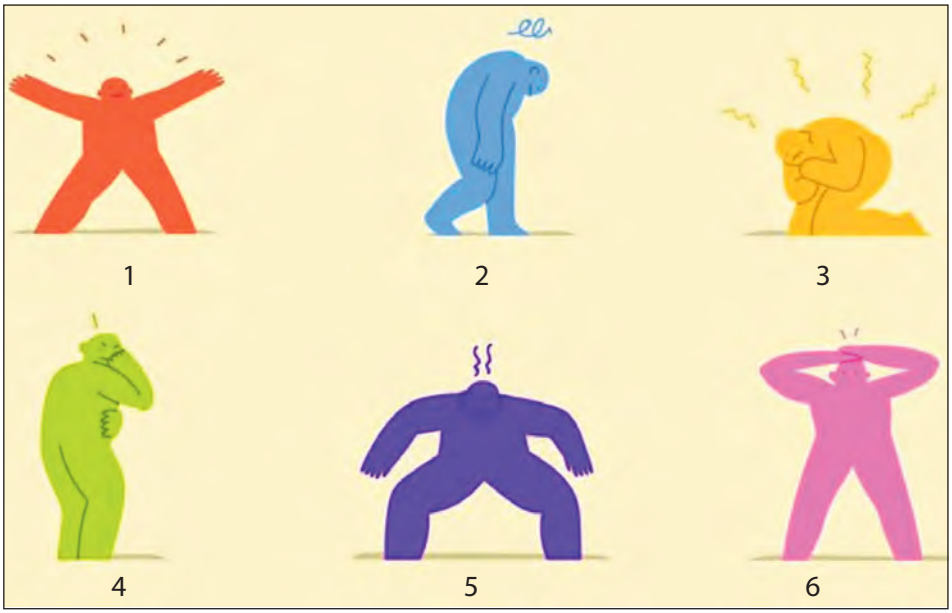
СЛОВНИК

Емоції — нетривала реакція людини на явища реального або вигаданого світу.

Почуття — узагальнені людські переживання щодо чогось або когось.

Одна й та сама річ або явище у двох людей може викликати різні емоції та почуття. Це залежить від їхнього світогляду, характеру та особистих уподобань. Наприклад, людина, яка не полюбляє варену моркву, побачивши її у своїй тарілці, відчуватиме відразу, тоді

Які емоції зображено в дітей на фотографіях?



Емоції людини

Які емоції зображено на ілюстрації? Що допомогло вам це визначити?

як людина, що не має таких почуттів щодо моркви, ніяк на неї не відреагує.

Почуття та емоції можуть доповнювати одне одного, а можуть бути суперечливими. Так, людина може любити свого собаку, але сердитися на нього, коли він, наприклад, пошкодив її речі. Негативні емоції, які в цей момент проживає власник тварини, не означають, що його почуття змінилися, просто на них наклалися емоції, які незабаром минуть.

ЗАПИТАННЯ

Які емоції ви відчували б в описаній ситуації? Чому?

2. Вираження емоцій та почуттів.

Зазвичай людина виражає емоції миттєво й помітно: під час емоційного переживання змінюються її вираз обличчя, голос, інтонація, поза. Поглянувши на людину, за цими ознаками можна зрозуміти, вона радісна, схвильована, здивована чи засмучена. Розуміння того, які емоції відчуває співрозмовник, — неодмінна умова успішного спілкування. Це допомагає людині бути тактовною, вчасно пожартувати або розрадити, запропонувати свою підтримку.

Почуття самі по собі не мають яскравого вираження. Нерідко людям доводиться докладати окремих зусиль, щоб зрозуміло для інших донести свої почуття. Крім того, люди демонструють почуття в різний спосіб: хтось охоче говорить про них, а хтось виражає їх через конкретні дії.

ЗАПИТАННЯ

1. Як виражати власні емоції та почуття й розуміти емоції інших людей?
2. Якими способами можна виразити почуття вдячності?

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

Складіть «я-повідомлення», які можуть бути доречними в таких ситуаціях:

1) ви домовилися з однокласником/однокласницею спільно працювати над проєктом, проте він/вона не виконує свою частину роботи;
2) ваші однокласники та однокласниці придумали для вас прізвисько, яке вам не подобається і є для вас образливим.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Психологи радять у вираженні своїх емоцій та почуттів користуватися так званими «я-повідомленнями» замість «ти-повідомлень». «Я-повідомлення» (наприклад, «мені не подобається, коли мої речі беруть без дозволу») спрямовані на те, щоб виразити свої думки, емоції, спричинені певною ситуацією. Натомість «ти-повідомлення» (на зразок «ти — крадій») сприймаються як образа та викликають бажання захиститися й виправдатися, а не розібратися в ситуації.

3. Що таке емпатія.

Людина здатна розуміти почуття та емоції інших і співпереживати їм. Цю властивість називають **емпатією**. Уміння розуміти емоційний стан або почуття оточуючих дуже важливе для спілкування. Наприклад, людина, відчуваючи емпатію, тобто уявляючи, як би вона сама почувалася б у такій ситуації, намагатиметься втішити друга, у якого трапилася неприємність. Емпатія часто спонукає надати допомогу та підтримку: людина, розуміючи чужі біль і страждання, намагається їх полегшити.

СЛОВНИК

Емпатія — здатність людини розуміти й відчувати почуття іншої людини.

Емпатія з'являється із життєвим досвідом, проте цю здатність можна й розвивати. Для цього, спостерігаючи різні життєві ситуації, а також під час прочитання книжок, перегляду фільмів можна ставити собі запитання: «Що ця конкретна людина відчуває?», «Що стало причиною цього?», «Як би я почувався/почувалася на місці цієї людини?».

Психологи стверджують, що існує кілька видів емпатії. Перший — коли людина емоційно співпереживає

Емпатія спонукає людей бути чутливими до чужих емоцій, особливо негативних

іншій. Другий пов'язаний із реакцією організму: побачивши хвилювання іншої людини, дехто і сам може відчути знервованість. Третій вид емпатії базується на усвідомленому аналізі ситуації, коли людина здатна бачити світ очима іншого, а не тільки на власному досвіді та переконаннях.

ЗАПИТАННЯ

Чому важливо розвивати почуття емпатії? У який спосіб це можна зробити?

Люди з розвиненою емпатією більш успішно будують міжособистісні стосунки, здатні точно розпізнавати емоції інших людей та відповідно на них реагувати. Крім того, розуміння емоцій, почуттів і світогляду різних особистостей допомагає краще розуміти власні переживання, а також причини, чому вони виникають, і їхній вплив на життя.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке почуття? Наведіть приклади почуттів. Чим почуття відрізняються від емоцій?

2. У який спосіб люди проявляють свої емоції?
3. Що називають емпатією? Чому для людини важливо вміти її проявляти?
4. Опишіть, які емоції ви відчуваєте, коли: отримали бажаний подарунок на день народження; побачили агресивного собаку неподалік; виграли у змаганнях (конкурсі); батарея вашого мобільного телефону несподівано розрядилася; ви загубили гроші; ви знайшли на вулиці свою загублену річ; друзі покликали вас на прогулянку. За бажанням описані емоції зобразіть за допомогою міміки та жестів.
5. **Колективне обговорення.** Обговоріть і визначте, чи завжди сльози є ознакою смутку.
6. **Робота в парах.** Розподіліть ролі та проведіть гру «Вгадайте емоцію». Один учень/одна учениця за допомогою міміки та жестів має зобразити певну емоцію (радість, сум, гнів, тривогу, зацікавленість, байдужість тощо), а інший/інша — її відгадати.
7. **Робота в малих групах.** Обговоріть і виконайте завдання. Як ви дізнаєтеся, що ваш друг, подруга або член родини засмучений? Як у такій ситуації ви зазвичай діємо? Порівняйте свої відповіді з відповідями однокласників та однокласниць.

§ 10. Емоції в житті людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися про роль позитивних і негативних емоцій у житті людини;
- з'ясувати, як емоційний стан впливає на настрій та самопочуття;
- ознайомитися зі способами контролю над емоціями.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Назвіть відомі вам прийоми контролю емоцій.
2. Чи помічали ви вплив емоцій на ваше загальне самопочуття? Як це проявлялося?

1. Позитивні та негативні емоції в житті людини.

Світ людських емоцій надзвичайно різноманітний, тому для зручності емоції поділяють на позитивні, негативні та нейтральні. Прикладами позитивних емоцій є замилування, захоплення, задоволення собою або своєю роботою, негативних — туга, тривога, страх. Нейтральними емоціями вважають цікавість, здивування, байдужість.

Емоції не лише виражають ставлення людини до будь-чого або будь-кого, але й визначають її **настрій**. Позитивні емоції, такі як радість або передчуття приємної події, дарують піднесений настрій, коли людині хочеться усміхатися, вона відчуває себе енергійною, сповненою сил. Це спонукає її діяти й досягати результатів. Вчені дослідили, що хвороби минають швидше, якщо людина має позитивний емоційний стан.

СЛОВНИК

Настрій — загальний емоційний стан людини.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Американський художній анімаційний фільм «Думками навиворіт» (2015 р.) розповідає про те, як п'ять емоцій — радість, сум, страх, гнів та відраза — впливають на поведінку головної героїні Райлі. У фільмі негативні та позитивні емоції взаємодіють між собою, створюючи цілісну особистість. Глядачів підводять до думки, що не існує неважливих емоцій.

Запитання. Як гнів, хвилювання, тривога впливають на поведінку людини?

Постер фільму «Думками навиворіт»

ЦІКАВІ ФАКТИ

Серед українських приказок є такі, що розповідають про вплив емоцій на здоров'я. Наприклад:

- Весела думка — половина здоров'я.
- Журба здоров'я відбирає.

Негативні емоції (наприклад, сум або тривога) можуть стати причиною пригніченого настрою. Страх або гнів здатні викликати в людини сильну м'язову напругу — дихання стає нерівним, руки самі стискаються в кулаки, людина зціплює зуби, а її обличчя зводить судома.

Негативні емоції — невід'ємна частина життя людини. Вони є природною реакцією на невдачі, образи, інші сумні або прикрі події. Проте якщо вони володіють людиною протягом тривалого часу, це може зашкодити її самопочуттю та здоров'ю. Тому потрібно дбати про себе та своїх близьких, щоб запобігати ситуаціям, які можуть викликати негативні емоції.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Вчені доводять, що обійми допомагають покращити настрій. У людей, що обіймаються, сповільнюється пульс, нормалізується кров'яний тиск та зменшується вивільнення гормону стресу — кортизолу. Щороку 21 січня відзначається Міжнародний день обіймів.

Якщо неприємність усе ж таки трапилася, необхідно знати, як зменшити її вплив. Слова підтримки, розради, співчуття, посильна участь друзів та близьких можуть допомогти подолати негативні емоції.

ЗАПИТАННЯ

На які групи поділяються емоції?

2. Керування власними емоціями.

Люди мають різні характери і свої емоції також можуть виражати по-різному. Так, у різних людей одна й та сама подія може викликати більш або менш сильні емоції. Однак іноді надто бурхливий вияв емоцій може занепокоїти або й образити оточуючих, тому людина має навчитися це контролювати. Знання міри у вираженні своїх емоцій та почуттів вважається однією з рис чемної людини. Проте не варто їх ігнорувати або ховати в собі — пригнічення емоцій шкідливе для здоров'я.

Найпростіший спосіб стриматися, якщо відчуваєте, що ваші емоції (особливо негативні) стають надто сильними, — це зробити глибокий вдих та видих і подумки повільно порахувати до п'яти. Це дозволить відвернути вашу увагу, зменшити емоційну напругу.

Які способи впоратися з власними емоціями подано на цих зображеннях?

Людина має вміти дослухатися до себе та своїх внутрішніх відчуттів. У повсякденному житті зазвичай достатньо запитати в себе «Яку емоцію я відчуваю? Що її викликало?». Після цього треба подумати, що можна зробити, аби виправити ситуацію. Нерідко саме розуміння причин свого емоційного стану допомагає заспокоїтися. Ще одним способом позбутися негативних емоцій є перемикання уваги: прогулянка на вулиці, заняття улюбленою справою, навіть прибирання в кімнаті допомагає відволіктися від неприємних переживань та думок.

ПАМ'ЯТКА

Способи впоратися з емоціями

- Повільне глибоке дихання протягом однієї хвилини.
- Прогулянка на свіжому повітрі.
- Фізична активність.
- Спілкування з іншими людьми.
- Обговорення своїх переживань із психологом.

Запитання. Чи доводилося вам користуватися одним або кількома з перелічених способів упоратися з емоціями? Чи були вони для вас ефективними?

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Наведіть приклади позитивних і негативних емоцій.
2. Які емоції вважають нейтральними? Чому, на вашу думку, їх так називають?
3. Поясніть зв'язок між емоціями та настроєм.
4. Як негативні емоції впливають на життя й здоров'я людини?
5. Проведіть дискусію на тему «Чи можливо жити без негативних емоцій?».
6. **Робота в малих групах.** Обговоріть і визначте, чи можливо самостійно «створити» собі певний настрій. Якщо так, то в який спосіб?
7. **Робота в парах.** Опишіть своєму партнеру/партнерці ситуацію, коли ви відчували сильні емоції. Він/вона має назвати, яким міг бути їхній прояв (певний вираз обличчя, сміх, сльози тощо). Чи відповідає цей опис вашій справжній поведінці? Потім поміняйтеся ролями. Зробіть спільний висновок про зв'язок між емоціями та способами їхнього вираження. Чи в усіх людей він однаковий?
8. За порадами психологів, спілкування з іншими людьми також допомагає впоратися з емоціями. Чи погоджуєтеся ви із цією думкою? Наведіть приклади на підтвердження вашої відповіді.
9. Поцікавтеся в дорослих, як вони керують емоціями. Поділіться результатами свого опитування в класі. На основі отриманої інформації складіть перелік способів контролю над емоціями.

§ 11. Зв’язок між почуттями та вчинками. Патріотизм

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися про взаємозв’язок між почуттями та вчинками;
- ознайомитися з прикладами того, як різні почуття спонукають людей до вчинків;
- обговорити почуття патріотизму — любові до Батьківщини та його прояв у вчинках.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Що у вас викликає почуття любові? Яким ви вважаєте це почуття?
2. Навіщо людині потрібні почуття?

1. Зв’язок почуттів і вчинків.

Почуття виражають ставлення людини до різних речей та явищ навколишнього світу, а також спонукають її до певних дій. Наприклад, почуття поваги до людини мотивує до більш шанобливого поводження з нею. Почуття провини змушує людину замислитися над своїми вчинками, знайти шлях до виправлення ситуації та скоригувати свою поведінку, щоб не допус-

Почуття любові спонукає дбати та піклуватися про тих, кого люблять

Господар домашньої тварини, відчуваючи відповідальність за неї, дбає про її належний догляд та виховання

ЗАВДАННЯ

Наведіть приклади з художньої літератури, кіно- або мультфільмів, де певні почуття героїв ставали причиною визначних вчинків.

ЦІКАВІ ФАКТИ

У Давній Греції виділяли кілька видів любові. Почуття глибокої відданості, що виникає між родичами, вони називали словом «сторге». Любов між друзями називалася «філео», а зв'язок між громадянином і державою — патріотизм.

тити подібних ситуацій у майбутньому. Наприклад, якщо людина загубила позичену річ, вона має вибачитися та купити нову на заміну втраченій. Для себе вона робить висновок, що надалі потрібно бути більш уважною.

Одним із найсильніших почуттів вважається **любов**. Вона має багато видів. Наприклад, любов батьків до дітей спонукає їх використовувати свій час, сили, кошти тощо на благо останніх. Любов до творчості або спорту мотивує витрачати весь вільний час на це заняття або ж перетворити його на справу всього життя.

СЛОВНИК

Любов — почуття глибокої відданості до кого- або чого-небудь.

2. Почуття любові до Батьківщини.

Одним із видів любові є **патріотизм**, тобто любов до своєї Батьківщини. Це як відданість своїй країні загалом — великій Батьківщині, так і любов до своєї

Прагнення захищати свою країну є одним із проявів почуття патріотизму

Знання звичаїв та традицій своєї Батьківщини та участь у їх збереженні допомагає відчути єдність зі своїм народом

малої Батьківщини — села, містечка або міста, де людина виросла та сформувалася як особистість. Слово «патріот» походить із латини та перекладається як «земляк», тобто людина, яка народилася з кимось в одній місцевості.

СЛОВНИК

Патріотизм — особливе емоційне переживання належності до спільноти громадян своєї країни.

Патріотизм — це гордість за досягнення своєї Батьківщини, пошана до її культури, традицій та минулого, прагнення зберегти й примножити їх, а також захищати інтереси своєї країни та свого народу.

Почуття патріотизму не народжується разом із людиною і не з'являється саме по собі — його потрібно виховувати. Воно формується завдяки знанням про свою країну, її минуле й те, якою вона є зараз, а також через знайомство з надбаннями традиційної та сучасної культури. Це почуття виростає і з поваги до свого народу, його мови, історії. Людина, яка любить

свою країну, щиро прагне дізнатися про неї якомога більше.

Гордість за свою країну не передбачає зневажливого ставлення до інших країн та народів. Навпаки, патріот, відчуваючи любов до своєї Батьківщини, водночас поважає патріотичні почуття людей з інших країн.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Поясніть, як пов'язані між собою почуття та вчинки.
2. Проведіть дискусію на тему «Чи різниться спосіб вияву почуттів у різних країнах, культурах, людських спільнотах?».
3. Наведіть приклади, як за допомогою вчинків людина може «розповісти» про свої почуття.
4. Чи можна розвивати в людині почуття патріотизму? У який спосіб?
5. **Робота в малих групах.** Обговоріть і визначте, як пов'язані між собою патріотизм та почуття відповідальності за свою країну.
6. За словами американського філософа XIX—XX ст. Джорджа Сантаяни, «ногами людина має врости в землю своєї Батьківщини, але нехай її очі бачать увесь світ». Як ви розумієте це твердження?
7. Підготуйте повідомлення про визначні досягнення українок та українців. Скористайтеся пам'яткою «Як підготувати повідомлення» (с. 140).

Розвиваємо моральні навички

Василь Сухомлинський «Розділена радість»

У Катрусі сьогодні велика радість. Понад рік хворів її татко. У лікарні лежав, три операції переніс. Мамі й Катрусі було тяжко. Не раз, бувало, прокинеться Катруся вночі й чує: мама тихо плаче.

А сьогодні татко вже на роботі. Здоровий і бадьорий.

Радісно сяють Катрусині очі. Прийшовши до школи, зустріла дівчинка у дворі двох своїх однокласників, Петрика і Гришка. Зустріла й поділилася радістю:

— Наш татко видужав...

Петрик і Гришко, глянувши на Катрусю, здивовано знизали плечима й, нічого не сказавши, побігли ганяти м'яча. Катруся пішла до дівчаток, що гралися в класи.

— Наш татко видужав, — сказала вона, і радість засяяла в її очах.

Одна з дівчаток, Ніна, із подивом запитала:

— Видужав — ну й що з того?

Катруся відчула, як із грудей до горла підкотився важкий клубок, і дихати стало важко. Вона відійшла до тополі на кінці шкільного подвір'я і заплакала.

— Чому ти плачеш, Катрусю? — почула вона тихий, ласкавий голос Кості, мовчазного хлопчика, її однокласника.

Катруся піднесла голову й, схлипуючи, відповіла:

— Наш татко видужав...

— Ой, як же це добре! — зрадів Костя. — Біля нашої хати в бору вже зацвіли проліски. Зайдемо після уроків до нас, нарвемо пролісків і понесемо твоєму таткові.

Радість засяяла в Катрусиних очах.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Як ви розумієте назву оповідання — «Розділена радість»? Як називається здатність людини поділяти емоції інших людей?
2. Чому після відповіді Ніни Катруся відчула, «як із грудей до горла підкотився важкий клубок, і дихати стало важко»? Яку емоцію вона пережила?
3. Як Костя зреагував на новину Катрусі? Яким словом можна описати його реакцію?
4. Чия реакція — Ніни чи Кості — вам здається більш доречною? Чому?
5. Чому, на вашу думку, наприкінці оповідання Катруся відчула радість?

РОЗДІЛ IV ЖИТТЄВИЙ ПОСТУП ЛЮДИНИ

§ 12. Особистісний розвиток людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке особистісний розвиток людини;
- з'ясувати роль навчання в житті людини;
- розповідати про власні інтереси та хобі;
- встановити, які особисті якості відіграють важливу роль під час становлення й дорослішання людини.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Наведіть приклади розвитку людини.
2. Яку роль у вашому житті відіграє навчання?
3. Назвіть заняття (спорт, мистецтво тощо), яким ви присвячуєте свій позаурочний час. Чому ви це робите?
4. Що таке особистість?

1. Що таке особистісний розвиток людини і як він відбувається.

Зростання і розвиток особистості, або **особистісний розвиток людини,** пов'язані з певними позитивними змінами, що відбуваються в ній у результаті зовнішніх впливів і внутрішніх процесів. Це все те, що змінюється в особистості з віком під зовнішнім впливом, формується в результаті спільної діяльності з оточуючими й розвивається в неї самостійно.

СЛОВНИК

Особистісний розвиток людини — процес позитивних змін під впливом дії зовнішніх і внутрішніх чинників, завдяки якому людина стає щасливою, успішною і самодостатньою частиною певної суспільної спільноти.

Особистісний розвиток відбувається на всіх етапах життя людини відповідно до їхніх особливостей — немовля, дитина, підліток, юнак, дорослий. Важливо, щоб розвиток відбувався з урахуванням природних здібностей людини.

Для успішного особистісного розвитку необхідні активні усвідомлені зусилля самої людини. При цьому в неї спочатку з'являється задум, потім формується намір, а на його основі визначаються цілі. Спираючись на поставлені цілі, людина докладає зусиль для їх досягнення.

СКЛАДОВІ АКТИВНОГО ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ

Задум → Намір → Цілі → Заходи для досягнення цілей

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Обговоріть із партнером/партнеркою і визначте спільне й відмінне у вашому особистісному розвитку під час перебування в дитячому садочку та навчання в початковій школі.
2. Наведіть приклади прояву зовнішніх впливів і внутрішніх процесів у вашому особистісному розвитку.

2. Роль навчання в житті людини.

Важливу роль у процесі особистісного розвитку людини відіграє **навчання**. Завдяки ньому вона набуває знань, умінь і навичок, необхідних для подальшого

застосування на практиці. Процес навчання в різних, відмінних за своїм змістом формах відбувається впродовж усього життя людини.

СЛОВНИК

Навчання — організована двостороння діяльність, спрямована на засвоєння й усвідомлення навчального матеріалу та подальше застосування сформованих на його основі знань, умінь і навичок.

ЦІКАВІ ФАКТИ

У Біблії наведено настанови ізраїльсько-юдейського царя Соломона до своїх синів, де він рекомендує їм наполегливо навчатися і вказує, що результатом застосування здобутого ними знання стане мудрість. Це одне з багатьох свідчень того, що людство з давніх часів цінувало роль і значення навчання.

Значення навчання для особистісного розвитку людини полягає в тому, що воно забезпечує її можливості орієнтуватися в певних умовах, пізнавати навколишній світ та будувати свою поведінку відповідно до ситуацій.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ

Високо цінував навчання український поет XIX ст. Тарас Шевченко. Йому належить широковідомий вислів: «Учітеся, брати мої, думайте, читайте».

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в малих групах. Об'єднайтеся в малі групи та в їхньому складі виконайте завдання.

Обговоріть і визначте, яку роль відіграло навчання в кожному з класів початкової школи для вашого особистісного розвитку.

3. Інтереси та хобі.

Для особистісного розвитку людини важливо, щоб вона мала відповідне уявлення про свої **інтереси**, їхню пов'язаність із суспільством і країною, де вона перебуває.

СЛОВНИК

Інтерес — притаманне людині позитивне або негативне ставлення до когось або чогось як до того, що здатне задовольнити або не задовольнити її прагнення.

Інтереси людини поділяють на життєво важливі, суттєві та побічні. До життєво важливих інтересів людини відносять її життя, безпеку, здоров'я, їжу, свободу тощо. До суттєвих — можливість здобути освіту, мати житло, сім'ю тощо. До побічних — бажання розкоші, вишуканої їжі, хвастощі, захоплення азартними іграми тощо.

Без задоволення першої групи інтересів людина не зможе нормально існувати. Інтереси з другої групи потрібні для її повноцінного розвитку. До третьої групи інтересів належать надумані примхи, які не важливі для існування людини.

Уміння розрізняти інтереси за своїм значенням дозволяє людині успішно будувати своє життя, досягати гармонії з існуючим суспільством і державою. Саме в цьому полягатиме для вас як майбутніх громадян і громадянок нашої держави зміст поширених зараз висловів: «Щастя жити в Україні» та «Україна — країна, де здійснюються ваші мрії».

У значної кількості людей є **хобі** або вподобання, якими вони полюбляють займатися у вільний час.

СЛОВНИК

Хобі — узагальнена назва улюблених занять або розваг, до яких люди вдаються у вільний від основної діяльності час.

Хобі — це те, чому людина охоче присвячує свій вільний час. Таке захоплення є засобом для подолання втоми, роздратування та допомагає розвивати світогляд людини. У випадку, якщо хобі людини пов'язане із заняттям спортом, це сприятиме покращенню її фізичної форми. Захоплення, пов'язані із заняттям мистецтвом, розвивають художній смак людини, сприйняття краси навколишнього світу, розуміння «мови» образотворчого мистецтва.

ЦІКАВІ ФАКТИ

В Україні згідно з проведеним у 2018 р. опитуванням української компанії соціологічних досліджень Research & Branding Group хобі мають 30% українців та українок. До найпопулярніших захоплень належать: в'язання або вишивання; заняття спортом; читання книг; заняття в саду й городі.

Які хобі зображено на ілюстрації? Які ще інтереси та хобі ви можете назвати? Які хобі ви маєте, а які б хотіли спробувати?

4. Становлення і дорослішання людини.

У вас попереду цікавий і захопливий період становлення та дорослішання. Подолавши його, із підлітка та юнака ви перетворитеся на **дорослу людину**. Тоді ви будете мати в повному обсязі права й обов'язки громадянина/громадянки нашої держави.

СЛОВНИК

Дорослий — людина, яка досягла певного віку, здатна нести відповідальність за свої вчинки та щодо якої є підстави вважати, що вона має тілесну і духовну зрілість.

Успішне подолання процесу становлення та дорослішання значною мірою залежить від вашої готовності до нього, усвідомлення, що ви закладаєте підґрунтя свого майбутнього.

При цьому доцільно пам'ятати, що успішність цього процесу обумовлюється вашою **самостійністю, наполегливістю** та **цілеспрямованістю**.

СЛОВНИК

Самостійність — здатність людини покладатися на себе у вирішенні проблем й емоційно не залежати від інших.

Наполегливість — здатність продовжувати розпочату справу, долаючи перешкоди, що виникають.

Цілеспрямованість — прагнення людини досягти визначеної мети.

ПСИХОЛОГІЯ В УКРАЇНІ

На думку української дослідниці Марії Жолтикової, самостійність — «це здатність самостійно визначати цілі, бажання, потреби та задовольняти їх, вирішувати питання і проблеми, спираючись на себе».

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

Складіть невелику розповідь про уявного персонажа, який виявляє самостійність, наполегливість і цілеспрямованість у своїх діях.

Успіх у будь-якій справі потребує самостійних наполегливих зусиль у навчанні, тренуваннях

Пригадайте або дізнайтеся за допомогою додаткових джерел про книгу, фільм чи мультфільм, присвячений темі досягнення своєї мети.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Можливо, вам доведеться здійснювати битву декілька разів, щоб досягти перемоги в ній.

Маргарет Тетчер, британська політична діячка XX ст.

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Що таке особистісний розвиток людини та в чому полягає його значення?
2. Підготуйте невелику розповідь з аргументацією на тему «Особистісний розвиток важливий для людини тому, що…».
3. Створіть «хмару» слів або асоціативний кущ до поняття «навчання».
4. **Робота в парах.** Візьміть інтерв'ю в батьків/представників родини або однокласників та однокласниць за запитаннями: 1) Які ви маєте інтереси та хобі? 2) Як вони впливають на ваше життя?

   Представте його результати класу.

5. Американському підприємцю Генрі Форду належить висловлювання: «Найкраща робота — високооплачуване хобі». Поясніть, як ви це розумієте. Чи згодні ви з наведеним твердженням? Чому?
6. **Колективне обговорення.** Проведіть дискусію за проблемою «Чому навчання — невід'ємна частина життя людини?».
7. Висловіть аргументоване ставлення до слів українського педагога XIX ст. Костянтина Ушинського: «Самостійність голови учня — єдина міцна підвалина будь-якого успішного навчання».
8. Підготуйте виставку-презентацію «Моє хобі».
9. Наведіть приклади проявів самостійності, наполегливості й цілеспрямованості в діях ваших однолітків.

§ 13. Як люди досягають своїх життєвих цілей

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке життєві цілі, плани і перспективи;
- з'ясувати, як необхідно приймати рішення;
- встановити особливості процесу створення людиною планів щодо досягнення життєвих цілей.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Що таке ціль?
2. Як ви визначаєте ціль і прямуєте до її здійснення?
3. Які риси, на вашу думку, мають бути притаманні життєвому плану сім'ї?

1. Життєві цілі, плани і перспективи.

Імовірно, вам часто доводилося чути висловлювання: «Я маю ціль...» або «Моєю ціллю є...». У кожної людини є **життєві цілі**. Упродовж життя вони, як правило, зазнають змін: одні втрачають свою важливість або реалізуються, натомість з'являються інші, яких прагне людина. Для того щоб досягти наміченого, люди планують своє життя. Ці **життєві плани** відображають їхні наміри прожити життя певним чином. На відміну від життєвих цілей, життєві плани більш загальні й не такі конкретні. Саме тому більшість людей частіше говорить про свої життєві плани, ніж про життєві цілі.

На основі життєвих цілей і життєвих планів людини формується її уявлення про **життєві перспективи**. Останні відображають уявлення людини про майбутнє як зв'язок її життєвих планів із реальним життям. Наприклад, сучасна українська молодь обирає майбутні професії, враховуючи прогнози фахівців щодо майбутнього світового розвитку.

СЛОВНИК

Життєві цілі — індивідуальні пріоритети, до яких прагне рухатися у своєму житті людина.

Життєві плани — планування на певний термін людиною руху до своїх життєвих цілей з урахуванням їхньої важливості для неї та можливостей досягнення.

Життєві перспективи — бачення людиною свого майбутнього, що відображає зв'язок її життєвих планів зі станом суспільства і держави.

ЕТИКА В УКРАЇНІ

Сучасний український дослідник Дмитро Гуцол визначає такі особливості життєвих цілей людини: цілі можуть бути навіяні ззовні (батьками, школою, іншими людьми) і своїми (тим, у чому ми хочемо особисто досягти успіху). Цілі можуть бути явними (зрозумілими всім) і неявними (погано розуміємо, куди рухаємося, але мета є).

За часом і тривалістю Д. Гуцол поділяє життєві цілі на довгострокові (розраховані на 5—15 років — завести сім'ю, виховати дітей тощо), середньострокові (від 3 місяців до 3 років — вивчити англійську мову, закінчити курси вишивання тощо) і термінові щоденні (зателефонувати, домовитися, переслати матеріали тощо).

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Обговоріть і визначте цілі вашої діяльності на одному з навчальних предметів (на ваш вибір) і шляхи їх досягнення.
2. Створіть проєкт карти-плану для досягнення певної життєвої цілі (на ваш вибір).

2. Як приймаються рішення.

У своєму житті кожній людині доводиться приймати різні рішення. Коли виконувати домашнє завдання і чи виконувати його взагалі, як розпоряджатися своїм вільним часом, із ким спілкуватися — це ті рішення,

які напевне вам вже доводилося приймати. Загалом в ухваленні рішень велику роль відіграє інформація про їхні можливі наслідки та вплив на життя. Від найпростішого «якщо я не виконаю домашнє завдання, то отримаю погану оцінку» до «прогалина у моїх знаннях через невиконане домашнє завдання завадить мені успішно скласти іспит і вступити до обраного вищого навчального закладу».

Процес прийняття рішень можна спростити та впорядкувати. Психологи радять, по-перше, не боятися помилок і невдач, іти на розумний, виважений ризик. По-друге, згідно з даними досліджень, правильне рішення людина швидше прийме після доброго сну, спокійна та не голодна. Так вона не відволікатиметься на сторонні думки. По-третє, існують спеціальні методи, що допомагають приймати рішення. Можна скористатися методом, відомим як «Квадрат Декарта». Поділіть аркуш паперу на чотири квадрати, кожен із яких має своє значення:

- позитивні наслідки прийняття саме такого рішення;
- позитивні наслідки, якщо саме це рішення не приймати;

ЩО БУДЕ, ЯКЩО ЦЕ ВІДБУДЕТЬСЯ?	**ЩО БУДЕ, ЯКЩО ЦЕ НЕ ВІДБУДЕТЬСЯ?**
ЧОГО НЕ БУДЕ, ЯКЩО ЦЕ ВІДБУДЕТЬСЯ?	**ЧОГО НЕ БУДЕ, ЯКЩО ЦЕ НЕ ВІДБУДЕТЬСЯ?**

«Квадрат Декарта»

- негативні наслідки прийняття саме такого рішення;
- негативні наслідки, якщо саме це рішення не приймати.

У кожен квадрат вписуються відповідні наслідки. «Квадрат Декарта» дозволяє впорядкувати думки та чітко бачити всі можливі варіанти розвитку подій.

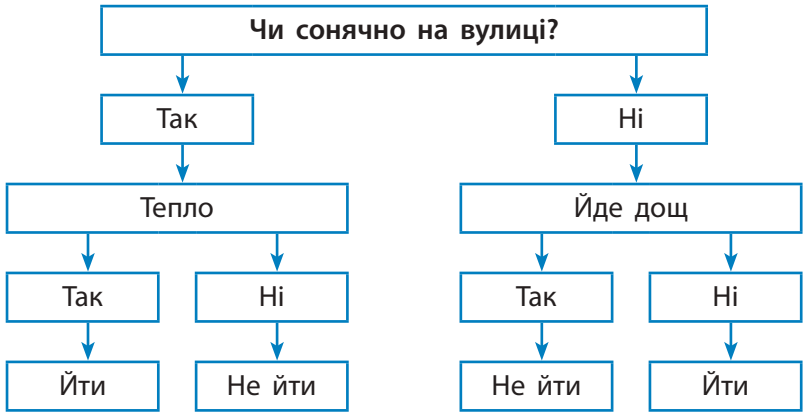
ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

Оберіть проблему та запропонуйте шляхи її розв'язання, застосовуючи метод «Квадрат Декарта».

Ще один метод — «Дерево рішень». Він підходить для тих випадків, коли варіантів вирішення проблеми небагато, але їх потрібно впорядкувати. Свою назву цей метод отримав тому, що від головної проблеми — «стовбура» — відходять варіанти — «гілки».

Чи піти гуляти на вулиці?



«Дерево рішень»

ЗАВДАННЯ

Створить власне «дерево рішень», самостійно обравши питання, яке вас цікавить.

3. Планування людиною своїх життєвих цілей.

Зараз серед населення європейських країн набуває популярності **планування** основних подій свого **життя**. Звичайно, це не гарантує, що все в житті людини відбудеться відповідно до її плану, але забезпечить те, що життя не відбуватиметься як сукупність випадкових подій або відповідно до планів інших людей.

СЛОВНИК

Планування життя — створення конкретного плану життя на три, п'ять, десять років і далі, де визначаються цілі людини.

Варто замислитися над тим, як планування може допомогти організувати ваше життя. Починати варто з простих справ. Наприклад, розпланувати, як після занять у школі відпочити, виконати домашні завдання, відвідати спортивну секцію тощо. Можливо також спланувати, чим ви збираєтеся зайнятися під час канікул, щоб вони були цікавими й змістовними. Для чого варто планувати своє життя? У розпорядженні кожної людини 24 години на добу. Проте одні встигають дуже багато, а інші — мало. Саме планування допомагає

ЦІКАВІ ФАКТИ

Дослідники вважають, що першою відомою людиною, яка почала планувати своє життя, був американський мислитель XVIII ст. Бенджамін Франклін. Запропоновану ним систему планування життя зараз називають «пірамідою Франкліна». Метою, якої прагнув досягти цією системою її автор, стало опанування таких якостей: стриманість, порядок, рішучість, ощадливість, поміркованість, щирість, чистота, працьовитість, справедливість, спокій, скромність.

людині раціонально використовувати час і самостійно будувати своє життя.

Кожна людина може навчитися планування. Для цього доцільно почати з найпростішого — визначати перелік справ і занять на кожен наступний день. Поступово можна перейти до планування справ на більші терміни.

Важливою складовою плану на майбутнє має бути особистісний розвиток людини. Необхідно усвідомлювати, що для цього ви збираєтеся зробити сьогодні, завтра, наступного тижня, найближчими місяцями.

Користь від такого планування щонайменше полягатиме в тому, що ви не відкладатимете справи на потім, а візьмете за правило виконувати все вчасно.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Планування часу

Важко одразу почати планувати своє життя на тривалі періоди. Розпочати можна з малого — щоденних навичок управління часом. Спробуйте стежити за тим, як довго ви виконуєте ті чи інші щоденні справи — це дає відчуття часу, розуміння, на що він витрачається.

Уміння планувати свої справи дозволяє ефективно розподіляти та використовувати час і в результаті встигати більше

Існує чимало способів упорядкувати свої справи, виділивши серед них найбільш важливі. Наприклад, можна складати списки з кількома категоріями: «А» — для термінових та обов'язкових справ, «Б» — для менш важливих та «В» — для тих, які поки що можна відкласти.

Такий поділ корисний для того, щоб знати, чим потрібно займатися в першу чергу. Досвід показує, що виконувати кілька завдань одночасно є малоефективним. Краще розпочинати нову справу тільки тоді, коли завершено попередню.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Я завжди робила те, до чого була трохи не готова. Це шанс вирости в професійному сенсі. Ти думаєш: «Вау, я не впевнена, що зможу це зробити, — а потім береш і робиш, просуваючись на крок уперед».

Массі Маєр, генеральна директорка «Yahoo»

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Чим важлива для людини наявність життєвих цілей?
2. Підготуйте виступ на тему «Мої життєві цілі — це…» (усно).
3. Чим життєві плани відрізняються від життєвих перспектив?
4. Характеризуючи проблему прийняття рішень, німецький мислитель XX ст. Ханс-Георг Гадамер стверджував, що «вирішення питання є шляхом до знань». Як ви розумієте це висловлювання? Чи згодні ви з ним? Чому?
5. У Японії існує прислів'я: «Не приймайте рішення, вислухавши тільки одну сторону». Від чого, на вашу думку, хотіли застерегти цим прислів'ям тих, хто приймає рішення?
6. Складіть орієнтовні плани своєї діяльності на наступний день, тиждень, місяць, рік. Спираючись на них, поясніть, чим відрізняється планування короткострокової і довгострокової діяльності.
7. До уроку узагальнення за розділом підготуйте індивідуальний навчальний проєкт «Мої життєві плани на майбутнє України» і представте його класу.
8. Сучасний американський підприємець і політик Майкл Блумберг застерігав: «Не будуйте занадто багато довгострокових планів». У чому, на вашу думку, полягає небезпека великої кількості довгострокових планів? Чи вважаєте ви це зауваження корисним для себе? Чому?

9. **Робота в парах.** Обговоріть і висловіть обґрунтоване ставлення до наведеного висловлювання: «Великі люди ставлять собі цілі; інші люди прямують за своїми бажаннями» (*Вашингтон Ірвінг, американський письменник XVIII—XIX ст.*).
10. Німецький поет XVIII—XIX ст. Фрідріх Шиллер вважав, що «людина зростає в міру того, як зростають її цілі». Поясніть, як ви це розумієте. Наведіть приклади, які підтверджують вашу думку.
11. **Колективне обговорення.** Чи погоджуєтеся ви з думкою давньоримського поета I ст. до н. е. Публія Сіра: «Погане те рішення, яке не можна змінити». Поясніть свою позицію та наведіть відповідні приклади.
12. Президент США Франклін Рузвельт вважав, що «єдиною перешкодою для здійснення наших планів на завтра можуть бути наші сьогоднішні сумніви». Підтвердьте правильність наведеного судження або спростуйте його, застосувавши власний досвід планування життя.

§ 14. Успіхи й невдачі в житті людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке успіхи і яку роль вони відіграють у житті людини;
- встановити, що таке невдачі як складова життя людини;
- визначати, чим обумовлені успіхи й невдачі у вашому навчальному розвитку.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Як ви розумієте, що таке успіх і невдача?
2. Чи можливе життя без успіхів або без невдач? Чому?
3. Як, на вашу думку, людина має ставитися до успіхів і невдач?
4. Що таке особистісний розвиток людини?

1. Успіхи в житті людини.

Складовими особистісного розвитку будь-якої людини стають її **успіхи** й невдачі. Мабуть, ви часто чули вислови «він досяг успіху» або «вона є успішною людиною». Звичайно, розуміння успіху в кожної людини своє і виявляється по-різному. Для одних це опанування нових навичок (водіння автомобіля, вивчення іноземної мови тощо), для других — кар'єрне зростання, для третіх — отримання більших прибутків. На перший погляд розуміння успіху різні, однак їх об'єднує те, що вони відображають досягнення людини в тій сфері життя, яку вона вважає для себе важливою.

СЛОВНИК

Успіх — позитивний наслідок діяльності людини в певній сфері; факт досягнення поставленої мети.

Найчастіше первинні уявлення про успіх формуються в людини в дитячому віці на основі прикладів

у її сім'ї. Одночасно із цим вона отримує уявлення про шляхи його досягнення. Поряд із прикладом сім'ї важливим є ідеал, на який вона прагне бути схожою. Найчастіше дитячі уявлення про успішність людського життя зберігаються і в дорослому віці.

РОБОТА ІЗ ДЖЕРЕЛОМ

Із виступу співзасновника телевізійної мережі «Tastemade» (США) Джо Переза

…Ви маєте любити те, що робите. Для того щоб досягти успіху в якійсь сфері, треба стати одержимим, дозволити собі зануритися в неї з головою. Неважливо, наскільки успішним може стати ваш бізнес, ви маєте задовольнятися дійсністю. Ви мусите прагнути більшого та кращого…

Робота в парах. Обговоріть і виконайте завдання.

1. Що, на думку автора джерела, необхідно для досягнення успіху?
2. Чи поділяєте ви думку Дж. Переза про шлях людини до успіху? Чому?

ЕТИКА В УКРАЇНІ

На думку українських дослідників О. Романовського та В. Михайличенко, «людина має вроджене бажання досягти успіху — це щось настільки ж природне для неї, як і подих… Успіх — це постійне здійснення тих цілей, що ми поставили перед собою і які винятково важливі для нас. …[Особистісний розвиток людини] є найкоротшим і найефективнішим шляхом до успіху й добробуту, хоча іноді він здається довгим».

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Обговоріть і порівняйте уявлення про успіх у житті, які вам притаманні.
2. Сформулюйте декілька особливостей життєвого успіху людини.

Розуміння, що таке успіх, успішність, успішне життя в кожної людини своє. Не варто порівнювати успіхи в різних сферах життя та вважати одні з них більш «успішними», ніж інші

ЦІКАВІ ФАКТИ

У різних містах України під час літніх канікул щорічно проводяться «Школи успіху» для підлітків. На їхніх заняттях розкриваються основні складові успіху, удосконалюються навички спілкуватися й досягати цілей.

2. Невдачі в житті людини.

Поряд з успіхами діяльність людини супроводжують **невдачі**. Проте, як зазначав один із мислителів: «Невдача має бути нашим учителем, а не нашим трунарем!». Не існує людини, яка в житті жодного разу не зазнала невдачі. Справа в тому, як її сприймати. Не

варто кидати все та зневірюватися. Невдача дає досвід, який дозволить досягти успіху під час наступної спроби. Необхідно вчитися на своїх помилках і продовжувати рухатися далі до перемоги.

СЛОВНИК

Невдача — безуспішне завершення чого-небудь; факт недосягнення людиною поставленої мети.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Британський політичний діяч XX ст. Вінстон Черчилль сказав: «Успіх — це рух від невдачі до невдачі без втрати ентузіазму». Чи згодні ви з цим? Поясніть свою позицію. Наведіть приклади, які її підтверджують.
2. Наведіть приклади з художніх творів, вашого життя або життя ваших знайомих, коли невдачі допомогли людині рухатися вперед.

Невдачі трапляються з кожною людиною. Один зі способів упоратися з негативними переживаннями в разі невдач — поділитися ними з людьми, яким ви довіряєте

ПАМ'ЯТКА

Як упоратися з невдачами

- Визнати, що цього разу вам не вдалося досягти мети.
- Прийняти власні негативні емоції, такі як сором або розчарування.
- Зрозуміти, що ваш пригнічений стан — тимчасовий.
- Не поспішати відмовлятися від поставленої мети чи заняття після невдачі.
- Проаналізувати власні дії та обставини, визначити причини невдачі.
- Спланувати свої подальші дії для досягнення успіху.

3. Успіхи й невдачі у вашому навчанні.

Можна припустити, що в навчанні кожного з вас було чимало успіхів, але поряд із ними траплялися невдачі. Корисним для вас буде разом у класі обговорити навчальний розвиток, визначивши причини успіхів і невдач у ньому. Такий аналіз допоможе обрати шляхи розвитку успіхів і подолання невдач у майбутньому.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Колективне обговорення. Застосувавши метод «Загальне коло», за якого клас разом обговорює визначену проблему, проаналізуйте свій навчальний розвиток за роки навчання у школі з окремих предметів. З'ясуйте успіхи й невдачі кожного та їхні причини. Пам'ятайте, що відверте висвітлення обговорюваних проблем допоможе їх розв'язанню.

Психологи радять: щоб упоратися з невдачами, не заперечуйте власні емоції та почуття, такі як злість, смуток або розчарування, але водночас не зосереджуйтеся на них. Виділіть час для того, щоб це прожити, наприклад, один день. Після цього пообіцяйте собі відпустити ці переживання та розпочати новий день із чистого аркуша. Обговоріть свої проблеми з людьми, яким довіряєте.

Пам'ятайте, що попереду на вас чекає ще багато можливостей, і те, що ви одного разу або й кілька разів помилилися, не привід опускати руки. Поміркуйте, що цього разу стало причиною вашої невдачі, які висновки ви можете зробити. Так ви перетворите неприємні переживання на корисний життєвий урок.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Ви отримуєте від життя лише те, що наважуєтеся попросити. Не бійтеся підвищувати планку.

Опра Уінфрі, сучасна американська телеведуча

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Чи можливо, щоб у житті людини взагалі не було жодних успіхів або невдач? Поясніть свою думку.
2. Підготуйте невелику розповідь за темою «Успіх/невдача для мене…».
3. **Робота в парах.** Візьміть інтерв'ю в когось із членів родини або однокласників/однокласниць на тему «Невдачі у вашому житті та їх подолання». Запитання для опитування розробіть самостійно. Його результати представте класу.
4. **Колективне обговорення.** Проведіть дискусію за проблемою «У чому полягає роль невдач у житті людини».
5. Укажіть спільне в успіхах і невдачах ваших однокласників та однокласниць у їхньому навчальному розвитку.
6. Американський підприємець, один із засновників компанії «Майкрософт» Білл Гейтс сказав: «Успіх нічого не навчає. Він тільки переконує розумних людей, що вони не можуть програти». Як ви розумієте це твердження? Чи поділяєте ви його? Поясніть свою думку.
7. Перший президент США Джордж Вашингтон вважав, що «успіх необхідно вимірювати не стільки тим становищем, якого людина досягла в житті, скільки тими перешкодами, які вона подолала, досягаючи його». Підготуйте невеликий усний виступ з аргументацією за наведеним висловлюванням.
8. Американський підприємець XIX—XX ст. Генрі Форд писав: «Невдача дає лише привід почати знову і більш зважено. Чесна невдача не є ганьбою, ганьбить страх перед невдачею». Поясніть, як ви розумієте наведену думку. Чи поділяєте ви її? Чому?
9. Існує британське прислів'я: «Невдачі — це стовпи успіху». У чому, на вашу думку, полягає його зміст? Складіть декілька власних прислів'їв про роль невдач у житті людини.

§ 15. Досвід у житті людини

ОПРАЦЮВАВШИ ЦЕЙ ПАРАГРАФ, ВИ ЗМОЖЕТЕ:

- дізнатися, що таке досвід;
- встановити значення досвіду в житті людини;
- з'ясувати, яку роль у житті людей відіграє взаємонавчання та обмін досвідом.

ВИСЛОВІТЬ СВОЮ ДУМКУ

1. Як ви розумієте зміст слова «досвід»?
2. Яку роль обмін досвідом відіграє в житті людей? Наведіть приклади.
3. Які форми обміну досвідом ви можете назвати?

1. Що таке досвід.

У житті кожної людини трапляються ситуації, для розв'язання яких вона звертається до свого **досвіду** або досвіду інших людей. Саме він часто підказує шлях вирішення проблеми. Вам, мабуть, доводилося чути вислови «безцінний досвід», «досвід нічим не замінити» тощо. І справді, набутий самою людиною або іншими людьми й переданий їй досвід є надійним помічником у житті. Справді, якби не існувало досвіду поколінь, то людина була б приречена на постійне відкриття того, що знали вони. Власний досвід підказує людині, як вона діяла у схожій ситуації. Небезпідставно в кожного народу існують чимало приказок і прислів'їв, що розкривають користь досвіду для людини.

СЛОВНИК

Досвід — уміння та знання, набуті впродовж життя та діяльності окремої людини або людської спільноти.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в парах. Об'єднайтеся в пари та в їхньому складі виконайте завдання.

1. Які ознаки досвіду містяться в таких висловлюваннях? 1) «Досвід — учитель, який дуже дорого бере за свої уроки, проте ніхто не навчає краще» (*Томас Карлейль, шотландський історик XIX ст.*). 2) «Кішка, одного разу сівши на гарячу плиту, більше на неї не сяде. Утім, не сяде навіть на холодну» (*Марк Твен, американський письменник XIX—XX ст.*). 3) «Життя справді складне, і єдиний у нього підручник — досвід» (*Григір Тютюнник, український письменник XX ст.*). 4) «Досвід — це сума зроблених помилок, а також помилок, які, на жаль, не вдалося зробити» (*Франсуаза Саган, французька письменниця XX ст.*). 5) «Досвід ще ніколи не йшов на користь людині; навчайте її історії скільки завгодно, а вона все одно робитиме ті самі помилки» (*Жорж Санд, французька письменниця XIX ст.*).
2. Які з наведених висловлювань вам сподобалися найбільше? Поясніть, чим саме.

2. Значення досвіду в житті людини.

Можна висунути припущення, що досвід посідає вагоме місце в житті кожної людини. На це звертало увагу чимало відомих осіб із давніх часів. Значення досвіду в житті людини ми пропонуємо вам встановити, колективно опрацювавши наведене завдання.

ВИКОНУЄМО РАЗОМ

Робота в малих групах. Об'єднайтеся в малі групи та в їхньому складі виконайте завдання.

За рекомендованими вчителем/вчителькою додатковими джерелами інформації ознайомтеся з афоризмами, думками, цитатами й приказками про досвід. Обговоріть, як у них визначається значення досвіду в житті людини, і складіть перелік рис, які характеризують це явище. Результати роботи групи представте класу для формування спільної характеристики значення досвіду в житті людини.

ЦІКАВІ ФАКТИ

Український народ створив багато прислів'їв і приказок про досвід. Ось деякі з них:

- Не питай старого, а питай бувалого.
- Раз опечешся, другий — остережешся.
- Хто багато робив, той багато й знає.
- Хто по морю плавав, тому калюжа не страшна.

Обмін досвідом дуже важливий для кожної людини. Завдяки цьому ми збагачуємо наші знання про світ, розвиваємо навички емпатії

3. Взаємонавчання та обмін досвідом.

Освіта відіграє важливу роль у житті людини. Завдяки їй людина опановує те, що стане їй у пригоді в майбутньому. Освіта забезпечує необхідними знаннями, уміннями й навичками для того, щоб людина мала можливість реалізувати себе як особистість.

Для успішного розвитку навчального процесу бажано, щоб у ньому працювали дієві механізми **взаємонавчання** та обміну досвідом. Ви також неодноразово застосовуєте їх під час парної та групової роботи. Завдяки ним ви допомагаєте навчатися одне одному й розвиваєте практичні навички, обмінюючись досвідом.

СЛОВНИК

Взаємонавчання — форма організації навчання в парах змінного складу.

Взаємонавчання створює можливості для того, щоб набувати знання, працюючи колективно та співпрацюючи. Одночасно із цим воно дозволяє розвивати самостійність мислення його учасників та учасниць, мовні

Урок, де навчання відбувається в парах

ЦІКАВІ ФАКТИ

Першим прикладом успішного використання методу взаємонавчання вважають діалоги в «Академії», яка була заснована в 338 р. до н. е. поблизу Афін у Греції мислителем Платоном. Члени Академії об'єднувалися в старшу й молодшу групи (викладачі та учні). На діалогах між ними був побудований процес навчання.

та інші індивідуальні якості учнів та учениць. При цьому, на думку більшості дослідників, якість набутих у процесі взаємонавчання знань, умінь і навичок помітно підвищується.

ПЕДАГОГІКА В УКРАЇНІ

Сучасне українське вчительство творчо розвинуло метод взаємонавчання, який у 1918 р. вперше запропонував педагог Олександр Ривін. Він працював, навчаючи підлітків від 11 до 16 років у містечку Корнин Житомирської області. Близько 40 дітей, яких він навчав по черзі, працювали у змінних парах один з одним як учитель і учень. Оскільки в парах були діти різного віку, забезпечувалася безперервна передача знань від учителя (керівника взаємонавчання) до старших учнів (його безпосередніх помічників) і далі до все менш підготовлених учнів та учениць. Таку методику навчання О. Ривін застосовував майже до всіх навчальних предметів.

Школа О. Ривіна в Корнині проіснувала десять років. У 2018 р. педагогічна громадськість України провела спеціальний захід, присвячений 100-річчю цього методу взаємонавчання.

У сучасному суспільному житті вагоме місце посідають різноманітні форми обміну досвідом. Завдяки їм успішно відбуваються процеси, пов'язані з обміном

Спеціалісти різних галузей збираються для навчання та обміну досвідом. Такі заходи називають тренінгами, семінарами, конференціями. На фотографії — тренінг для тих, хто викладає англійську мову

життєвим, професійним та іншими видами досвіду. У засобах масової інформації можна зустріти чимало згадок про ці форми, де досвід характеризується як «шлях до вдосконалення», «засіб професійного зростання», «запорука успішного розвитку», «взаємозбагачення» тощо. Наприклад, «проведена педагогічна нарада стала шляхом до педагогічного зростання вчителів та вчительок», або «медична практика в одній із європейських лікарень є засобом професійного зростання лікарів з України», «запорукою успішного розвитку українського ракетобудування є обмін досвідом з іноземними колегами», «проведені курси українських поліціянтів показали, що обмін досвідом — це завжди взаємозбагачення». Усі ці характеристики об'єднує позитивна оцінка процесів обміну досвідом для тих, між ким вони відбуваються. Тож закликаємо вас також не забувати про користь обміну досвідом для людини.

ВАРТО ЗАМИСЛИТИСЯ

Багато чого я навчився у своїх наставників, ще більшого — у своїх товаришів, але найбільше — у своїх учнів.

Талмуд, зведення релігійно-етичних положень юдаїзму

ЗАПИТАННЯ І ЗАВДАННЯ

1. Існує єврейське прислів'я: «Досвід — це те, чим люди називають свої помилки». Поясніть, як ви це розумієте. Розкрийте значення досвіду в житті людини.
2. Давньоримський поет Овідій писав: «Вір досвіду!». Поясніть, як ви розумієте цей заклик і чи згодні з ним.
3. Один із відомих мислителів минулого століття вважає, що «немає жодного життєвого досвіду, який би не мав значення». Напишіть короткий твір-роздум за цим висловлюванням.
4. **Робота в парах.** Візьміть інтерв'ю в батьків/представників родини на тему «Яку роль відіграє обмін досвідом у вашому житті». Запитання для опитування складіть самостійно.
5. Підготуйте виступ з аргументацією «Взаємонавчання для мене…» (усно).
6. **Колективне обговорення.** Проведіть дискусію за проблемою «Значення освіти в житті сучасної людини».

Розвиваємо моральні навички

Дитячі заняття — хобі*

Є таке іноземне слово — хобі. Коли в дорослих питають: «Яке у Вас хобі?», то це означає: «Що ви

* Складено за матеріалами «Книги для дівчаток на кожний день» та «Книги для хлопчиків на кожен день», Київ, «Країна мрій», 2005

полюбляєте робити на дозвіллі?». Чимало людей мають пристрасть до колекціонування, а якщо їх розпитати докладніше, то виявиться, що свою колекцію вони почали збирати ще в дитинстві.

Скажімо, хтось подарував якусь річ, а вам захотілося придбати ще щось таке саме. Із часом знайомі, знаючи, що людина збирає те й те, почали дарувати саме це на свята. Так потроху з'явилася ціла колекція.

Чого лишень люди не збирають! Книжки, праски, годинники, самовари, ручки, марки, календарі, листівки, ножиці, коробки з-під сірників, етикетки, бланки, горнятка, ложки та ще багато-багато всього...

Проте не слід забувати, що матеріальні можливості батьків обмежені їхньою зарплатнею. Не треба просити робити дорогі покупки для вашої колекції, якщо це може розорити маму й тата. Повірте, збирати недорогі речі не менш цікаво, адже тут має значення не ціна, а ваше ставлення до цих речей і, безперечно, оригінальність, яку ви виявите під час вибору предмета колекціонування.

Звісно, завжди хочеться збирати те, що подобається, до чого маєте схильність і що вас цікавить. Можливо, вам подобаються м'які іграшки? Еге ж, у вас їх багато. А чи знаєте ви, що це і є колекція?

Проте слід пам'ятати, що для неї, як і для будь-якої колекції, потрібне спеціальне місце. Знайдіть для неї куточок у своїй кімнаті й зробіть полички для іграшок.

Незабаром друзі та близькі, знаючи про ваше захоплення, почнуть дарувати таких звірят. Колекція розростатиметься. Ви, мабуть, бачили телепередачі, де показують дорослих, навіть літніх людей, у яких усі стіни та полиці заповнені експонатами колекції, які вони збирали впродовж багатьох років.

А може, ви страшенно полюбляєте читати і все дозвілля проводите в кріслі з книжкою? Тоді радимо вам збирати книжки. Колекціонування книжок — справді захоплююча та корисна справа, адже література розширює обсяг знань, підвищує культурний рівень людини. Та і взагалі, це ж так цікаво! Людина, яка зібрала велику бібліотеку, мимоволі викликає повагу або навіть заздрість.

Але попереджаємо: якщо захопитеся колекціонуванням книжок і повністю присвятите себе новому хобі, пам'ятайте про навчання у школі, не забувайте вчити уроки.

Якщо ж вас не приваблює таке серйозне заняття, як колекціонування книжок, можна спробувати щось інше, наприклад, збирати ручки. Напевно, ви маєте кілька шкільних ручок, але вони, очевидно, прості й нецікаві. А ви спробуйте купувати якісь оригінальні ручки, наприклад, розмальовані фігурками з мультфільмів або оздоблені головами звірят.

Ви часто просите батьків купити жувальну гумку? Напевно, так. Ви, безперечно, знаєте, що там трапляються різноманітні фантики із зображеннями автомобілів, «зірок» спорту, кіно та естради, улюблених мультиків, звірят тощо. По-перше, цими фантиками цікаво обмінюватися з друзями. По-друге, із фантиків можна зробити мініплакат або обклеїти стіну шафи. По-третє, ці картинки можна збирати в спеціальний альбомчик.

А ще можна спробувати колекціонувати різні брелоки для ключів. Це доволі рідкісне захоплення, і ми певні, ви не матимете багато конкурентів, а гостям буде цікаво переглядати експонати вашого зібрання.

Спробуйте колекціонувати значки: із гербами міст, емблемами виставок і фестивалів, смішними написами,

зображеннями спортсменів тощо. До того ж, демонструючи свою колекцію, ви зможете детально розповісти про найцікавіші екземпляри зібрання. А друзі, знаючи про ваше захоплення, охоче даруватимуть значки.

Що ще можна колекціонувати? Звісно, монети. Але не ті, що з батьківського гаманця, а з магазину, де продають найрізноманітніші предмети старовини й картини, книжки, статуетки, монети тощо. Спершу можна придбати прості монети, не надто рідкісні й недорогі. У спеціальній літературі прочитайте про нумізматику — колекціонування монет. За допомогою цього захоплення ви набудете нових знань, які обов'язково знадобляться в житті.

Надзвичайно цікаво збирати нецке, які прийшли до нас із Японії. Нецке — це фігурки, вирізьблені з кісток. Кожній із них японці надають особливого значення. Про ці значення ви зможете дізнатися з книжок, які продають разом із нецке.

Можна збирати компакт-диски з улюбленою музикою. Якщо вас це цікавить, спробуйте скласти цілісне зібрання за якоюсь певною темою, конкретним жанром тощо, а потім обмінюйтеся з тими людьми, які колекціонують інші стилі та музичні напрями.

Наостанок хочеться відзначити, у чому полягає різниця між колекціонуванням і збиранням. Наприклад, якщо ви колекціонуєте марки, то маєте бути членом клубу філателістів, знати історію кожної марки зі своєї колекції та філателії загалом. Ви купуєте марки не в газетних кіосках і переходах, де можна придбати ксерокопії, а через клуб. Усі справжні колекціонери марок купують чи передплачують журнали та каталоги, у яких ідеться про новинки та події у світі філателістики.

А що робить людина, яка просто збирає марки? Вона купує те, що їй подобається. Їй байдуже, рідкісна ця марка чи ні, аби вона була гарною та яскравою. У такої людини марки, звісно, яскраві, привабливі, але навряд чи вони становлять якусь цінність.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Складіть перелік видів хобі, про які ви дізналися з повідомлення.
2. Які види хобі, на вашу думку, доцільно додати до названих. Поясніть, чому ви вважаєте їх вартими уваги.

Ірина Гармаш «Зірочка Успіху» (Казка)

Любі діти! Дівчатка та хлопчики!

Багато хто з людей (дорослих і дітей) хочуть досягти в житті успіху. А що ж таке «успіх»? Яка вона, «успішна людина», «успішний учень»? Поміркуємо, послухавши казку.

Я хочу розповісти вам невеличку казку про те, як двом хлопчикам-школярам дісталася Зірочка Успіху. Поверталися вони якось додому зі школи, мали велике завдання — підготуватися до контрольної роботи з математики. Обом їх хотілося отримати відмінні оцінки та бути успішними учнями.

Один із хлопчиків і сказав: «Добре було б зустріти чарівника, щоб отримати чарівну допомогу в здійсненні бажання». Як зненацька перед ними з'явився сивий-сивий дідусь, який промовив здивованим школярам: «Я вже старий. Мені вона вже не потрібна: ось ця Зірочка Успіху. А вам буде корисною. Тримайте її, користуйтеся на добро. Але будьте розумними при цьому, бо важливі як Думки ваші, так і Справи...»

Сказав та й зник. Зраділи хлопці! Тепер вони неодмінно досягнуть успіху. Подивилися хлопці на Зірочку

та й побачили, що вона зліплена з двох частин, на яких щось майже непомітно написано. Та не було в хлопчаків бажання, прагнення роздивлятися ті написи. Поділили вони Зірочку на дві частини (начебто чесно поділили, не посварилися, бо друзями були) та й розбіглися по домівках до контрольної роботи готуватися.

Удома перший із хлопчиків прочитав напис на Зірочці: «Думки». Та й вирішив, що головне тепер — це думати про себе найкраще, бути впевненим у собі, підтримувати себе гарним настроєм та хорошими думками: «Я все зможу, переможу, я найкращий, я дуже розумний».

Однак такі думки відволікли хлопця від роботи. Так що завдання він не виконав і прийшов на уроки без них.

Інший хлопець цілісінький день та вечір працював — задачі розв'язував, але, прийшовши на контрольну роботу, зовсім розгубився, навіть злякався, бо не був упевнений у собі, високої думки про себе не мав. Ніякої віри в те, що зможе виконати завдання.

Вважаю, діти, ви розумієте, що оцінки в обох хлопців були незадовільними. Поверталися друзі додому сумні, несли свої частинки Зірочки.

Та ось знову перед ними з'явився сивий-сивий дідусь-чарівник. Посміхнувся він та й сказав горе-школярам: «Тепер ви зрозуміли, що Успіх і в навчанні, і в спорті, і в будь-якій справі та й у дорослому житті (у роботі) складається із двох невід'ємних нероздільних частин? Це добрі, упевнені Думки з гарним настроєм та Дії (тобто справи), націлені на досягнення мети».

Посміхнувся ще раз чарівник та додав: «Знайте, що досягти своєї мети можна, коли не тільки віриш в успіх, у себе, у свої сили, але й підтримуєш це своїми

справами, діями, зусиллями! А ще — щоденною працею та тренуваннями».

Ось, діти, і весь секрет Зірочки Успіху! Гадаю, запам'ятали? Це обов'язково стане в пригоді!

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чи сподобалася вам казка? Чому?
2. Які помилки зробили хлопчаки?
3. Яка головна ідея (думка) цієї казки?
4. Чи згодні ви з тим, що «на помилках вчаться»? Поясніть свою думку.
5. Що б ви порадили героям цієї казки — хлопчакам-школярам?
6. Як, на вашу думку, слід наступного разу поводитися цим хлопчакам? Як, на вашу думку, можуть скластися події в майбутньому?
7. Назвіть риси характеру, якості, думки та дії, які допомагають вам бути успішними (як у школі, так і поза нею — у спортивних секціях, творчих гуртках тощо).
8. Намалюйте власну «Зірочку Успіху» та поділіться досвідом свого шляху до успіху з однокласниками та однокласницями.

Джозеф Редьярд Кіплінг «Коли...»

Спокійним будь, коли всі шаленіють
І за шаленство ще й тебе клянуть.
Коли ніхто тебе не розуміє —
Звіряйсь на себе і спокійним будь;
Чекаючи, не виснажись від втоми,
Ошуканий, не вдайся до брехні,
Не видавайся янголом нікому
І не зважай на вигуки дурні;

Свої думки завжди обстоюй тихо,
В безодню марних мрій не поринай,
Готовий будь зустріти Щастя й Лихо —
Вони ж близнята, це ти добре знай;
Тримайсь, коли твої слова злочинно

Перевертають підлі брехуни,
Коли ж усе, що ти створив, загине —
Перепочинь і знову розпочни;

Будь здатен все найкраще, що ти маєш,
На стіл покласти, взятися до гри,
І не шкодуй, коли ти все програєш,—
Докупи сили і думки збери;
Умій примусить Серце, Нерви, М'язи,
Позбавлені снаги, тобі служить,
Коли душа згоряє вся одразу, і тільки
Воля каже: «Треба жить!»;

У натовпі собою залишайся,
А з королями гідність зберігай,
Ні ворогу, ні другу не піддайся,
Надмірної поваги не шукай;
Нехай секунда кожна у хвилині
Тебе веде до вірної мети —
Тоді весь світ до ніг твоїх полине,
Тоді Мужчина ти!

Переклад М. Левіна

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чи можна вважати наведений вірш висловленою автором своєрідною програмою того, як людина має досягати життєвих цілей? Поясніть свою думку.
2. Назвіть пропозиції щодо дій людини, які сформулював автор вірша.
3. Якими правилами доцільно, на вашу думку, доповнити запропоновані Д. Р. Кіплінгом пропозиції? Обґрунтуйте їхню доцільність.

Василь Сухомлинський «Списав задачу»

Павлик прийшов до школи дуже стурбований. Дома він довго сидів над задачею й не міг розв'язати. Тепер

він прийшов до школи, щоб у когось списати задачу. Бо працювати сам Павлик не любив.

Прийшла Зіна. Вона добре вміла розв'язувати задачі. Павлик запитав у неї:

— Зіно, на скільки питань задача?

— На троє, — відповіла Зіна. — А хіба ти не розв'язав?

— Не вийшла... Дай, Зіно, списати...

— Ой, Павлику, чому ж ти сам не хочеш працювати? — запитала Зіна.

Вона дала йому свій зошит.

Павлик почав списувати. Списав одну дію, другу, перейшов до третьої. У третій дії помітив у Зіни помилку. Там, де треба було написати 23, Зіна написала 32.

У своєму зошиті Павлик написав правильно, а Зіні не сказав, що в неї помилка.

Учителька зібрала зошити для перевірки. Наступного дня вона їх принесла.

— У Павлика — п'ять, — сказала вчителька. — Молодець, Павлику, добре попрацював над задачею. А в тебе, Зіно, — чотири. Помилку зробила...

Зіна поблідла. Вона глянула на Павлика. Павлик почервонів і схилив голову над партою.

ПОМІРКУЙТЕ НАД ПРОЧИТАНИМ

1. Чого навчає наведене оповідання читачів та читачок?
2. Який досвід отримали герої цього оповідання?

СЛОВНИК

Агресивність — стан, за якого людина демонструє гнів, злість тощо; також риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до навколишнього світу.

Агресія — поведінка людини, спрямована на пошкодження або руйнування, що у крайній формі може перерости в насильство.

Булінг (цькування) — систематичні фізичні та/або психологічні знущання й приниження, що вчиняються щодо конкретної особи.

Ввічливість — дотримання добрих манер, уважність і люб'язність у ставленні людини до тих, хто її оточує.

Вербальне спілкування — словесне спілкування, учасники якого обмінюються висловлюваннями щодо предмета обговорення.

Взаємонавчання — форма організації навчання в парах змінного складу.

Віртуальний — той, що не існує в реальному світі, а створений людською уявою або зімітований за допомогою інших предметів. Нині віртуальним найчастіше називають усе, що пов'язане з комп'ютером та інтернетом.

Гідність — внутрішня переконаність людини у власній цінності, почуття самоповаги. Також поняття «гідність» можуть вживати, маючи на увазі, що певна людина гідна особливого визнання та шани. Наприклад, за її визначні вчинки або моральні якості, такі як скромність, наполегливість, відданість тощо.

Доброзичливість — здатність і бажання робити добро іншим людям.

Дорослий — людина, яка досягла певного віку та щодо якої є підстави вважати, що вона має тілесну і духовну зрілість.

Досвід — уміння та знання, набуті впродовж життя та діяльності окремої людини або людської спільноти.

Емоції — нетривала реакція людини на явища реального або вигаданого світу.

Емпатія — здатність людини розуміти й відчувати почуття іншої людини.

Етика — наука, що вивчає мораль.

Етикет — правила поведінки людей у суспільстві.

Життєві перспективи — бачення людиною свого майбутнього, що відображає зв'язок її життєвих планів зі станом суспільства і держави.

Життєві плани — планування на певний термін людиною руху до своїх життєвих цілей з урахуванням їхньої важливості для неї та можливостей досягнення.

Життєві цілі — індивідуальні пріоритети, до яких прагне рухатися у своєму житті людина.

Індивідуальні властивості людини — набір психічних характеристик, що відрізняють можливості однієї людини від іншої: мислення, пам'яті, уяви та особливості її здібностей, інтересів, характеру.

Індивідуальність — неповторна своєрідність, яка відрізняє одну людину від іншої.

Інтерес — притаманне людині позитивне або негативне ставлення до когось або чогось як до того, що здатне задовольнити або не задовольнити її прагнення.

Комунікація — термін, яким визначається взаємодія людей у світі.

Конфлікт — ситуація, за якої кожна сторона має позицію, несумісну з позиціями інших.

Любов — почуття глибокої відданості до кого- або чого-небудь.

Маніпуляція — *тут*: приховане управління людиною поза її волею, яке приносить тому, хто його здійснює, певну вигоду.

Мова — система умовних символів, за допомогою яких передається поєднання звуків, що мають для людей певне значення та зміст.

Моральні цінності — моральні зразки й вимоги, що дозволяють визначати людські вчинки як правильні та неправильні, добрі й погані.

Мораль — сукупність норм і принципів, які використовуються людьми в різних життєвих ситуаціях.

Навчання — організована двостороння діяльність, спрямована на засвоєння та усвідомлення навчального матеріалу та подальше застосування сформованих на його основі знань, умінь і навичок на практиці.

Наполегливість — здатність продовжувати розпочату справу, долаючи перешкоди, що виникають.

Настрій — загальний емоційний стан людини.

Наукові знання — знання, які були отримані в результаті наукових досліджень та експериментів або можуть бути перевірені за їхньою допомогою.

Невдача — безуспішне завершення чого-небудь; факт недосягнення людиною поставленої мети.

Невербальне спілкування — форма спілкування, у якій не використовуються слова та інші мовні символи, а інформація передається за допомогою рухів тіла.

Особа — індивід, який виконує різні ролі в суспільстві.

Особистісний розвиток людини — процес позитивних змін під впливом дії зовнішніх і внутрішніх чинників, завдяки якому людина стає щасливою, успішною і самодостатньою одиницею певної суспільної спільноти.

Особистість — характеристика конкретної людини, що включає в себе характер, світогляд, місце та зв'язки в суспільстві.

Патріотизм — особливе емоційне переживання належності до спільноти громадян своєї країни.

Планування життя — створення конкретного плану життя на три, п'ять, десять років і далі, де визначаються цілі людини.

Повага — прихильне ставлення до інших людей, пов'язане з визнанням їхніх заслуг і позитивних якостей.

Почуття — узагальнені людські переживання щодо чогось або когось.

Самооцінка — уявлення людини про себе, власні здібності, значення своєї діяльності для інших, оцінка власних якостей, почуттів, переваг і недоліків.

Самопізнання — спостереження людини за своїми психічними й фізичними особливостями, осмислення самої себе, того, що відбувається впродовж її життя.

Самостійність — здатність самому/самій визначати цілі й досягати їх; здатність вирішувати свої проблеми власними силами.

Світогляд — система поглядів людини на світ та її місце в ньому.

Спілкування — стосунки між людьми, спричинені потребами спільної діяльності, що включають сприйняття та розуміння іншої людини, обмін інформацією та вироблення шляхів спільної взаємодії.

Стереотип — поширені в суспільстві протягом тривалого часу стійкі уявлення про людей, стосунки між ними, навколишній світ, які часто бувають неправдивими. Негативні стереотипи називають упередженнями.

Тактовність — уміння поводити себе відповідно до етикету та етичних норм.

Темперамент — вроджена схильність людини до певного способу реакції на світ та роботи.

Тиск у спілкуванні — ситуація, за якої одна сторона у спілкуванні, долаючи опір іншої, намагається змусити її до чогось.

Унікальність — термін, який використовують для позначення чогось єдиного у своєму роді, виключного.

Успіх — позитивний наслідок діяльності людини в певній сфері; факт вищого досягнення поставленої мети.

Характер — набір індивідуальних рис людини, що проявляються в її ставленні до себе, навколишнього світу та поведінці.

Хобі — узагальнена назва улюблених занять або розваг, до яких люди вдаються у вільний від основної діяльності час.

Цілеспрямованість — прагнення людини досягти визначеної мети.

Чемність — шанобливе, ввічливе ставлення до людей; поведінка людини, у якій проявляються ввічливість та люб'язність.

Чеснота — позитивна моральна якість людини.

Щирість — властивість людини, пов'язана з її прямим, безкорисливим, відвертим вираженням своїх почуттів і думок.

ПЛАНИ-СХЕМИ ДЛЯ РІЗНИХ ФОРМ РОБОТИ

ЯК ПРАЦЮВАТИ З ПАРАГРАФОМ ПІДРУЧНИКА

1. Зверніть увагу на назву параграфа.
2. Ознайомтеся з тим, чого ви зможете досягти, опрацювавши параграф, визначеним у рубриці «Опрацювавши цей параграф, ви зможете».
3. Для попередньої підготовки до роботи з його матеріалом виконайте завдання рубрики «Висловіть свою думку».
4. Прочитайте основний текст параграфа, звертаючи увагу на назви його пунктів. Поверніться до назви параграфа та з'ясуйте, чи розумієте ви її.
5. Ознайомтеся з текстовими доповненнями до параграфа «Зверніть увагу», «Цікаві факти», «Робота з джерелом» тощо.
6. З'ясуйте значення слів і термінів, які вам незрозумілі.
7. Пов'яжіть матеріал параграфа з інформацією, отриманою на уроці.
8. Якщо в тексті є посилання на зміст попередніх параграфів, перегляньте їх.
9. Виконайте завдання, спрямовані на формування навичок на основі тексту параграфа (рубрика «Працюємо разом»).
10. Якщо у вас виникнуть запитання або зацікавленість розглянутими проблемами, зверніться до рекомендованих учителем/учителькою додаткових джерел інформації.

11. Для того щоб переконатися, що ви добре зрозуміли і правильно застосовуєте матеріал, спробуйте своїми словами пояснити назви теми параграфа та його пунктів.
12. У разі виникнення ускладнень поверніться до тексту параграфа, перечитайте незрозумілі фрагменти або параграф загалом. Кращому розумінню тексту сприятиме те, що ви самостійно ставитиме якомога більше запитань до тих фрагментів, які викликають у вас складнощі в розумінні їхнього змісту.
13. Опрацьовуючи текст, пам'ятайте, що він є матеріалом, на основі якого формуються ваші світоглядні уявлення і моральні навички. Ваше невід'ємне право самостійно робити власні висновки за розглянутим матеріалом.
14. Виконайте завдання і підготуйте відповіді на запитання, розташовані наприкінці параграфа, відповідно до наданих учителем/учителькою вказівок.

ЯК ПРАЦЮВАТИ В ПАРІ

1. Оберіть партнера.
2. З'ясуйте зміст завдання, яке вам необхідно виконати. У разі його нерозуміння порадьтеся в парі або зверніться по допомогу до вчителя/вчительки.
3. Опрацюйте матеріал, запропонований для виконання завдання.
4. Обговоріть із партнером свої думки щодо виконання завдання. Не перебивайте одне одного. Не намагайтеся нав'язати свою точку зору партнеру. Якщо ви не розумієте його думку, попросіть її аргументувати або пояснити.
5. За результатами обговорення один із партнерів презентує спільне рішення.

ЯК ПРАЦЮВАТИ В МАЛІЙ ГРУПІ

1. Сформуйте групу та розподіліть повноваження. Виберіть того, хто інформуватиме аудиторію про результати роботи групи.
2. Ознайомтеся із завданням, яке вам необхідно виконати.
3. Відповідно до повноважень, розподілених між членами групи, виконайте завдання. Не забувайте про дотримання толерантності до думок інших і взаємну відповідальність за роботу групи.
4. Ознайомте аудиторію з результатами виконання завдання. За наявності різних точок зору повідомте про них.
5. Заповніть оціночний лист роботи в групі.

Оціночний лист роботи в групі

Кожна позиція оцінюється від 0 до 2 балів.

№ з/п	Критерії оцінювання	Бали
1	Ви брали активну участь у роботі групи	
2	Ви вносили вдалі пропозиції, які врахувала група	
3	Ви надавали підтримку іншим членам групи, заохочуючи їх до роботи	
4	Ви висунули цілком нову ідею, що сподобалася та була оцінена іншими	
5	Ви вдало узагальнювали думки інших і просували роботу групи вперед	
6	Ви доповідали класу про результати групової роботи	

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН РЕЦЕНЗУВАННЯ ВІДПОВІДІ УЧНЯ/УЧЕНИЦІ

Аналізуючи відповідь однокласника/однокласниці, доцільно орієнтуватися на наведені критерії.

1. Повнота і правильність викладу матеріалу.
2. Розуміння головних ідей, уявлень та вміння їх сформулювати.
3. Необхідна образність та емоційність.
4. Використання під час розкриття змісту питання відповідних понять і термінів.
5. Застосування відповідних прикладів та їх доцільність.
6. Послідовність і логічність відповіді — дотримання певного плану викладу питання й обґрунтованість висновків.

ЯК ПІДГОТУВАТИ ПОВІДОМЛЕННЯ (УСНИЙ АБО ПИСЬМОВИЙ ВИСТУП З АРГУМЕНТАЦІЄЮ)

1. Прочитайте в підручнику матеріал, до якого вам необхідно скласти повідомлення/виступ з аргументацією.
2. Складіть орієнтовний план своєї розповіді.
3. Доберіть джерела, за якими ви будете її готувати.
4. Опрацюйте джерела, за потреби внесіть уточнення до орієнтовного плану повідомлення.
5. За планом запишіть зміст повідомлення або його основні положення для усного виступу.
6. Переконайтеся в послідовності логічності й обґрунтованості свого викладу.
7. За доцільності підберіть ілюстративний матеріал, слайди для візуальної демонстрації основних положень повідомлення.

8. Під час представлення повідомлення класу не забувайте про виразність і правильність мови, намагайтеся говорити чітко і зрозуміло.

ЯК ПІДГОТУВАТИ НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЄКТ

Навчальний проєкт — самостійне ґрунтовне вивчення певної проблеми з наступною презентацією (захистом) результатів роботи.

1. Підготовка до роботи над проєктом.
2. Вибір теми.
3. Визначення мети й завдань проєкту.
4. Пошук інформації різними способами.
5. Виконання завдань проєкту.
6. Підготовка до захисту проєкту.
7. Захист проєкту.
8. Аналіз результатів проєктної роботи.

ЯК ПРОВОДИТИ ДИСКУСІЮ

Дискусія — обговорення будь-якого суперечливого питання, проблеми, у процесі якого стикаються різні, часто протилежні точки зору.

1. Під час дискусії дотримуйтеся правил:
   1) Необхідно критикувати ідеї, а не людей, що їх висловлюють.
   2) Мета дискусії полягає не в тому, щоб визначити переможця, а в тому, щоб дійти згоди.
   3) Усі учасники дискусії мають бути залучені до обговорення питань.
   4) Кожна людина має рівні право й можливість висловити свою думку.
   5) Виступи мають відбуватися організовано за дозволом учителя/учительки.

6) Будь-яка точка зору підлягає обговоренню та не може відкидатися без нього.
7) Упродовж дискусії її учасники під впливом фактів та аргументів можуть змінювати свою позицію.
8) Під час дискусії необхідно підбивати проміжні й остаточні підсумки.

2. Перш ніж виступати, чітко визначте, якою є ваша позиція. Переконайтеся, що ви розумієте сутність проблеми.
3. Не перебивайте одне одного.
4. Пам'ятайте, що найкращим способом доказу або спростування є досконала логіка, беззаперечні факти та аргументи.
5. Сперечайтеся чесно й відверто, намагаючись спростувати, а не викривити висловлювання інших людей.
6. Доводячи або спростовуючи думку, висловлюйтеся чітко й зрозуміло.
7. Якщо під час дискусії було доведено хибність вашої позиції, визнайте це.
8. Не використовуйте образливих висловлювань.
9. Завершуючи свій виступ, підбийте підсумки та сформулюйте висновки.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА 3
ВСТУП 5
Розвиваємо моральні навички 13
РОЗДІЛ І. УНІКАЛЬНІСТЬ І НЕПОВТОРНІСТЬ ЛЮДИНИ
§ 1. Як людина стає особистістю 17
§ 2. Цінність людського життя. Гідність людини 26
§ 3. Людські чесноти. Роль світогляду в становленні особистості ... 32
§ 4. Потреби, бажання та інтереси людини 38
Розвиваємо моральні навички 43
РОЗДІЛ ІІ. СПІЛКУВАННЯ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ
§ 5. Що таке спілкування та як воно впливає на здоров'я, безпеку й добробут людини 45
§ 6. Як відбувається спілкування 51
§ 7. Мистецтво спілкування. Особливості та ризики віртуального спілкування 59
§ 8. Агресивність у спілкуванні. Булінг і кібербулінг 66
Розвиваємо моральні навички 73
РОЗДІЛ ІІІ. СВІТ ЛЮДСЬКИХ ЕМОЦІЙ ТА ПОЧУТТІВ
§ 9. Емоції та почуття 79
§ 10. Емоції в житті людини 86
§ 11. Зв'язок між почуттями та вчинками. Патріотизм 91
Розвиваємо моральні навички 94
РОЗДІЛ ІV. ЖИТТЄВИЙ ПОСТУП ЛЮДИНИ
§ 12. Особистісний розвиток людини 97
§ 13. Як люди досягають своїх життєвих цілей 105
§ 14. Успіхи й невдачі в житті людини 113
§ 15. Досвід у житті людини 119
Розвиваємо моральні навички 124
СЛОВНИК 133
ПЛАНИ-СХЕМИ ДЛЯ РІЗНИХ ФОРМ РОБОТИ 137

Етика

підручник для 5 класу закладів загальної середньої освіти

Особливості підручника:

- створює умови для активної діяльності на уроці та свідомої самостійної роботи учнів
- дає змогу втілювати сучасний підхід до навчання через систему компетентнісно орієнтованих завдань

Інтернет-підтримка дозволить:

- здійснити онлайн-тестування
- скористатися додатковими матеріалами

Інтернет-підтримка

за QR-кодом
або посиланням
rnk.com.ua/101503