

УДК 392.3:37.011.3-052:27-426

ТРЕНІНГОВИЙ ПІДХІД У ПІДГОТОВЦІ ДЕСЯТИКЛАСНИКІВ ДО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ

Людмила ГРИДКОВЕЦЬ

Київський Інститут бізнесу та технологій,

Провулок Зоряний 1/5, Київ, Україна

e-mail: grydkovec@gmail.com

Анотація. У статті презентована тренінгова програма для десятикласників з підготовки до сімейного життя. Програма базується з одного боку на потребах підлітків, а з іншого боку – покладена на основу базових цінностей та традицій українського народу. В основі програми лежить повага до кожної людини як дитини своєї сім'ї, свого роду, свого народу. Повага до себе як представника своєї статі з усією системою відповідальності за себе, за близьких та потенційних нащадків.

Abstract. The article presents a training program for the tenths of the preparation for family life. The program is based on two factors. On the one hand, the needs of adolescents, on the other hand, are based on the basic values and traditions of the Ukrainian people. At the heart of the program is the respect for each person as a child of his family, a kind, his people. Respect for yourself as a representative of your gender with the whole system of responsibility for yourself, for close and potential descendants.

Родина – це базова складова повноти людського життя. Засади формування родинної культури особистості лежать у площині базових соціальних сфер її життєдіяльності, зокрема: сім'ї, школи, суспільства. Сучасна програма, що застосовується в межах школи, з підготовки до сімейного життя має не просто задовольняти потреби сучасного підлітка, а ставати ціннісним щитом у його захисті від деструктивних впливів маніпуляційних технологій, забезпечуючи йому розвиток внутрішнього механізму для побудови в майбутньому гармонійної родини.

Водночас, не припустимо викладання даної дисципліни розлученими вчителями, або тими, хто має негативний травмівний терапевтично неперепрацьований досвід стосунків з протилежною статтю. Запропонована нижче тренінгова програма для учнів 10-11 класів з підготовки до сімейного життя дозволяє зробити акцент у виховному процесі учнів саме на розвиток ціннісної компоненти подружніх стосунків, зберігаючи при цьому важливість когнітивного наповнення матеріалу.

Існує певна кількість розроблених програм зі статевого виховання старшокласників (А.Буковинський, Л.Гридковець, В.Кравця, К.Ковальова, Л.Мороз та ін.), проте переважна більшість стратегій даного спектру, що запроваджуються зараз у суспільстві, спрямовані не на формування особистості підлітка, а на сексуальну просвіту із сумнівними ідеологічними парадигмами, спрямованими більше на розбещення дітей, ніж на формування здорової особистості. Особливою деструктивністю таких програм відрізняються програми про-гендерних та про-ЛГБТ-організацій та спільнот, на кшталт ГО «Точка опори», ГО «Гендер Зет», Центр «Наш світ», «Центр

гендерної культури» тощо. Викликають також занепокоєння нові антидискримінаційні вимоги Міністерства Освіти та Науки (№1183 від 31.10.2018 р.), наприклад: «Обов'язковим є використання авторами/-ками підручників термінології, яка відповідає не лише законодавству, але й вимогам, що висуваються групами людей, які об'єднані певними ознаками» [7, с.14], що насправді дає простір для маніпуляцій в психологічній сфері та сфері психосексуальної освіти. З огляду на сказане, проблема статевого виховання набуває особливої актуальності.

Основною метою тренінгової нашої програми є формування підлітка як особистості та представника своєї статі, спроможної до гармонійної взаємодії з іншими людьми як в межах статевого-зорієнтованого, так і особистісного культурного простору на засадах духовно-ціннісного розгортання процесу власного життєтворення, віддалена підготовка до подружнього життя.

Завдання навчально-тренінгової програми з підготовки до сімейного життя:

- розбудова світоглядних позицій духовно-ціннісного простору учнів щодо родинної культурної реальності буття людини;
- засвоєння учнями засобів, компонентів, механізмів та прийомів спілкування, соціальної перцепції у родинному культурному просторі;
- дослідження особливостей формування етнічної ідентичності української нації, актуалізації етнічної ідентичності у дітей на індивідуально-особистісному статево-зорієнтованому рівні;
- культивування поважного ставлення у дітей до чоловічості та жіночості як взаємодоповнюючих парадигм, шлюбу, материнства та батьківства у всіх сферах культурного поля особистості: потребо-мотиваційній, емоційно-почуттєвій, когнітивно-інформативній, поведінково-результативній.

Етно-культурологічний підхід до розуміння психології сучасної сім'ї є не просто вимогою часу, а необхідністю, що забезпечує виживання нації в умовах знецінення не тільки родини, але й людського життя. Презентація та доведення культури нашого народу до всіх його громадян – не є актом насилля над іншими культурами, а становить формуючий компонент поваги як самого корінного населення, так і представників інших етносів до українців як до етносу, народу, нації, сім'ї, особистості.

Навчально-тренінгова програма містить розуміння важливості чотирьох парадигм:

1. Людське життя – це дивовижний дар Творця, природи, батьків;
2. Кожна людина обдарована статевістю і є чоловіком чи жінкою, і саме ця статеві відмінність є покликом до створення подружньої єдності в ім'я любові та народження дітей;
3. Чоловік і дружина - єдине ціле і цілісність стає проявленою у їх взаємному особистісному дарі.

4. В житті буває багато перепон і разом подружжя здатне подолати будь-які з них.

Сутнісне відображення зазначених парадигм передбачає :

- Формування у учнів усвідомлення цінності людського життя.
- Прийняття дитиною краси власної та протилежної статі.
- Усвідомлення учнем важливості суб'єкт-суб'єктної взаємодії як у подружніх стосунках, так і в будь-якій спільноті та при будь-якій комунікації.
- Формування у підлітків навичок адекватного сприймання життєвих подій та ситуацій та конгруентного відреагування на них.

Для ефективності запровадження даного курсу у старшій школі ми пропонуємо забезпечити наступні умови навчально-тренінгового процесу: інформативна дозованість, активація уваги і зацікавленості дитини за рахунок набутих попередньо знань; зміщення акцентів із нормативних цінностей на почуттєво-емоційні духовно-ціннісні переживання, відповідність поданого матеріалу віковим потребам та особливостям розвитку дітей.

Кожна зустріч складається із блоків, що в сукупності мають наступну часово-змістову диференціацію: 30 хв. – 2 міні-лекції; 45 хв. – тренінгові вправи; 15 хв. – групові обговорення. Виключення складають лише зустрічі на яких передбачено перегляд фільмів. Суть запропонованого підходу передбачає активний вплив на особистість учня через активізацію базових рівнів людини - фізичного (тіла), психологічного (душі) та духовного - у проекції комплексної взаємодії традиційного компоненту української ментальності, вимог сучасності та потреб майбутнього.

Зміст навчально-тренінгової програми для учнів 10-х класів представлений в таблиці 1.

Таблиця 1.

Тренінгова програми з підготовки до сімейного життя як складова статевого виховання підлітків

Зміст навчально-тренінгового блоку	Державні вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки учня
<p>Тренінгове заняття 1. Спільнота – як потреба особистості. (2 год.) Види спільнот. Родина – найперша спільнота людини. З чого починається особистість: людство, народ, рід, родина, сім'я. Значення поваги та вдячності своєму народові, роду, родині, сім'ї у становленні особистості.</p> <p>Тренінгове заняття 2. Передумови виникнення сім'ї. (2 год.) Двоє зі свого роду. Дерево життя. Щоб двоє зустрілися, вони мають</p>	<p>Учень Отримує уявлення:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Про соціальну природу особистості. ■ Про базову потребу особистості у спільноті. ■ Про види людських спільнот. ■ Про родину як первинну спільноту людини. ■ Про базові передумови виникнення сім'ї. ■ Про етику соціальної, психологічної та сексуальної взаємодії у подружжі. <p>Розуміє:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Важливість любові для отримання доброго результату у будь-якій справі.

<p>народитися. Цінність кожної людини. Виховання майбутнього чоловіка. Виховання майбутньої дружини.</p> <p>Тренінгове заняття 3. Статеве дозрівання і його значення для майбутнього подружжя. (2 год.) Суть психофізіологічних змін, що відбуваються в організмі хлопця для майбутнього подружжя. Значення змін в організмі дівчини для подружнього життя та народження дітей. Цінність чоловічого і жіночого організму як доповнення одне одного (фізичне, фізіологічне, емоційне). Дошлюбна чистота чи експерименти? Міф під назвою «безпечний секс». Новітні міфи про сексуальність. Початок статевого життя – мовчазне зголошення на народження дитини. Цінність і цілісність мене, як хлопця чи дівчини. Етика між статевої взаємодії.</p> <p>Тренінгове заняття 4. Вибір чоловіка та жінки як свідомий акт та покликання (2 год.) Любов як передумова щасливого подружжя. Закоханість та кохання. Перше кохання – як дар побачити власний потенціал любові. Види любові. Як зрозуміти правильність чи помилковість власного вибору. Супутник і партнер. Як їх відрізнити. Життєві дороги і зустрічі на них. Одиниці, що йдуть з нами та підтримують нас. «Не бійся, іди за мною... Довірся...»</p> <p>Тренінгове заняття 5. Одруження в народній та сучасній традиціях. (2 год.) Особливості сватання на Україні. Обряд заручин. Сутність і глибина традиції Вінчання в Україні. Весільні українські народні традиції. Весілля у різних культурах. Сучасне весілля. Етика міжкультурної взаємодії.</p> <p>Тренінгове заняття 6. Час ділення (2 год.) Почуй мене. Дай шанс зрозуміти тебе Подарунок для своєї сім'ї. Подарунок для родини.</p>	<ul style="list-style-type: none">■ Важливість поваги та вдячності Богові, народу, роду, родині, сім'ї у життєтворенні людини.■ Важливість відповідального та поважного ставлення до себе та близьких.■ Систему взаємодії: вчинок — відповідальність.■ Значення очікування і приготування до важливої життєвої події.■ Значення статевого дозрівання для потенціалу майбутньої сім'ї.■ Прояви статевої соціалізації особистості.■ Ментальні особливості взаємодії юнака та дівчини в дошлюбний період.■ Символіку обрядів одруження на теренах України. <p>Усвідомлює:</p> <ul style="list-style-type: none">■ Прояви пошани до себе, до оточуючих, до батьків, до природи, до Творця.■ Унікальність і неповторність кожної людини.■ Наявність індивідуального біологічного годинника.■ Цілісність тіла, душі та духа.■ Багатство культурно-історичного досвіду України.■ Значення любові у виборі чоловіка та дружини.■ Значення стереотипів у сприйманні образу чоловічості і жіночості. <p>Знає:</p> <ul style="list-style-type: none">■ Про біологічний годинник у людини.■ Про види любові.■ Принципи прояву гармонійної любові (очікування, приготування, стриманість, дарування, пізнання, вдячність).■ Традиційні форми комунікацій між хлопцями і дівчатами українського народу.■ Обрядові особливості сватання, заручин та весілля на українських землях. <p>Визначає: Важливість власного життя для себе, батьків, Творця. Важливість сім'ї, родини, роду в життєтворенні людини.</p> <p>Вміє:</p> <ul style="list-style-type: none">■ Адекватно до ситуації проявляти пошану до себе, до рідних, людей, Бога.■ Пояснити співрозмовнику його неповторності та важливість для народу, родини, Бога.■ Налагоджувати позитивні комунікації з однолітками своєї та протилежної статі.■ Застосовувати навички позитивного спілкування в родині і з друзями.■ Застосовувати отримані знання на практиці. <p>Характеризує: Ознаки цінності людського життя в онтогенезі. Ознаки статевого розвитку та статевої поведінки у хлопців та дівчат.</p> <p>Розрізняє Власні вчинки, вчинки рідних та оточуючих за морально-етичною спрямованістю.</p> <p>Готує</p>
--	--

Подарунки для членів родини. Наочні матеріали для презентацій власної позиції.

Наведемо приклад змістовного наповнення навчально-тренінгової програми.

Тренінгове заняття 1. Спільнота – як потреба особистості.

Коротка суть теоретичних викладів.

Людина є соціальною істотою. Тому без колективу, групи, людських спільностей її особистісний потенціал просто не відбувається. Прикладом є ситуації, коли діти потрапляли в середовище тварин, виховувалися тваринами і по-суті втрачали здатність до відновлення людської поведінки.

Суспільство та спільнота для кожного з нас є не просто зовнішнім середовищем, а стає певною системою становлення взаємозв'язків. Спільнота з одного боку, проявляє індивідуальний потенціал кожної людини, надаючи їй чіткого вектору особистісного розвитку, а з іншого – забезпечує як вільним вибором, так вибором міри відповідальності за власні вибори.

Кожна людина приходить у цей світ не як чистий аркуш паперу, як дитина своєї сім'ї, свого роду, свого народу та людства. Кожна людина несе закодовано у своїх генах весь досвід людства, народу, роду, родини та сім'ї. Тож саме сім'я стає першою соціальною спільнотою в якій формується людина.

На відміну від багатьох народів, в українській мові розрізняється статус сім'ї та родини. Якщо сім'я складається з чоловіка, жінки та їхніх дітей, то родина – це соціальне утворення, спільнота рідних та споріднених осіб, яка повністю або частково включена у спільне: господарювання, проведення часу, опіку над нащадками. Себто до статусу родини входять всі родичі, що підтримують активні комунікативні зв'язки в процесі життєдіяльності.

Навіть коли дитина виховується рідними бабусею та дідусем замість батьків, первинний фактор формування глибинних образів належить батьківській сім'ї (і конструктивних, і негативних). І залежно від причини окремого проживання (смерть, відмова, відсторонення, вимушене відсторонення пов'язане з хворобою) у дітей формуються образи їх прийняття чи відкидання. При цьому на соціальному рівні більш значущими стають дідусь та бабуся, що визначають стратегію засвоєння соціальних норм і правил. Якщо останнє підкріплюється позитивним комунікативним досвідом з дитиною, їм відводиться функція батьків-всиновителів.

Натомість родичі – це більш розширена соціальна спільнота об'єднання спільним генетичним корінням. Рід включає систему кровної спорідненості представників (родичів) багатьох поколінь.

Вікіпедія дає наступне визначення: «Родина (антропологія) — соціальна група, яка складається з чоловіка та жінки, які зазвичай перебувають у шлюбі, їхніх дітей (власних або прийомних) та інших осіб, поєднаних родинними зв'язками з подружжям, кровних родичів, і здійснює свою життєдіяльність на основі спільного економічного, побутового,

морально-психологічного укладу, взаємної відповідальності, виховання дітей» [5].

Значення родинного простору відзеркалене у народних прислів'ях та приказках, наприклад:

- Як багато родичів, то або сім раз пообідав, або ні разу не їв.
- Обідала чи й не обідала, аби рід відвідала.
- Хата з дітьми - базар, а без них - кладовище.
- Сім'я міцна - горе плаче!
- Нащо клад, коли в родині лад та ін.
- Три друга: батько, мати та вірна жінка. Чоловік та жінка - одна спілка.
- Не навчив батько - не навчить і дядько.
- Була б моя бабуся — нікого не боюся.
- Нема діда, нема хліба; нема хліба, нема й очинашу.
- Сонце заходить — старим радість.
- У кого є дід, у того є й хліб.
- Старий стару хвалить, що добрий
- Баба без діда, як борщ без хліба.
- Бабу гріє не кожух, бабу гріє теплий дух.

Кожен з нас - не перекоти поле, Людина, яка має своє коріння. Подібно до дерева, якщо це коріння від'єднати, то дерево зачахне... Так саме відбувається і з людиною. Кожен з нас несе в собі гідність своєї сім'ї, свого роду та свого народу. І навіть якщо щось в нашому роді чи сім'ї відбувається не так, головна функція – «передати життя» була ним виконана. Кожен із нас має багато різних талантів, але мало хто знає про те, що ці таланти – це є накопичений досвід цілого роду, який з покоління в покоління передавав напрацьований досвід, який дійшов до нас у вигляді задатків. А от чим стануть ці задатки залежить від кожного з нас.

Тренінгові вправи

1. Рольова гра: Я – дитина свого народу.

Методом мозкового штурму визначаєте 5 найбільш цінних ментальних рис народу (чи народів) до якого (яких) належать учні. Всі риси фіксуються на дошці. Після чого пропонується учням розподілити ці риси в якості ролей. Потім по черзі кожен учень стає і опирається спиною на визначені ментальні риси, що відтворюють однокласники. При цьому слід при цьому на своїх відчуттях. Обговорення відбувається в цілому у тренінговій групі.

2. Візьміть аркуш, подумайте і запишіть, які таланти ви взяли від свого роду. Які були риси характеру ваших предків про які розповідали вам рідні, і які були в них вміння? Які вміння ви набули від своїх батьків?

При обговоренні в групі зосередитися на питаннях:

- Що для мене бути дитиною свого роду
- Яка найцінніша для мене риса, яку я спостерігав (спостерігала) у своїх рідних і хотів (хотіла) б мати і передати це своїм нащадкам.

Тренінгове заняття 2. Передумови виникнення сім'ї.

Коротка суть теоретичних викладів.

1. Коли ми дивимося на щасливу пару рідко думаємо про те, що для того, щоб ці двоє зустрілися вони мали б народитися. А народитися вони могли б лише у своїх батьків, які також могли народитися тільки у своїх конкретних батьків і т.д. То ж в зустрічі з коханою людиною мають свою частку ті, через яких дійшло життя до коханого чи коханої, і зокрема його чи її батьки. Вони виховували, дарували свою любов, час, кошти і були одним з найважливіших спільнот кожного із закоханих.

У найдавнішій книзі людства – Біблії, ми можемо прочитати про те, що людина є найвеличнішим створінням Бога. «Створімо людину на наш образ і нашу подобу, і нехай вона панує над рибою морською, над птаством небесним, над скотиною, над усіма дикими звірами й над усіма плазунами, що повзають на землі. І створив Бог людину на свій образ, на Божий образ створив її; чоловіком і жінкою створив їх» [9; Бут 1, 26-27]. Ми бачимо, що образ Творця – це також є образ люблячого батька, який творить конкретно чоловіка і конкретно жінку. Так само і наші батьки не просто народжують хлопчика чи дівчинку, а формують своїх дітей як чоловіка та жінку. Є чудова українська народна приказка: «Виховуй свого сина так ніби він мав би одружитися на твоїй донці, виховуй свою доньку так – ніби вона б мала одружитися на твоєму синові». Творець задумав різницю між чоловіком та жінкою не для того, щоб виникали конфлікти й суперництво, а для того, щоб вони доповнювали одне одного, взаємно собі допомагаючи.

Тренінгові вправи

1. Методом мозкового штурму визначаємо, які риси важливі для чоловіка і які риси важливі для жінки. А потім спільно з групою аналізуємо, які із визначених рис є стереотипами, а які мають об'єктивні біологічні та соціальні підстави.

2. Рольова гра. Група ділиться у відповідності до статі. Кожна підгрупа визначає по 2 найважливіші чоловічі та жіночі риси. Кожен учасник групи по черзі опирається на спільно визначені дві риси, які представляють інші учасники групи.

При обговоренні в групі зосередитися на питаннях:

- Наскільки для мене особисто важлива наявність цих рис в мені.
- Що я можу зробити, щоб розвинути ці риси

Тренінгове заняття 3. Статеве дозрівання і його значення для майбутнього подружжя

Коротка суть теоретичних інтерактивних викладів.

Дівчинка, дівчина, жінка – все це етапи становлення кожної неповторної особистості, народженої під знаком жіночості. Подібно до того, як хлопчик-юнак-чоловік є етапами становлення чоловічості.

Кожна жінка схожа на квіточку, яка проходить три стадії зростання:

1) проростання – маленька дівчинка, ніби юна квітка, що тільки випустила перші зелені листочки, омиті талими водами, завжди мило вабить око своєю ніжною весняною вродою, а ще — стає символом надії;

2) випускання бутонів – це етап дівчості, етап коли дівчинка перетворюється у дівчину, етап, коли квітка випускає на світ свої перші бутони. Вони ще не розкрилися, але за замкненим зеленим покривалом квіткової чашечки можна вже розгледіти колір і майбутню красу цього невеличкого Божого дива;

3) розквіт – стадія, коли дівчина перетворюється у жінку. Бутони розкриваються і наповнюють своїм ароматом все довкілля. Квіти ваблять око витонченістю і вишуканістю. Та неможливо отримати гарну квітку, якщо передчасно розкрити пелюстки. Тоді ніколи не почувеш дивовижного аромату, а пелюстки так і залишаться слабкими та кволими, неспроможними подарувати світові істинної краси дівочої вроди.

Всі процеси, що відбуваються в утробі зрілої жінки спрямовані на зародження нового життя. Весь процес функціонування жіночого організму можна представити в доступних уяві образах.

Жіноча матка – це затишна хатинка для дитини. Ця хатинка завжди чекає на малючка, що є злиттям двох частин чоловічої-сперматозоїда і жіночої – яйцеклітини. Саме таке злиття супроводжується утворенням нового неповторного життя, нової неповторної людини, яка хоча і несе в собі часточки від обох батьків, завжди залишається абсолютно новим утворенням.

Майже місяць матка проводить в очікуванні зародження дитини. Та коли з'ясовується, що зачаття не відбулося, вона починає тихо «плакати» червоними краплинами кров'яних сліз. Її сльози за суттю вельми схожі на сльози людини: вона не відчуває болі, але має трохи суму. Так сумуючи кілька днів, вона заспокоюється і знову проводить час в очікуванні на нове життя.

По аналогії з жіночим організмом необхідно дати образне уявлення про перебіг процесу в чоловічому організмі, після чого перейти до більш наукової деталізації процесів в жіночому та чоловічому організмі з акцентом на відповідальності за пряму реалізацію власної сексуальності.

Тренінгове заняття 4. Вибір чоловіка та жінки як свідомий акт та покликання

Суть теоретичних інтерактивних викладів.

Ми створені на «образ і подобу Бога», а Бог є Любов! Це означає, що ми також є образом Любові. Не можна примусити любити іншу людину, але можна розпізнати любов, можна її відкрити у своєму серці. В пізнанні любові ми зростаємо, вчимося піклуватися про іншого, вчимося жертвувати. Виділяють наступні почуття: перше кохання, романтичне кохання, зріла любов.

Перше кохання – це дивовижне переживання, яке ще далеке від зрілої любові і можливо ніколи нею не стане. Але воно відкриває потенціал здатності до любові.

Романтичне кохання – це різновид почуттів, що спрямовані на об'єкт, який піднесений до рівня ідеалу. Почуття значною мірою домінують над розумом. Цей вид любові, зазвичай, переживається в підлітковому та юнацькому віці. Більшість людей і проходять через період поклоніння та романтико-еротичного захоплення відомими артистами та співаками. Звісно, романтична любов може виникнути і у зрілому віці, але, і в такому випадку, вона характеризується недосяжністю об'єкта зітхання.

Зріле кохання – це вид любові, що характеризується вдалим поєднанням глибокого емоційного зв'язку та статевої посвяти, що надає взаєминам двох осіб максимальної близькості, інтимності та задоволення. Проте, розрізняють декілька видів даного виду любові:

Кохання-ерос – сильне почуття, прагнення повного фізичного володіння, *кохання-пристрассть*. Не зважаючи на потужну емоційність, це кохання має свої небезпечні наслідки. Еротичне почуття, що лежить в основі цього виду любові, настільки поглинає людину, що вона часто повністю потрапляє в залежність від сексуальних переживань, пов'язаних з близькістю конкретного партнера. Такого роду залежність можна порівняти з наркотичною чи алкогольною. Практика свідчить, що позбутися останніх далеко не просто. Шлюб або спільне проживання, побудовані на цьому виді стосунків, мають нестабільний характер. Людина ніби опиняється в зачиненому просторі: з одного боку постійне негативне емоційне переживання, пов'язане з численними непорозуміннями та скандалами, де можливе навіть фізичне насильство, а з іншого – неспроможність відмовитися від партнера, від тих сексуальних переживань, які він забезпечує.

Кохання-сторге – спокійне, тепле, безпристрасне, надійне кохання-дружба, в якому сексуальний потяг вторинний, а на першому місці стоїть дружнє ставлення, емоційна близькість, глибоке проникнення в інтереси об'єкта кохання. Найчастіше цей вид кохання зустрічається в родинних побудованих на засадах ніжності, любові та взаєморозуміння, але з порушенням сексуальним компонентом спілкування. Порушення могло виникнути внаслідок отриманих травм, через втрату здоров'я (як в цілому, так і при ушкодженні окремих органів, пов'язаних з нормальним функціонуванням сексуальної сфери людини). Природній вияв цієї любові ми можемо спостерегти в гармонійній подружній парі похилого віку, де, хоча і погас вогник еротичного бажання, збереглася ніжність, любов, прагнення дарувати та вдячність за дарування.

Кохання-прагма – розсудливе кохання, у якому почуття легко піддаються свідомому контролю. Людина, яка живе за законами кохання-прагми, зазвичай стверджує: “Я люблю свою родину, але робота – понад усе”. Любов-прагме має компенсаторний характер, забезпечує людині лише

успішні соціальні ролі. З одного боку, особа частково позбувається відчуття самотності (саме частково, бо позбувається лише поверхневої самотності), з іншого – створює імідж стабільної людини, родинний стан якої відповідає усім соціальним нормам суспільства.

Кохання-людус – гедоністичне кохання-гра, яке досить легко допускає можливість зради. Розлучення при таких стосунках частіше є закономірністю ніж випадком. Образно цей вид стосунків схожий на функціонування збірної по футболу. Де гравці-партнери зібралися для спільної гри, але при необхідності та бажанні повертаються до своїх первинних команд. Під час виступу “збірної”, намагаються зарекомендувати себе з кращого боку в надії, що їх помітять та дорожче викуплять.

Кохання-манія – ірраціональне кохання з ознаками залежної поведінки. Невід'ємна складова цього виду почуттів – безпідставні ревності, що набувають патологічного вигляду. Спостерігається знецінення людини, як особистості. Об'єкт любові перетворюється в надзвичайно коштовну, але, все ж таки, річ свого господаря. В цій ситуації немає переможця та переможеного, бо обидва партнери стають жертвами цієї патологічної залежності. Один страждає від подавлення свого Я, інший – від постійного нав'язливого страху втратити найкоштовнішої власності.

Кохання-агапе – кохання-самовіддача, почуття, в якому органічно злиті ерос і сторге. Саме таке кохання здатне стати основою тривалих міцних і гармонійних подружніх стосунків. Кохання-агапе живиться прагненням дарувати себе, жертвувати себе іншій неповторній особистості. Воно подібне до вінка, що сплетений з численних квітів та запашних трав. Цей вінок любові наповнений пахощами еротичного, духовного дару, усіяний росами емоційної близькості, де головним мотивом єднання виступає потреба дарувати себе саме цій конкретній індивідуальності.

З усього ряду описаних видів кохання, справжнім коханням є лише кохання-агапе. Все інше давно відоме під такими назвами: хтивість, звичка, поблажливість, співжиття.

Говорячи про справжнє кохання, не можна оминати Біблію. В гімні про любов читаємо: “Коли я говорю мовами людськими й ангельськими, та любові не маю, – то стаю я, як та мідь дзвінка або бубон гудучий! І коли маю дар пророкувати, і знаю всі таємниці й усе знання, і коли маю всю віру, щоб навіть гори переставляти, та любові не маю, – то я ніщо! ...

Любов довго терпить, милосердствує, не заздрить, не величається, не вивищується, не поводитья нечемно, не шукає тільки свого, не рветься до гніву, не думає лихого, не радіє з неправди, але тішиться правдою, усе зносить, вірить, сподівається, терпить!

Любов ніколи не переминає! Хоч пророцтва й існують, та припиняться, хоч мови існують, – замовкнуть, хоч існує знання, – та скасується.» [9; 1 Кор., 13, 1-8].

І ми цілком поділяємо думку психолога Л.Орлової, що вважає: “Здатність любити – це не дар природи. Це результат виховання, способу

життя дитини в сім'ї. Там, де існує любов, виростає людина, здатна любити” [3].

Вчитися кохати – це вчитися жертвувати, бо любов – це жертва, жертва, яка приносить задоволення. Погордість (вивищення) – головна руйнівна сила цього почуття. Щоб навчитися по-справжньому кохати – навчіться панувати над своєю пихою. Щодо цього дуже гарно сказав всесвітньо відомий доктор психології Джон Пауелл: «Любов – це постійна готовність давати оточуючим істинне благо, розуміти їхні потреби, безкорисливо служити їм своєю працею, не зупиняючись перед труднощами та, можливо, небезпеками. Разом з тим полюбити іншого – це значить піти на ризик, ризик відкритися іншому та бути відкинутим. Цього ризику неможливо уникнути, так як неможливо повною мірою дати іншому істинне благо без глибокого внутрішнього контакту з ним, бо ж без такого контакту, скоріше за все, і не побачиш того, що вони потребують насправді. І йти на цей ризик все-таки мудріше, ніж продовжувати жалюгідне існування, прикриваючись стінами, масками, соціальними ролями та взаємодіючи з людьми лише на поверхні душевного життя. Хто не боїться відкрити себе людям, врешті-решт виграє, набуваючи зрілості – інтелектуальної, емоційної, моральної та соціальної.» [8].

Інтерактивне обговорення кожного сегменту поданого матеріалу.

Тренінгове заняття 5. Одруження в народній та сучасній традиціях. *Суть теоретичних інтерактивних викладів.*

В основі української родини лежить егалітарне ставлення чоловіка та жінки один до одного. Якщо звернемося до історії, то побачимо, що українська жінка «була повноправним членом громади, про охорону якого з боку фізичного, морального та матеріального закон дбав так само, як і про чоловіка; товариш, а не рабиня в подружньому житті, іноді ніжна і чула, іноді грубо матеріальна, захоплена релігійними, науковими та іншими течіями або цілком віддана піклуванню про свою красу й розваги, врешті, злочинна, але завжди самостійна, яскрава індивідуальність, з власною волею, яка може вести однаково і до доброго, і до лихого, але ніколи не буває пригнічена та знищена, як у жінки-росіянки» [1, с.41].

Яскравим доказом споконвічної рівноправності української жінки в родині може стати обряд сватання. На відміну від російської дівчини, наша землячка мала право не тільки відмовити сватам, але й самостійно, зі згоди батьків, запрошувати їх. «Дівчина сама приходила до жениха і, зайшовши в хату, говорила: «Просили дедя і неня, і я прошу, щоби-сте були ласкаві нині увечері прийшли на «слово»». Батьки зі старостами вирушали до молодої, несучи з собою хліб, курку й горілку.» [4; с.25]. Цей приклад свідчить про важливе місце дівчини в обряді сватання. Також відома традиція, за якою в знак незгоди на шлюб, дівчина, навіть наступного дня, могла віднести хліб додому нареченому. Крім того, на Україні було відоме таке унікальне для інших народів явище, як жіноче сватання.

Чому на українських землях жінка завжди займала особливе положення та мала особливе ставлення до себе? Відповідь слід шукати в історичному та релігійному досвіді нашого народу. Земля на якій постала українська держава є тереном перехрещування культурних впливів Сходу та Заходу. При цьому велике значення в світоглядній ментальності наших предків завжди відігравала релігія, яка спонукала до збереження в українців самобутньої системи емоційно-образних уявлень і переживань, норм людської поведінки та буття.

У кіммерійців, які населяли наші простори в IX^{3/4}VII ст. до н.е., побутував культ Богині-матері, що стало відлунням релігійного культу дотрипільської та трипільської доби» [6, с.35]. Археологічні розкопки дають нам відомості про те, що вже в ту епоху зароджувався культ Роду та Рожаниць, який набув поширення у дохристиянських віруваннях східних слов'ян. Вірування наступних мешканців наших територій - сарматів мало чим відрізнялося від скіфів. Асимілюючись сармати, скіфи та сусідні фракійські племена, що в I тис.н.е. переселялися до Подніпров'я та Побужжя брали участь у формуванні Черняхівської культури. Від фракійців наші предки запозичили поклоніння богині весни, веселошів та кохання ^{3/4} Ладі. «Ладо і Лада були символами вірного подружжя. В жіночій формі Лада ^{3/4} символ жінки, коханки, а в чоловічій ^{3/4} вірного чоловіка, коханця.» [6, с.42]. Ще й досі закохані з ніжністю називають одне одного “ладо”.

У першому тисячоріччя нашої ери відбулося достатньо велике переселення народів, що призвело до впливу на культурне буття наших пращурів із боку германських, тюркських, фінно-угорських племен, а також гунів, болгар, хозарів та ін. Поступово і християнське вчення проникає у світогляд слов'ян. На момент офіційного хрещення Русі, держава мала тісні контакти з усім християнським світом, що, безумовно, відбилося на її культурному просторі.

Важкі випробування випали на долю нашому народу. Можливо саме вони і стали причиною збереження давніх традицій. У добу козацтва, коли жінка залишалася одна з дітьми, доки чоловік був на Січі, саме вона була для малечі і батьком, і матір'ю, і оборонцем, і охоронцем. Нерідко траплялися випадки, коли жінки зі зброєю в руках захищали власні домівки від татар та інших небажаних “гостей”. Тож історичні, релігійні та культурні фактори стали причиною того, що в Україні і чоловік і жінка завжди займали рівновартісне положення за своєю значимістю та статусом, попри різні господарчі функції та обов'язки. Проте ця рівність не була наслідком якомось здобутку, вона виховувалася у дітей ще з малечку, як невід'ємна складова культури нашого народу. В традиційно українській егалітарній родині чоловік завжди дослуховувався до жінки, а жінка ніколи не давала приводу йому сумніватися в його чоловічій силі та гідності.

Весь процес одруження складається з декілька етапів: сватання, заручини (обрядове затвердження згоди на шлюб), передшлюбні традиції та сам шлюб, що як правило поєднується зі Святим Таїнство Вінчання. Всі

етапи мають багату обрядовість і потребують наочного розгляду у відеоматеріалах.

Інерактивне обговорення кожного сегменту поданого матеріалу

Тренінгове заняття 6. Час ділення

Коротка суть теоретичних інтерактивних викладів.

Щасливим є не те подружжя, в житті якого відсутні конфлікти, а те, яке здатне гідно долати їх, піднімаючись кожного разу на новий щабель взаєморозуміння та дарування себе. Тому основним для успішної взаємодії є: поважне ставлення до себе, поважне ставлення до своєї половини, вміння конгруентно казати «так» і «ні», а також - набуття здатності чоловіком та жінкою слухати і чути, дивитися і бачити, говорити про підтримку і реально підтримувати.

Комунікативна функція стосунків між чоловіком та жінкою забезпечує розвиток психологічної, духовної та соціальної взаємодії в сім'ї. Розглядаючи дану тему слід особливу увагу приділити як внутрішнім переживання людини в процесі комунікації, так і зовнішнім їх проявам. Важливо також дати тинейджерам базові знання щодо вербальної та невербальної комунікації. Допомогти опанувати базовими навичками розпізнавання емоцій.

Тренінгові вправи

1. *Рольова-гра*, мета якої – набуття навичок знаходити вихід із конфліктних ситуацій. Пропонуємо учня поділитися на пари. Використовуючи міміку і жести слід відтворити ситуацію між особою комунікації юнака та дівчини в якій: А – юнак хоче піти на ... (футбол, скачки, в похід з друзями тощо), Б – його дівчина хоче піти на ... (балет, концерт, шопінг тощо).

При обговоренні в групі зосередитися на питаннях:

- Наскільки було легко порозумітися в ситуації?
- Що саме допомагало/заважало зрозуміти один одного?

2. Пропонуємо учням висловити свої враження від тренінгу на стікерах та приклеїти їх на закріплені аркуші. На жовтому стікері слід написати ті найважливіші моменти, які учасники особисто винесли з тренінгу, які вони бажають забрати з собою та використовувати у своєму житті. Свої відповіді учні розміщують на малюнку із зображенням соняшника. Червоний стікер у формі зірочки призначений для того, щоб учасники фіксували мрію, яка зародилась в них, здійснити яку вони прагнуть. (Прикріпити над соняшником у небі). На синьому листочку, вирізаному у формі хмаринки, пишеться про те, над чим необхідно, на думку учасника, йому попрацювати. Сині листочки учні прикріплюють над соняшником у небі.

Зворотній зв'язок відбувається за методикою групового консультування.

Програма пройшла успішну апробацію у школах Києво-Святошинського району Київської області. Вона сприяла формуванню у підлітків усвідомлення власної цінності як особистості, цінності родини в якій ця особистість проявляється, ціннісних засад розвитку власної відповідальності за своє життя і за життя тих, кому внутрішнє чи зовнішнє присягається на вірність і любов, проживання етичних принципів дошлюбних стосунків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Мірза-Авакянц Українська жінка в ХУІ-ХУІІ ст. – Полтава: Печатне Діло, 1920. 41 с.
2. Гридковець Л.М., Корнєєнкова Н.А. Підготовка до сімейного життя : в концепції статевого виховання старшокласників/ Л.М.Гридковець, Н.А.Корнєєнкова, під ред. Л.М.Гридковець .- К.: Талком, 2018. – 52 с.
3. Богданович Л.А. Пробуждение чувств. Юность: твой большой мир. – М.: Московский рабочий, 1979.
4. Борисенко В.К. Весільні звичаї та обряди на Україні. – К.: Наукова думка, 1988.
5. Вікіпедія: вільна енциклопедія. – [електронний ресурс] .- <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0>
6. Історія релігії в Україні: навчальний посібник /за ред. А.М.Колодного і П.Л.Яроцького. - К.: “Знання”, 1999.
7. Наказ МОН від 31.10.2018 №1183 «Про затвердження Інструктивно-методичних матеріалів для проведення експертами експертиз електронних версій проєктів підручників» <https://imzo.gov.ua/2018/11/01/nakaz-mon-vid-31-10-2018-1183-zatverdzhennia-instruktyvno-metodychnykh-materialiv-dlia-provedennia-ekspertamy-ekspertyz-elektronnykh-versi-proektiv-pidruchnykh/>
8. Пауелл Дж. Полнота человеческой жизни/ Дж.Пауелл. – М.: Дом Марии, 1993.
9. Святе Письмо Старого та Нового завіту/пер.І.Хоменка. – Л.: Місіонер, 2007.

REFERENCES

1. Mirza-Avakians Ukrainiska zhinka v KhUI-KhUII st. – Poltava: Pечатne Dilo, 1920. 41 s.
2. Hrydkovets L.M., Kornieienkova N.A. Pidhotovka do simeinoho zhyttia : v kontseptsii statevoho vykhovannia starshoklasnykiv/ L.M.Hrydkovets, N.A.Kornieienkova, pid red. L.M.Hrydkovets .- K.: Talkom, 2018. – 52 s.
3. Bohdanovych L.A. Probuzhdenye chuvstv. Yunost: tvoi bolshoi myr. – M.: Moskovskiy rabochiy, 1979.
4. Borysenko V.K. Vesilni zvychai ta obriady na Ukraini. – K.: Naukova dumka, 1988.
5. Vikipediia: vilna entsyklopediia. – [elektronnyi resurs] .- <https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%A0%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BD%D0%B0>
6. Istoriiia religii v Ukraini: navchalnyi posibnyk /za red.A.M.Kolodnoho i P.L.Iarotskoho. - K.: “Znannia”, 1999.
7. Nakaz MON vid 31.10.2018 №1183 «Pro zatverdzhennia Instruktyvno-metodychnykh materialiv dlia provedennia ekspertamy ekspertyz elektronnykh versii proektiv pidruchnykh». <https://imzo.gov.ua/2018/11/01/nakaz-mon-vid-31-10-2018-1183-zatverdzhennia-instruktyvno-metodychnykh-materialiv-dlia-provedennia-ekspertamy-ekspertyz-elektronnykh-versi-proektiv-pidruchnykh/>
8. Pauell D. Polnota chelovecheskoi zhyzny. – M.: Dom Maryy, 1993.
9. Sviate Pysmo Staroho ta Novoho zavitu/1 Kor., 13, 1-8. – L.: Misioner, 2007.

Дата надходження до редакції: 03.12. 2018