

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
МІСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА імені О. М. БЕКЕТОВА

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до проведення практичних занять
із навчальної дисципліни

**«СУПРОВІД ІНТЕГРАЦІЇ НЕРЕЗИДЕНТІВ
У ЄВРОПЕЙСЬКИЙ МЕГАПОЛІС»**

(для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної і заочної форм навчання зі спеціальності 053 – Психологія, освітньо-професійна програма «Психологія. Соціально-психологічний супровід у мегаполісі»)

Харків
ХНУМГ імені О. М. Бекетова
2024

Методичні рекомендації до проведення практичних занять із навчальної дисципліни «Супровід інтеграції нерезидентів у європейський мегаполіс» (для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної і заочної форм навчання зі спеціальності 053 – Психологія, освітньо-професійна програма «Психологія. Соціально-психологічний супровід у мегаполісі» / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О. М. Бекетова ; уклад. О. О. Долгопол. – Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2024. – 44 с.

Укладач доц. О. О. Долгопол

Рецензент

О. О. Жигло, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології, педагогіки та мовної підготовки Харківського національного університету міського господарства імені О. М. Бекетова

*Рекомендовано кафедрою психології, педагогіки та мовної підготовки,
протокол № 12 від 16 травня 2024 р.*

ЗМІСТ

Вступ.....	4
Змістовий модуль 1.....	5
Тема 1.1 Основні категорії дисципліни: адаптація, інтеграція, індивідуалізація	5
Тема 1.2 Зміни якісного і кількісного складу населення мегаполісів під впливом міграційних процесів	6
Тема 1.3 Характеристика горизонтального та вертикального зрізів соціального простору як теоретичної моделі структурування суспільства.....	12
Тема 1.4 Роль психолога в переживанні наслідків сегрегації	13
Тема 1.5 Організація роботи психолога щодо вирішення проблем, пов'язаних з соціалізацією нерезидентів	14
Змістовий модуль 2.....	15
Тема 2.1 Диференціація європейських країн за рівнем сприйняття нерезидентів у різних сферах суспільного життя.....	15
Тема 2.2 . Моделі соціокультурної адаптації мігрантів за формами Р. Мертоні і О. Донченко.....	17
Тема 2.3 Проблеми адаптації представників іноземної учнівської та студентської молоді, підприємців, працівників дипломатичних служб та ін. в український простір мегаполісу	18
Тема 2.4 Робота психологічної служби з нерезидентами з України за кордоном: досвід, проблеми, методики.....	21
Тема 2.5 Роль діаспори як осередку збереження національної, культурної ідентичності.....	28
Тема 2.6 Психолого-педагогічний супровід різних за метою перебування груп нерезидентів	28
Тема 2.7 Робота психолога з надання психологічної допомоги нерезидентам у кризових ситуаціях	31
Змістовий модуль 3.....	32
Тема 3.1 Формування компетентностей, спрямованих на забезпечення вміння взаємодіяти в чужому соціумі	32
Тема 3.2 Прояви міжкультурної комунікації	35
Тема 3.3 Психологічна допомога у подоланні мовного бар'єру	37
Тема 3.4 Участь психолога в заходах щодо подолання «культурного шоку» та «культурної дистанції».....	39
Список рекомендованих джерел	42

ВСТУП

Пропоновані методичні рекомендації призначені для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної і заочної форм навчання зі спеціальності 053 – Психологія, освітньо-професійної програми «Психологія. Соціально-психологічний супровід у мегаполісі», які вивчають курс «Супровід інтеграції нерезидентів у європейській мегаполіс».

Їхня мета – допомогти студентам здобути навички практичного застосування теоретичних знань, отриманих під час лекційних занять.

Методичні рекомендації складаються з 16 тем (32 академічні години), що відповідають змісту робочої програми навчальної дисципліни, і містять навчальні матеріали щодо основних понять і термінів, що охоплює відповідний курс. Методичні рекомендації також включають ситуаційні практичні завдання, які допоможуть майбутнім психологам у консультуванні нерезидентів.

Виконання поданих завдань допоможе студентам дізнатися більше про специфіку консультування таких категорій населення, яке за визначенням є нерезидентами.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1

ТЕМА 1.1 ОСНОВНІ КАТЕГОРІЇ ДИСЦИПЛІНИ: АДАПТАЦІЯ, ІНТЕГРАЦІЯ, ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ

Завдання 1. За словником української мови, розміщеним за посиланням: URL: <https://sum.in.ua/>, з'ясуйте і запишіть значення понять-термінів метрополіс / мегаполіс, адаптація, інтеграція, урбанізація, конурбація, мігрант, резидент –нерезидент.

Завдання 2. Установіть різницю між поняттями імміграція та еміграція. Запишіть можливі причини імміграції та еміграції в сучасному світі.

Завдання 3. Ознайомтеся зі змістом притчі «Найважливіші речі» та надайте відповідь на запитання.

Один юнак постійно непокоївся з приводу свого життя і майбутнього. Якось, гуляючи берегом моря, зустрів він мудрого старця.

– Що тебе тривожить, юначе? – запитав старець.

– Здається, я не можу збагнути, що в житті для мене найважливіше, – відповів юнак.

– Це дуже просто, – сказав старець. Він підняв із землі порожнього глечика і почав заповнювати його камінням завбільшки з кулак.

Заповнивши глечик по вінця, запитав:

– Цей глечик повний, чи не так?

– Так, – погодився юнак.

Старець мовчки кивнув, узяв жменю дрібних камінців, кинув їх у глечик і злегка потрусив. Камінці заповнили пустоти між великим камінням. Він усміхнувся і запитав:

– А тепер глечик повний? Юнак ствердно кивнув. Тоді старець узяв пригорщу піску і висипав його у глечик. Пісок заповнив пустоти, що залишилися.

– Ось відповідь на твоє запитання, – сказав старець. – Велике каміння – це найважливіші речі в житті: родина, кохана людина, твій духовний розвиток, мудрість. Якщо втратиш усе, крім цього, твоє життя все одно буде повним. Він хвильку помовчав, а відтак мовив:

– Дрібні камінці – це також важливі для тебе речі: робота, дім, матеріальний добробут. А пісок – дрібниці, які насправді не мають жодного значення.

Юнак слухав дуже уважно, і старець продовжив:

– Деякі люди роблять помилку. Вони спочатку засипають у глечик пісок, і в ньому не лишається місця для каміння. Так і в житті. Якщо витратити сили на дрібні й незначущі речі, у ньому не буде місця для найважливіших цінностей. Тому передусім подбай про велике каміння, не забувай і про дрібне. А пісок хвилі життя самі наб'ють у проміжки між ними.

Питання за змістом притчі «Найважливіші речі»:

Яким чином зміст притчі стосується теми міграції?

Яких життєвих цінностей, схожих на велике каміння, має дотримуватись нерезидент, який покинув батьківщину і намагається адаптуватися до нових умов іншої країни?

На вашу думку, чи змінюється «кошик життєвих цінностей» нерезидентів у залежності від певного етапу життя, соціального статусу, релігійних поглядів тощо?

Завдання 4. Поміркуйте, у яких проблемних ситуаціях доцільно скористатися такими основними прийомами і техніками надання психологічної допомоги:

- а) техніка «Написання листа одне одному»;
- б) техніка «Стіл переговорів»;
- в) техніка «Сімейні наради»;
- г) метод «Я-висловлювань»;
- д) навчання методів саморегуляції (антистресове дихання, аутогенне тренування, медитація, йога, релаксація, візуалізація ресурсного стану, кінезіологічний комплекс);
- е) робота з цінностями?

ТЕМА 1.2 ЗМІНИ ЯКІСНОГО І КІЛЬКІСНОГО СКЛАДУ НАСЕЛЕННЯ МЕГАПОЛІСІВ ПІД ВПЛИВОМ МІГРАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ

Завдання 1. Поміркуйте над ситуаціями і висловіть свою думку з приводу їх вирішення.

Ситуація 1. До вчителя української школи звернувся батько хлопчика з сім'ї іммігрантів з Афганістану зі скаргою на те, що в межах предмету «Етика» під час вивчення теми «Сім'я у релігійних традиціях народів світу» вчитель висміював традиції полігамії та моногамії в мусульманських сім'ях, а інститут сім'ї у східних релігіях (даосизм, конфуціанство, індуїзм, буддизм) називав недосконалим у порівнянні з європейськими християнськими. Що порадите вчителю, щоб вичерпати цей конфлікт? На які тези має орієнтуватися вчитель під час проведення уроків на подібні теми?

Ситуація 2. У міському центрі зайнятості відбулася лекція для переселенців «Причини появи неорелігій», під час якої лектор надав класифікацію нерелігійних систем: неохристиянські релігії (Мормони, Свідки Єгови, церква Повного Євангелія), східні неорелігії (кришнаїти, трансцендентальна медитація, сахаджа-йога), синкретичні неорелігії (церква уніфікації, бахаїзм, масонство), неоязичництво (РУНвіра), сатанізм (теорія Кроулі та Ла Вея). Слухач заперечив, що свідки Єгови – єдина найстаріша та істинна релігія, закликав відвідувачів заходу переходити до їхньої релігійної громади. Розгорілася суперечка на релігійному підґрунті. Що треба враховувати адміністрації центру зайнятості? Які теми і в який спосіб порушувати перед публікою?

Завдання 2. Проаналізуйте уривок із аналітичної записки Національного інституту стратегічних досліджень «Запобігання проявам расизму, ксенофобії та нетерпимості в українському суспільстві» та дайте відповідь на запитання після уривку.

Згідно з даними соціологічного опитування «Права людини в Україні, рівень ксенофобії, ставлення до мігрантів та біженців, ставлення до проявів екстремізму», українці в більшості позитивно сприймають надання права приїжджати й жити в Україні представникам тих етнічних груп, які традиційно проживають на території країни (українців, росіян, білорусів), зокрема: 52,7 % опитаних позитивно сприймають надання їм можливості приїжджати й жити в Україні; 27 % – вважають, що це можна дозволяти лише не багатьом їх представникам; 9,3 % – ліченим представникам; 3 % – нікому. До представників інших національностей та рас відношення є дещо гіршим – 19,6 % вважають, що багатьом можна надавати можливість приїжджати й жити в Україні; 37 % – не багатьом; 23,1 % – лише ліченим представникам; 9 % – не можна надавати нікому можливість прибувати до України. До прибуття в Україну представників бідніших за Україну країн поза межами Європи ставлення ще негативніше: лише 10,9 % вважає, що таку можливість можна надавати багатьом; 27,3 % – не багатьом; 25,5 % – лише ліченим представникам; 19,4 % вважає, що нікому з представників цих країн не можна надавати можливість прибувати до України та жити на її території (URL: <https://niss.gov.ua/doslidzhennya/politika/zapobigannya-proyavam-rasizmu-ksenofobii-ta-neterpimosti-v-ukrainskomu>).

Які висновки можна зробити з цього дослідження?

Які кроки (заходи, закони, інше) має зробити держава задля викорінення проявів расизму, ксенофобії та нетерпимості по відношенню до представників інших країн?

Вправа 3. Ознайомтесь із змістом статті і напишіть невелике есе про сучасну ситуацію за порушеною проблемою. Порівняйте ситуацію 2008 року (час публікації статті) з сучасною. Яка роль психолога у вирішенні описаних у статті проблем?

*Расизм та ксенофобія в Україні –
нові виклики у сфері захисту прав людини*

О. А. Мартиненко, доктор юридичних наук, начальник управління з моніторингу дотримання прав людини в діяльності ОВС – помічник міністра внутрішніх справ

Расизм і злочини на ґрунті ксенофобії не були характерними для українського суспільства досить тривалий час. Один з перших резонансних проявів ксенофобії в Україні датується липнем 2001 р., коли біженця з Руанди було забито на смерть поблизу його помешкання у Вінниці, що викликало офіційну стурбованість Верховного Комісару ООН з питань біженців. Цей випадок за часом співпадає із загальним поширенням злочинів, вчинених на

ґрунті расової та релігійної ворожнечі, що стали відчутною проблемою у країнах постіндустріальної Європи через невирішеність питань у сфері міграційної та національно-культурної політики.

Щодо України, то починаючи з середини 2002 року у нашому суспільстві спостерігалось підвищення рівня ізоляціонізму та ксенофобії, які супроводжувалися зростанням кількості публікацій з ксенофобськими відтінками. Результати соціологічних досліджень також вказували на зниження за роки незалежності питомої ваги психологічно відкритих та схильних до національної толерантності людей більше, ніж у 3,5 рази. На думку окремих дослідників, практично половину населення у 2003 році склали громадяни з ізоляціоністськими настроями, а кількість носіїв ксенофобських настроїв виросла більше, ніж учетверо. У той же час експерти Держдепартаменту США оцінювали рівень ксенофобії в Україні як такий, що не перевищує її рівень в інших посттоталітарних країнах. Хоча випадки ксенофобії відносно росіян, євреїв, кримських татар, ромів та іммігрантів з Кавказу, Азії та Африки були достатньо частими, американські спостерігачі вважали ситуацію в Україні менш загрозливою на відміну від Росії, Румунії, Польщі, Угорщині, Словаччині. Можливо, це було обумовлено тим, що більшість випадків не носила насильницького характеру, обмежуючись словесними образами, малюванням антисемітських графіті та, зрідка, актами вандалізму на кладовищах.

Більш загрозливі результати ескалації ксенофобських настроїв стали помітними в Україні після 2005 року, коли групи так званих скінхедів («бритоголових») виокремилися із лав футбольних фанатів на окрему течію. З'явившись наприкінці 60-х років ХХ століття у Великобританії, рух перших бритоголових спочатку мав суто класовий характер, об'єднуючи робітничу молодь, в тому числі й темношкіру, під гаслом «Fight for your class, not for your race!» (Борися за свій клас, а не за расу!). Згодом скінхеди перейняли нацистську символіку й ідеологію та поширили свій рух на Європу, Америку, Австралію. У сусідній Росії «бритоголові» з'явилися наприкінці 1990-х років, швидко оформившись за фінансової підтримки ультраправих політичних сил на організований неонацистський рух.

На українському просторі найбільш активними та агресивними вважаються ультраправі групи з числа так званого руху «Біла Влада-Скінхед Спектрум» (White Power – Skinhead Spektrum), українська філія світової екстремістської мережі «Кров і Честь» (Blood & Honour), воєнізована неонацистська секта «Світова Церква Творця Рутенія» (World Church of the Creator Ruthenia, WCOTC). Їх об'єднує загальна ідеологія расизму та націоналізму, яка діє на принципах установаження переваги над особами інших рас та національностей. Найбільш чисельні групи скінхедів були зафіксовані у містах Києві, Дніпропетровську, Запоріжжі, Львові, Севастополі, Чернігові та Автономній Республіці Крим. Якщо у Росії масштаб скінхедівського руху обчислюється десятками тисяч осіб, то в Україні, за попередніми даними МВС України, сьогодні їх налічується не менше 500 осіб віком від 14 до 27 років,

об'єднаних у групи чисельністю від 20 до 50 осіб без чіткої структури та організаційної побудови.

Саме з 2005 року у Львові та Харкові стають регулярними закриті фестивалі неонацистських музичних гуртів з України та Росії, організовані неофіційною Українською націонал-трудовою партією з піснями відверто расистського характеру. Організація «Патріот України», яка протягом 2007 року провела серію маршів зі смолоскипами у Києві та Харкові, використовуючи ксенофобські та расистські гасла, регулярно організує для активістів руху так звані воєнізовані «вишколи» на покинутих промислових об'єктах, у лісових таборах, туристичних базах. В Інтернет-мережі постійно діють не менше 30 веб-сайтів неонацистського та націоналістичного характеру (Радикальний Український Націоналізм, Сайт справжніх патріотів, Nachtigall, Blood&Honour Ukraine тощо).

У засобах масової інформації набуває сталості тенденція до оперування такими термінами як «кавказька мафія», «злочини осіб циганської національності», «азіатські злочинні угруповання». Такі вислови є не тільки некоректними та неприпустимими, але й часто призводять до спекуляцій з боку радикально налаштованих прибічників неонацистського та націоналістичного кшталту.

Одночасно статистичні дані МВС України зафіксували чітку тенденцію до зростання злочинів, вчинених стосовно іноземців: упродовж п'яти останніх років кількість протиправних посягань, унаслідок яких постраждали громадяни іноземних держав, збільшилася вдвічі – з 604 у 2002 році до 1178 у 2007 році. Переважну більшість злочинів учинено відносно громадян держав-учасниць СНД (63,5 %), стосовно ж іноземців з інших країн – відповідно 36,4 %. Найбільш напружена обстановка в зазначеному напрямку спостерігається в АР Крим, місті Києві, Одеській, Донецькій, Львівській та Харківській областях.

Проте наведені цифри, на жаль, не відображають частки злочинів, вчинених виключно з мотивів расової та релігійної ворожнечі. Хоча рівень розкриття злочинів, що вчиняються стосовно іноземних громадян, становить 84 % проти 59,1 % у середньому по державі, проте протягом 2005–2007 років було порушено лише 7 кримінальних справ за ст. 161 КК України (Порушення рівноправності громадян залежно від їх расової, національної належності або ставлення до релігії). Вочевидь, що ця цифра не відображає реальної картини, оскільки за оцінками незалежних експертів, кількість злочинів, вчинених на ґрунті расизму та ксенофобії, є не меншою 190 на рік. Зазвичай це насильницькі злочини, вчинювані організованими групами молодих людей, які належать до груп скінхедів та неофашистів і спрямовані, перш за все, проти іноземних студентів, шукачів притулку, біженців та іммігрантів, бізнесменів, дипломатів, а також проти членів сімей персоналу ООН, які є часто є вихідцями з країн Африки, Азії, Середнього Сходу, Кавказу або представниками помітних груп меншин країн Заходу. Саме тому досить актуальним є питання – скільки взагалі вчинюється злочинів саме за расовими мотивами? Які реальні масштаби нової кримінальної загрози?

Вирішення цих питань полягає передусім у площині зниження високої природної латентності цих злочинів, адже більшість іноземців у випадку нападів з боку «скінхедів» практично не звертаються до правоохоронних органів. Невідомою є також реальна кількість злочинів, вчинених стосовно нелегальних мігрантів. Підходи, існуючі у країнах західної демократії – імміграційна амністія, суспільно-орієнтована робота поліції (community policing), відновлююче правосуддя (restorative justice)) – надають можливості для вирішення означеної проблеми, однак поки що за різними причинами є неприйнятними для вітчизняної системи роботи з іммігрантами.

Вкрай необхідним вважається також удосконалення національного законодавства з метою запровадження більш широкого кола підстав для притягнення до кримінальної та адміністративної відповідальності осіб, винних у вчиненні злочинів, спрямованих на розпалювання національної, расової чи релігійної ворожнечі. Досвід європейських країн дає підстави вважати, що розгалужена система правових приписів знижує ризик зростання такого роду злочинів, проте цей досвід потребує на ґрунтовну роботу вітчизняних законодавців щодо його адаптації.

Необхідність державної політики у розробці превентивних заходів протидії сучасним формам расизму було закріплено рішенням №4/03 Маастрихтської зустрічі міністрів іноземних справ 55 країн у грудні 2003 року, яке визнало за необхідне для країн ОБСЄ заохочувати толерантність та боротися із дискримінацією, у тому числі з усіма проявами агресивного націоналізму, расизму, шовінізму, ксенофобії, антисемітизму та екстремізму. Проте в Україні, як констатує більшість фахівців, у цьому напрямку робиться поки що замало.

Досить симптоматичним є той факт, що до 2007 року жоден правоохоронний орган держави, за винятком МВС України, не вважав за необхідне визнавати про існування екстремістських угруповань ультраправого нахилу в Україні. У травні минулого року МВС України не тільки першим заявило про загрозу поширення расизму і ксенофобії у суспільстві, але й розробило власний і поки що єдиний у державі план заходів протидії цьому явищу. Органи внутрішніх справ також звернулися за підтримкою та співпрацею до недержавних організацій та органів державної виконавчої влади, ініціювали перед Урядом України створення міжвідомчої робочої групи з протидії ксенофобії та расизму.

МВС України були запропоновані такі спільні заходи, як надання правової допомоги жертвам проявів ксенофобії та дискримінації; здійснення експертизи національного законодавства щодо боротьби з проявами дискримінації та ксенофобії; розробка пропозицій щодо вдосконалення нормативно-правової бази з метою протидії правопорушенням, що мають расове підґрунтя; вдосконалення механізмів реагування на використання засобами масової інформації ксенофобських штампів та висловів; розробка відповідних навчальних програм.

Результати діяльності у цьому напрямку підтвердили, що расизм та ксенофобія, хоча й не набули в Україні масштабу соціального явища, проте

мають значний криміногенний потенціал в силу таких чинників, як тривала політична нестабільність, низький рівень достатку населення, активність нелегальної міграції. Одночасно, враховуючи комплексний характер цієї нової для нашого суспільства кримінальної загрози, слід констатувати, що органи внутрішніх справ може виконувати функцію протидії расизму у досить обмеженій формі, як це й витікає зі статусу та можливостей воєнізованого, примусово-виконавчого органу державного управління. З оглядом на це постає нагальна потреба у скоординованій превентивній діяльності усіх органів державної влади та громадянського суспільства.

(URL: <https://www.helsinki.org.ua/2008/06/rasyzm-ta-ksenofobiya-v-ukrajini-novi-vyklyky-u-sferi-zahystu-prav-lyudyny/>).

Завдання 4. Перейдіть за посиланням <https://www.bbc.com/ukrainian/news-53197190> та ознайомтесь із матеріалом «Три історії про расизм в Україні». Дайте відповіді на запитання:

А) чи можна замовчування про участь темношкірого чоловіка в ліквідації трагедії в Чорнобилі назвати проявом расизму?

Б) Чи типовою є ситуація, описана в сюжеті про ромську родину, яка збирає пластик аби вижити?

Завдання 5. Розгляньте ситуації дискримінації нерезидентів. З'ясуйте, за якою ознакою відбулась дискримінація.

1. Роботодавець замість того, щоб пристосувати робоче місце до потреб нерезидента з особливими потребами, звільнив його на підставі невідповідності стану здоров'я виконуваній роботі, хоча робітник виконував усі функції належним чином.

2. Педагога, нерезидента з Ірану, не прийняли на роботу в англійській ліцей, зазначивши, що «вакансій на даний момент немає».

3. Залізничники намагались притягти до дисциплінарної відповідальності за неналежне виконання трудових обов'язків нерезидента-мусульманина. Як було встановлено, «в силу своїх релігійних переконань він в темну пору року та в суботу не працює фізично».

4. Нерезидент оскаржив непроходження конкурсу на зайняття посади директора бюджетної установи, оскільки йому відмовили через віковий ценз.

5. Стоматологиня-нерезидентка скаржилась на примусове направлення її на роботу до військово-лікарської комісії, хоча у клініці працювало 200 лікарів.

6. Нерезидентку не прийняли на роботу до санепідемслужби. Вона вважала, що відмова в прийнятті її на роботу носить дискримінаційний характер, адже вона – одинока багатодітна мати, на утриманні якої двоє дітей до 14-ти років та дитина з особливими потребами.

7. Нерезидент отримав відмову у переведенні на іншу посаду з мотивів членства у незалежній профспілці. Він мав відповідну кваліфікацію, освіту та стаж роботи. З подібною проблемою стикнулись інші 6 його співвітчизників, які працювали на тому ж підприємстві.

ТЕМА 1.3 ХАРАКТЕРИСТИКА ГОРИЗОНТАЛЬНОГО ТА ВЕРТИКАЛЬНОГО ЗРІЗІВ СОЦІАЛЬНОГО ПРОСТОРУ ЯК ТЕОРЕТИЧНОЇ МОДЕЛІ СТРУКТУРУВАННЯ СУСПІЛЬСТВА

Завдання 1. Дайте відповіді на запитання.

1. Розкрийте поняття соціальна мобільність. Наведіть приклади соціальної мобільності в сучасному українському мегаполісі.
2. Як соціальна мобільність впливає на статус груп і окремих індивідів у ієрархічно організованому просторі міста?
3. Що таке канали (ліфти) соціальної мобільності? Як ви розумієте вислів «відмінність у стартових можливостях»? Наведіть приклад.
4. Схарактеризуйте горизонтальний і вертикальний зрізи моделі структурування суспільства.

Завдання 2. Перед вами зображення з підручника геології. На ній зображена стратифікація. Поясніть логіку, за якою цей термін увійшов у психологію та соціологію. Що об'єднує ці терміни в усіх дисциплінах? Випишіть до зошита визначення.



(URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki>)

Завдання 3. Поміркуйте над питанням, яке було поставлене у Новий час і епоху Просвітництва: «Якщо кожен індивід наділений природним правом, чому ж деякі індивіди домінують над іншими; звідки виникають соціальні нерівності?». Які відповіді на це питання Ви можете запропонувати, враховуючи специфіку дисципліни? У чому основні відмінності щодо досягнення соціальної рівності між резидентами і нерезидентами?

Завдання 4. У Сполучених Штатах люди люблять вірити, що кожен має рівні шанси на успіх. Багато хто переконаний, що важка праця і талант, а не упереджене поводження чи соціальні цінності, визначають соціальний ранг. Цей акцент на самозусиллі увічнює віру в те, що люди контролюють власне соціальне становище. Наведіть приклади з історії різних країн та епох, коли така думка дійсно здійснювалась у середовищі нерезидентів.

Завдання 5. Розгляньте зображення вулиці. Що ви можете сказати про рівень доходу, освіти та інші параметри, що визначають соціальні страти? За якими ознаками ви дійшли такого висновку?
(URL: <https://www.flickr.com/photos/orinrobertjohn/2703664014>).

Завдання 6. Поміркуйте та запишіть проблеми та питання (2-3 позиції) щодо соціального структурування суспільства, з якими нерезиденти можуть звернутися за допомогою до психолога.

ТЕМА 1.4 РОЛЬ ПСИХОЛОГА В ПЕРЕЖИВАННІ НАСЛІДКІВ СЕГРЕГАЦІЇ

Завдання 1. Обміркуйте і запишіть план бесіди з нерезидентом, під час якої ви матимете намір допомогти клієнту зрозуміти та розповісти про свої почуття та емоції, що виникають у зв'язку з сегрегацією. У вирішенні яких проблем, пов'язаних з цим явищем, бесіда може допомогти клієнту?

Завдання 2. Запропонуйте психологічні заходи, що дозволять розвивати стратегії адаптації нерезидентів до нового соціального та культурного середовища.

Завдання 3. Визначте й обговоріть ефективні методи роботи зі стресом, який пов'язаний з сегрегацією. Які релаксаційні техніки, на вашу думку, можуть допомогти зменшити рівень тривоги та стресу?

Завдання 4. Ознайомтесь із технікою безпечного простору в ситуаціях, де нерезидент відчуває страх і занепокоєння в новому для себе середовищі. Проаналізуйте доцільність та дієвість її використання.

Завдання 5. Створіть лист-опитувальник для нерезидента, який допоможе розвинути позитивне мислення та самооцінку. Питання мають допомогти клієнту знайти нові можливості та перспективи у новому середовищі та підтримати його впевненість у власних силах.

Завдання 6. Запишіть та проговоріть вголос фрази, що висловлюють підтримку та співчуття, які допоможуть нерезидентам відчувати себе менш самотніми та ізольованими у новому середовищі.

Завдання 7. Запропонуйте нерезидентіві участь у заходах, які сприятимуть розвитку міжкультурної компетенції.

ТЕМА 1.5 ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ ПСИХОЛОГА ЩОДО ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ, ПОВ'ЯЗАНИХ З СОЦІАЛІЗАЦІЄЮ НЕРЕЗИДЕНТІВ

Завдання 1. Визначте і запишіть причини ймовірних труднощів соціалізації нерезидентів.

Завдання 2. Запропонуйте формати і теми для просвітницької роботи психолога.

Завдання 3. Підготуйте необхідні для проведення ігор матеріали. Спробуйте уявити себе психологом, який проводить ігри з дорослими нерезидентами, метою яких є соціалізація до нового суспільства. Організуйте і проведіть ігри в академічній групі.

А) *«Телеграф»*.

Мета: розвиток вміння встановлювати «зворотний зв'язок» при взаємодії з іншими людьми.

Хід роботи. Чотири учасники – «зв'язківці»; інші – спостерігачі; тренер – відправник телеграми; один учасник – її одержувач. Зв'язківці і одержувач телеграми виходять за двері. Відправник (тренер) запрошує одного зв'язківця і зачитує йому текст телеграми один раз. Перший зв'язківець, щоб краще запам'ятати текст, може ставити уточнюючі питання. Потім він запрошує другого зв'язківця і передає йому почутий текст; другий – третій; третій – четвертому; четвертий – одержувачу. Одержувач переказує почуте спостерігачам і питає: чи правильно він все зрозумів?

Завдання: скласти 2-3 тексти для телеграм.

Б) *«Міст дружби»*.

Мета: розвиток емпатії у емоційно сегрегованих учасників, подолання нерішучості, скутості та сором'язливих.

Хід роботи. Тренер показує учасникам лінійку і каже комусь із них: «Це міст дружби. Спробуймо утримати міст лобами. При цьому будемо говорити один одному що-небудь приємне». Гру можна проводити у вигляді змагань, виграє та пара, яка протрималася довше інших. Можна використовувати секундомір.

Завдання: поміркуйте, чи з усіма категоріями нерезидентів можлива така гра? Для кого ця гра неприпустима, з яких міркувань?

В) *«Подарунки»*.

Мета: розвиток емпатії, творчості в спілкуванні, здатності передбачати бажання іншого, стверджувати своє позитивне «Я».

Хід роботи. Для того щоб почати грати в цю гру, вам необхідно розділитися на дві команди. Для цього запропонуйте учасникам стати півколом за номерами будинків, в яких ви живете, по наростанню, а тепер розрахуватися на яблуко – апельсин. Усі «яблука» встають у внутрішнє коло, а всі «апельсини» у зовнішнє коло. Гравці утворюють два кола і рухаються під музику, по колу, в протилежних напрямках. За сигналом – зупиняються,

беруться за руки з тим, хто стоїть навпроти і повертаються один до одного обличчям.

Завдання: підготуйте музичний супровід до гри. Яке значення музики у цій грі? Чи можна передбачити реакцію гравців на раптове закінчення музики?

Г) «*Radio*».

Мета: розвиток стійкого інтересу до інших учасників.

Хід роботи. Гравці діти сідають півколом так, щоб добре бачити один одного. Вибирають ведучого (для першого разу може бути тренер), він вибирає для опису одного з тих, хто сидить, і відвертається до них спиною і говорить в «мікрофон»: «Увага! Увага! Загубилася жінка (юнак, пані, чоловік, пан) ... (дає опис будь-кого з учасників). Нехай вона (він) підійде до диктора». Усі учасники за описом визначають, про кого йде мова. Потім роль диктора виконує особа, яку описували.

Ця гра допоможе встановити контакт учасників один з одним в колективі, сприятиме вмінню прислухатися до думки інших, формувати позитивне ставлення до інших.

Завдання: підготувати заголовки з описом зовнішності 2-3 одногрупників.

Д) «*Валіза*».

Мета: розвиток здатності до встановлення позитивних взаємовідносин з іншими людьми.

Хід роботи. Для того щоб зіграти в цю гру, необхідно розділитися на дві команди. Для цього у тренера є розрізні картинки, кожен учасник бере собі один фрагмент картинки. Завдання – зібрати картинку, знайти місце у команді. Далі тренер пропонує учасникам уявну ситуацію: вони їдуть відпочивати без сімей. Напередодні самі складають свій чемодан. Щоб нічого не забути, треба скласти список необхідного і того, що допоможе швидше познайомитися з іншими дітьми. Список потрібно скласти за допомогою схем, малюнків, значків.

Командам необхідно приготувати матеріали, обговорити і замалювати, що потрібно взяти для подорожі. Для цього відводиться 10 хвилин (пісочний годинник). Після закінчення часу, ведучий пропонує помінятися списками – замальовками і відгадати, що ж інша команда бере з собою в подорож.

(URL: <https://naurok.com.ua/>).

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2

ТЕМА 2.1 ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇН ЗА РІВНЕМ СПРИЙНЯТТЯ НЕРЕЗИДЕНТІВ У РІЗНИХ СФЕРАХ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Завдання 1. Ознайомтесь із інформацією, розміщеною 17.03.2023 на сайті «Радіо Свобода». Запропонуйте заходи психологічної підтримки для зазначеної категорії мігрантів.

За підрахунками чеської влади, зараз у Чехії знайшли притулок понад 300 тисяч біженців з України. Через рік після повномасштабного вторгнення

деякі з них досі не можуть знайти високооплачувану роботу, адже часто уряд Чехії не визнає їхніх документів про освіту. Деякі матері не можуть знайти роботу, бо мають доглядати дітей, для яких не знайшлося місця у чеському дитсадку або школі. А дехто, зокрема, роми з України, зазначають правозахисники, стикнулися із упередженим ставленням і зрештою покинули Чехію, адже не змогли добитися пільг, які були гарантовані українським біженцям (URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/bizhentsi-czechia-discrimination-interview/32414338.html>).

Завдання 2. Пропрацюйте ситуацію вимушеної міграції: батько та неповнолітня дитина, яку вивозять із небезпечного району.

«Настя – дитина. Що з нею обговорювати?» Віталій, емігрант, батько 13-річної доньки.

Завдання 3. У липні 2022 року Європейська комісія оцінювала число дітей, що опинилися без супроводу/розлучених дітей з України в 23 країнах ЄС як близько 23 000 осіб, відмічаючи, що ця статистика ґрунтується лише на часткових даних з цих країн, і припускаючи, що реальна кількість таких дітей у ЄС, ймовірно, вища.

Проконсультуйте маму-біженку, яка звернулася із запитом про надмірну тривожність дитини через вимушене переселення. Які вправи, теми для розмов, методики ви запропонуєте? Обґрунтуйте свої думки.

Завдання 4. Окресліть проблематику, з якою працюватиме психолог у ситуації, коли дітей з українських дитячих будинків у Литві розподіляють по сім'ях, або вони живуть у невеликих групах (близько 10 осіб) у «сімейних будинках» із «професійними батьками».

Завдання 5. Надайте психологічну консультацію, вибудуйте систему питань у ситуації, коли до вас звернулася бабуся, право опіки над онуком не було визнано в Італії з дорученням матері дитини. Дитина була розміщена у прийомній сім'ї окремо від бабусі; мати дитини мала прибути до Італії з України та в суді доводити свої батьківські права. Які психологічні вправи допоможуть бабусі?

(Завдання 1–5 – за матеріалами сайту: <https://adcmemorial.org/uk/novina-uk/stanovishhe-ditej-z-ukra%D1%97ni-v-kra%D1%97nah-%D1%94vropi-pislya-24-lyutogo-2022-roku/>).

Завдання 6. Перейдіть за посиланням та ознайомтесь зі змістом статей «Особливості міграційної хвилі українців-евакуантів у 2020 р. через військову агресію Російської Федерації» та «Особливості процесів міграції населення України». Які спільні для обох статей проблеми порушено? Які шляхи їх вирішення? (URL: <https://visnik.dduvs.in.ua/wp-content/uploads/2023/04/S2/s-2-2022-188-203.pdf>, <https://science.lpnu.ua/sites/default/files/journal-paper/2022/jun/28342/procik-231-240.pdf>).

ТЕМА 2.2 МОДЕЛІ СОЦІОКУЛЬТУРНОЇ АДАПТАЦІЇ НЕРЕЗИДЕНТІВ ЗА ФОРМАМИ Р. МЕРТОНА І О. ДОНЧЕНКО

Завдання 1. Дайте визначення понять соціокультурна адаптація, сегрегація, асиміляція.

Завдання 2. Наведіть приклади успішної професійної адаптації іммігрантів.

Завдання 3. Поясніть, чим небезпечна модель протесту соціокультурної адаптації іммігрантів.

Завдання 4. Проаналізуйте позитивні та негативні сторони моделі добровільної сегрегації.

Завдання 5. Наведіть приклади поведінки маргінала. Поясніть тезу: «Ситуацію маргінальності порівнюють з постійним існуванням у двох “світах” одночасно».

Завдання 6. Проаналізуйте статтю «20 найбільших діаспор світу» із журналу «Форбс» від 15 вересня 2020 р.

Яка мета цієї публікації? Що нового ви дізналися з неї? Яка роль української діаспори в сучасному житті країни? Чи можна назвати діаспори позитивним явищем? (URL: <https://forbes.ua/lifestyle/globalna-kraina-15092020-106>).

Завдання 7. Відтворіть текст, додавши замість крапок потрібне поняття. Поясніть його, наведіть інші приклади цього явища у житті іммігрантів.

Мести двори – твоя робота

Дозвіл займатися лише найпростішою, чорною роботою, яка найнижче оплачується, це ще одна ознака... Прихильники ідей ... вважають, що окремі соціальні групи просто нездатні на якусь роботу, складнішу, ніж збирання, прибирання чи перенесення вантажів. Тобто вони можуть виконувати лише просту фізичну роботу, яка не потребує жодного розумового навантаження.

Без повноцінної освіти освоїти професії, пов'язані з розумовою діяльністю, малоймовірно. Однак, причина і в іншому. Українське суспільство просто не готове бачити у поширених професіях ромів. Наприклад, ми не зустрінемо рома-офіціанта, кухаря чи продавця в магазині, хоча такі професії можливо освоїти за кілька років в профтехучилищах. Але через негативне ставлення суспільства до ромів їм просто немає сенсу здобувати ці професії – вони знають, що все одно не знайдуть роботу, якої б професійності не набули. Власник кафе не візьме офіціантом рома, оскільки побоюватиметься втратити клієнтів.

До речі, цим же стереотипом охоче користується й поліція. Для правоохоронців будь-який ром автоматично є злочинцем. А ще – зручною

можливістю звинуватити його в злочині й закрити справу, навіть якщо доказів про скоєння злочину представником ромської національної меншини немає. Подібні випадки фіксувалися правозахисниками десятки разів, але, швидше за все, ще більше таких історій нікому невідомі. Власне, практика «записувати» злочини на змаргіналізованих членів громади в колишній міліції існує здавна. От тільки у випадку з ромами під це визначення потрапляє ціла нацменшина. А отже, ми знову стикаємося з неодноковим ставленням до громадян з боку правоохоронних органів на підставі кольору шкіри.

Завдання 8. Поясніть тезу про те, що процес адаптації – двосторонній.

ТЕМА 2.3 ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ПРЕДСТАВНИКІВ ІНОЗЕМНОЇ УЧНІВСЬКОЇ ТА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ, ПІДПРИЄМЦІВ, ПРАЦІВНИКІВ ДИПЛОМАТИЧНИХ СЛУЖБ ТА ІН. В УКРАЇНСЬКИЙ ПРОСТІР МЕГАПОЛІСУ

Завдання 1. Схарактеризуйте сучасну українську культуру за:

- А) світоглядним підходом;
- Б) формаційним підходом;
- В) локальним підходом.

Завдання 2. Поясніть вислів: «Весь розвиток людства – це розвиток культур перехідних епох».

Завдання 3. Беручи до уваги тезу про те, що ціннісна картина світу – це сукупність суттєвих для певної культури ціннісних домінант, які відбивають загальнолюдські цінності та визначають межі національних культур, визначте ціннісну картину світу українців. Висловіть думку, на якій підставі вона сформувалася.

Завдання 4. Розставте у порядку зменшення значення такі концепти ціннісної картини світу українців: «вірність – невірність», «праведність – неправедність», «смирненість – несмирненість», «милосердя – жорстокість», «любов – ненависть», «стриманість – запальність», «доброзичливість – недоброзичливість», «добродійство – злочинство», «повага – осуд», «освіченість – неосвіченість», «безкорисливість – корисливість», «працелюбність – лінь», «хорообрість – боягузтво», «любов», «милосердя», «чемність» і «ввічливість», «шанування батьків», «родинні стосунки», «рід», «любов до рідної землі», «праця» і «працелюбність», «народоправство» й «вільнолюбство».

Завдання 5. Поясніть трикутник «природа – людина – машина» в історичній типології культур. Як змінилася культура з переходом від моделі «людина – природа» до моделі «природа – людина – машина»?

Завдання 6. Дайте відповіді на запитання:

А) У чому полягає практична значущість досліджень в галузі типології культури для вивчення психології нерезидентів?

Б) Чому дослідження регіональних типологій культури стали особливо актуальними в другій половині ХХ – на початку ХХІ ст.?

Завдання 7. За регіональною типологізацією культури А. Тойнбі під культурним регіоном розуміють: традиції, релігія, культурні зв'язки, етико-естетичні норми, світоглядні принципи. Відповідно, існують арабомусульманський, африканський, далекосхідний, європейський, індійський, латиноамериканський культурні регіони. Опишіть із власного досвіду відмінності, які вас вражали у поведінці, способі мислення, реакціях на події, представників інших культур.

Завдання 8. Ознайомтесь із вправою «Життя в іншій країні – розвиватися чи чекати слушного моменту» (авторка – Кристина Телкова). Застосуйте її в практиці роботи з нерезидентами.

Слоган: «Рід – це наше минуле, а насолода – це наше майбутнє».

Мета: вирішити життєві питання за допомогою творчої роботи із метафоричними картами і своїм тілом, через асани з йоги; знайти сили в собі і в своєму тілі; вийти із синдрому «відкладеного життя»; за допомогою сили роду знайти вихід із ситуацій, які не вирішуються.

Техніка ресурсна для людей, які переїхали в інші країни; людей, які зараз живуть в еміграції і відчувають відчай; для тих, хто втратив свої домівки і не може вирішити, в якій країні залишитися жити.

Інвентар: карти МАК («Сила Роду» Н. Сабліної чи будь-яка ресурсна колода по роботі з ресурсами), килимок для йоги, яскравий блокнотик для нотаток, ручка, теплі ковдри, подушки (за бажанням та можливістю).

Час роботи: 1–3 години, в залежності від кількості учасників.

Кількість учасників: від 5 до 15. Бажано, щоб учасники були із категорії вимушених переселенців чи людей, які вже давно не проживають на своїй батьківщині.

Вік учасників: від 18 до 80 років.

Алгоритм роботи.

Техніку проводять на початку тренінгу у тренінговому форматі, а також самостійно вдома (повторюйте цю практику від 3 до 14 днів, і ви побачите, як зміниться ваше життя на краще).

Побажання до стану, в якому потрібно проходити цю практику:

1. Буде добре, коли учасники закривають очі і подумують над питанням, яке хочуть вирішити. Спокійно подихають – вдих через ніс, видих через рот – і уявлять своє питання.

2. Будучі у стані спокою, учасники віддають позитивну енергію, і їх ресурс буде направлений на швидке вирішення ситуації.

3. Коли учасники будуть готові, відкрити очі та вибрати карти.

Тренер пропонує учасникам розстелили килимки і сісти в спокійну і комфортну позу. Розслабитися, закрити очі і подумати. Зробити спокійний вдих через ніс і спокійний видих через рот.

У такому стані людина зможе впорядкувати свої думки і приймати більш правильні рішення.

Коли учасники трішки розслабилися, тренер задає питання стосовно життя у іншій країні.

Як поставити запитання:

1. Бути у позитивному настрої.
2. Чітко підходити до формулювання питання.
3. Бути ситим і спокійним.

Перша частина: 30 хвилин – 1 година.

Запитання: «Для чого мені цей досвід?»:

– розкладаєте килимок для йоги. Сідаєте у зручну позу і дихаєте 10 разів: вдих через ніс і видих через рот. Під час дихальної практики ваші думки стають повільними та спокійними. У процесі виконання завдання думаємо над своїм запитанням;

– берете 3 карти і проживаєте день із ними. Аналізуємо і бачимо шлях, саме на сьогоднішній день.

Розкладаємо карти саме в тій послідовності, в якій хочеться прожити ту чи іншу ситуацію у питанні.

Записуємо у блокнот свої думки.

Бажано, щоб кожен учасник по черзі проговорив свою ситуацію. Таким чином можна краще її пропрацювати і знайти різні шляхи вирішення проблемного питання.

У процесі обговорення тренер пропонує спокійно дихати і відпочивати по 2–3 хвилини (практика дихання: закриваємо очі і спокійно дихаємо через ніс і видихаємо через рот).

Друга частина: 30 хвилин – 1 година.

Тренер пропонує зробити ресурсні вправи, щоб дати тілу можливість допомогти думкам.

Встаємо на дві ноги, витягуємо руки вгору і тягнемось до неба.

Потім спокійно повертаємося вправо, вліво і дихаємо.

Повторюємо цю вправу 4 рази на кожную сторону і повертаємося на килимок (буде добре, якщо будуть теплі ковдри та подушки).

Далі тренер пропонує задати наступне питання.

Беремо ще карту і задаємо питання: «Що я можу зробити, щоб насолоджуватися життям?»

Бажано уявити найкращі моменти життя і захотіти ще кращого. Карта дасть вам відповідь.

Обов'язково обговорити питання із учасниками тренінгу.

Заключна частина.

Дивлячись на карти, описуємо свій день. Записуємо усі спостереження в гарний блокнотик. І дивимось на все з іншого боку.

Як змінилася ситуація з початку тренінгу, чим допомогли карти і техніки дихання?

Підведення підсумків:

Чи стало вам краще?

Чи змінилася ситуація за час проходження тренінгу?

Чи маєте ви бажання насолоджуватися життям там, де ви є зараз?

Висновок: системний підхід до цієї практики дає той результат, який ви уявляєте. Все у наших думках і руках. Зберігайте душевне світло і до вас прийдуть такі ж світлі душі.

ТЕМА 2.4. РОБОТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ З НЕРЕЗИДЕНТАМИ З УКРАЇНИ ЗА КОРДОНОМ: ДОСВІД, ПРОБЛЕМИ, МЕТОДИКИ

Завдання 1. Уявіть себе нерезидентом та пройдіть опитування, що дано нижче. Запишіть свої варіанти відповідей (кожну на окремому аркуші), не підписуючись, потім складіть разом з іншими відповідно за номерами. Отримані матеріали стануть підґрунтям для групової дискусії. На основі отриманих відповідей підготуйтеся до обговорення таких аспектів, як домінуючі тенденції в групі та їх вплив на самосприйняття осіб з різними проявами дезадаптації. Також обговоріть співвідношення зовнішніх і внутрішніх чинників, які зумовлюють адаптованість і неадаптованість окремих індивідів, способи подолання неадаптованості або пов'язаних з нею переживань.

Опитувальник К. Роджерса

для визначення адаптованості / неадаптованості особистості

Наведений варіант діагностичного питальника К. Роджерса призначений для виявлення рівня успішності соціально-психологічної адаптації.

У пропонуваному для роботи переліку частина тверджень характеризує особистість як адаптовану, тобто достатньо успішно пристосовану до умов навко-лишнього соціального середовища. Природно, що це постійний процес, оскільки соціальне середовище весь час змінюється. Тому ознакою адаптації вважають збереження людиною здатності до подальшого розвитку і змін: змінювати звички, формувати нові навички, розвивати вміння, які б могли допомогти в нових умовах.

Така сама кількість тверджень характеризує неадаптованість людини, тобто відсутність певної соціально-психологічної гнучкості при зміні ситуації, в якій вона перебуває. Така людина продовжує жити так, як жила раніше, незважаючи на те, що життя істотно змінилось. Тому природно, що, не змінюючись і не бажаючи змінюватись, вона відстає від соціального оточення, відчуває чимало труднощів.

Інструкція.

На всі запропоновані в основному варіанті питальника твердження слід відповісти «так» чи «ні» залежно від того, наскільки ці твердження стосуються

вас. Варто прочитати всі твердження і дати відповіді. Тільки тоді результат буде об'єктивним:

1. Перед людьми, які мене оточують, я ховаю своє обличчя під маскою, щоб приховати те, що в мене на душі.

2. Я часто відчуваю свою меншовартість серед моїх однолітків, у спілкуванні з педагогами, колегами, іншими людьми. Мені здається, що до мене ставляться дещо зневажливо, недостатньо поважають мене, не бачать у мені особистості.

3. У мене теплі, хороші стосунки з однокурсниками, педагогами, з людьми взагалі. Я майже ніколи не конфлікую з ними. Я доброзичлива і рівна в спілкуванні людина.

4. У всіх невдачах, які переслідують мене в житті, я звинувачую тільки себе.

5. Я сумніваюся в тому, що можу сподобатись кому-небудь з дівчат (юнаків).

6. Я відчуваю, що мої зусилля у навчанні, роботі, спілкуванні марні. Я не можу здійснити тих планів, яких прагну.

7. Я відповідальна людина. На мене можна в усьому покластися.

8. Я можу прийняти більшу частину правил і вимог, яких мають дотримуватися люди.

9. Мені бракує власних переконань і правил.

10. У мене часто виникає почуття, нібито я злий на весь світ, усім незадоволений, до всіх чіпляюся, постійно дратуюся, можу зіпсувати настрій тим, хто мене оточує. Важко стримуватися в таких випадках.

11. Я вмію керувати собою і своїми вчинками, наприклад, цілковито відключатися від багатьох розваг, цікавих і привабливих справ у той час, коли потрібно напружено працювати (наприклад, готуватися до контрольної роботи, іспиту або звіту). Самоконтроль для мене не проблема.

12. Усі люди, з якими мені доводилося зустрічатися в житті, як правило, подобаються мені.

13. Мені зараз, у цю хвилину, дуже не по собі. Хочеться все кинути, куди-небудь заховатися.

14. Я схильний бути насторожі з тими людьми, хто чомусь поводить себе зі мною більш по-приятельськи, ніж я очікую.

15. Я завжди дотримуюся своїх обіцянок, навіть якщо це мені не вигідно.

16. Я завжди кажу тільки правду.

17. Я ніколи не запізнююсь.

18. Усі свої звички я вважаю хорошими.

19. Я завжди легко, вільно і невимушено висловлюю свої почуття в спілкуванні з дорослими, однолітками, маленькими дітьми. Я розкутий, незалежний. Спілкування для мене – задоволення; у ньому я можу розкрити себе, цілковито виявити свою індивідуальність.

20. Зазвичай я легко знаходжу спільну мову з тими, хто мене оточує.

21. Здебільшого в житті я відчуваю себе не ведучим, а веденим: мені не завжди вдається думати і діяти самостійно. Є такі люди, які своєю волею здатні підкорити мене собі.

22. Я відчуваю якусь безпорадність, невпевненість. Мені потрібно, щоб хто-небудь був поряд зі мною, постійно підказував, радив, контролював і підтримував мене.

23. Мені найважче боротися із самим собою.

24. У душі я оптиміст і вірю в краще в усіх сферах життя - в навчанні, в стосунках у колективі, в особистому житті.

25. Навіть тоді, коли мені здається, що мої рішення самостійні, вони все-таки прийняті під впливом інших людей.

26. Я відчуваю неприязнь, антипатію до того, що оточує мене.

27. Більшість людей, які мене знають, добре до мене ставляться, люблять і поважають мене.

28. У мене гарна фігура.

29. Я вибитий з колії. Не можу зібратися, взяти себе в руки, зосередитися, організувати себе для того, щоб моя праця стала ефективнішою, давала мені справжнє задоволення.

30. Я відчуваю млявість, апатію на заняттях (на роботі). Спочатку мені було на них цікаво, а тепер я до них збайдужів. Я не відчуваю піднесення, натхнення і радості від своєї роботи.

31. Найчастіше я можу прийняти рішення і твердо дотримуватися його.

32. Я всім задоволений: собою, стосунками з людьми, успіхами в навчанні.

33. Я не дуже довіряю своїм відчуттям, інколи вони мене зраджують.

34. У колі незнайомих людей мені досить важко бути самим собою.

35. Я врівноважений, спокійний, у мене завжди рівний настрій.

36. Я імпульсивний: поривчастий, нетерплячий, запальний.

37. Мені здається, що я бачу те, що відбувається зі мною, не зовсім так, як воно є насправді. Замість того щоб розважливо глянути фактам в обличчя, тлумачу їх на свій лад, вигадую зайве, тобто моє сприйняття не можна назвати реалістичним.

38. Я намагаюся ніколи не замислюватися над своїми проблемами.

39. Я розважлива, послідовна людина. Мені здається, що здебільшого я поведжуся розумно.

40. Я терплячий у своєму ставленні до людей і приймаю кожного таким, яким він є.

41. Я сором'язливий, легко знічуюся.

42. Мені обов'язково потрібні нагадування, підштовхування, щоб довести справу до кінця.

43. Я вважаю себе цікавою, ерудованою людиною, помітною, привабливою як особистість.

44. Я честолюбний. Небайдужий до успіхів, похвали. У тому, що я вважаю важливим, мені треба бути серед найкращих.

45. У процесі навчання, роботи я ні в чому не можу виявити себе, продемонструвати свої здібності, свою індивідуальність, своє «Я».
46. Я відчуваю зневагу до себе зараз.
47. Буває, що я поширюю плітки.
48. Буває, що я говорю про речі, на яких зовсім не розуміюся.
49. Інколи я люблю вихвалитися.
50. У мене бувають такі думки, якими я ні з ким не хотів би поділитися.
51. Я діяльний, енергійний, ініціативний.
52. Загалом я ставлюся до себе добре, яким би я не був.
53. Коли у мене псується стосунки з кимось із однолітків, мені неприємно, що про це стане відомо всім.
54. Я довго не можу прийняти рішення, а потім сумніваюсь у його правильності.
55. Я наполегливий, напористий. Мені завжди важливо наполягти на своєму.
56. Я незадоволений собою.
57. Я в якійсь розгубленості, все переплелось, змішалось в мене.
58. Я невдаха. Мені просто в усьому не щастить.
59. Я приємна, симпатична, приваблива людина.
60. Я може й не дуже гарний (-а) собою, але подобаюся дівчатам (хлопцям) як людина і як особистість.
61. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з дівчатами (жінками).
62. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з хлопцями (чоловіками).
63. У мене легко і спокійно на душі, немає нічого, що сильно хвилювало б мене.
64. Я вмію наполегливо працювати, якщо це потрібно.
65. Я часто буваю стривожений, стурбований, напружений і на заняттях (на роботі), і в спілкуванні.
66. Щоб змусити мене щось зробити, треба наполягти – і я поступлюся, зламаюся.
67. Я відчуваю, що змінююсь, расту, дорослішаю. Мої відчуття стають більш зрілими.
68. Я вважаю себе розумним, таким, що вміє розважливо аналізувати й оцінювати себе та інших.
69. Я відчуваю невпевненість у собі майже завжди і в усьому.
70. Я часто змушений захищати себе, шукати виправдання і обґрунтування своїх вчинків.
71. Я прагну покладатися на власні сили, не розраховуючи на чийсь допомогу завжди і в усьому.
72. Я відрізняюся від інших людей.
73. Я не поважаю себе.

74. Я безнадійний. Приймаю рішення і тут же їх порушую. Зневажаю своє безсилля, а вдіяти із собою нічого не можу. В мене немає волі і немає бажання її виробити.

75. Мені все зрозуміло в собі. Я добре себе розумію.

76. Я товариська і відверта людина, легко сходжуся з навколишніми.

77. Я не дуже надійний. На мене не в усьому можна покластися.

78. Мені здається, що в колективі мене недостатньо поважають.

79. Мої сили і здібності цілком відповідають тим цілям, які я ставлю перед собою.

80. Мої думки занадто займає особиста сфера, яка може серйозно вплинути на мої успіхи у навчанні, роботі.

«Ключ».

Шкала об'єктивності (відвертості відповідей): відповіді «так» на твердження 17, 18, 19, 20; відповіді «ні» на твердження 49, 50, 51, 52. Якщо співпало більше половини відповідей, то всі інші результати потребують певного коригування щодо відвертості відповідей з боку тестованого.

Шкала адаптованості: ствердні відповіді на запитання

1, 2, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 21, 22, 25, 26, 29, 30, 33, 34, 37, 38, 41, 42, 45, 46, 53, 54, 57, 58, 61, 62, 65, 66, 69, 70, 73, 74, 77, 78, 81.

Шкала дезадаптованості: ствердні відповіді на запитання

3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 35, 36, 39, 40, 43, 44, 47, 48, 55, 56, 59, 60, 63, 64, 67, 68, 71, 72, 75, 76, 79, 80, 82.

Загальний показник адаптованості визначається відношенням суми ствердних відповідей за шкалою адаптованості до суми ствердних відповідей за шкалою дезадаптованості. Що вище отриманий коефіцієнт, то вищий рівень соціально-психологічної адаптованості індивіда.

Визначити особливості соціально-психологічної дезадаптованості (причини, що зумовлюють найгостріші форми переживання) можна за допомогою додаткової шкали, побудованої за принципом незакінчених речень. Отримані в результаті матеріали здебільшого дають якісну інформацію, опрацювання якої досить складне, тому використовувати її доцільно насамперед для самоаналізу.

Додаткова шкала опитувальника К. Роджерса

Інструкція

Вам треба, прочитавши уважно запропоновані речення, закінчити їх так, щоб вони були логічно завершеними. Безумовно, закінчення має стосуватися вас, ваших типових проявів і звичок:

1. Я відчуваю внутрішню незручність і ніяковість, коли спілкуюся з людьми, у тому числі з однокурсниками (колегами по роботі). Це відбувається тому, що...

2. Я люблю змагання: дух суперництва, боротьби. Прагну бути одним з найкращих у...

3. Я багато в чому живу поглядами, правилами і переконаннями моїх од-нолітків (людей мого покоління). Проте не поділяю поглядів і переконань щодо...

4. Я люблю мріяти, іноді навіть удень. Це може бути безпосередньо на заняттях (під час праці): я відволікаюсь, і мені важко повернутися від мрії до реальності. Найчастіше я мрію...

5. У мене часто псується настрій: раптом охоплює глибокий смуток, нудьга. Найчастіше це буває...

6. Мене не дуже хвилює все, що стосується інших. Я занурений у свої інтереси, турботи. Мені нецікаво брати участь у колективних заходах, тому що...

7. Якщо я перебуваю серед великої кількості людей, мені буває самотньо, тому що...

8. Я непоступливий і неподатливий. Таких, як я, називають упертими людь-ми. Проте я можу бути поступливим, якщо...

9. Я критичний до всіх, хто мене оточує: до однокурсників, педагогів, людей взагалі і засуджую їх переважно за ...

10. Я часто відчуваю провину перед людьми, з якими спілкуюся вдома, у школі, в інституті, на роботі. Найчастіше це буває після...

11. Розізлившись, я нерідко втрачаю самовладання. Тоді я, як правило, ...

12. Я часто відчуваю себе ображеним. Головна причина ...

13. Я відчуваю внутрішню перевагу перед іншими людьми в ...

14. Мене постійно цікавить і непокоїть, що думають про мене ті, хто мене оточує, передусім...

15. У мене завжди вистачає сил зустрітися в обличчя з труднощами чи складними ситуаціями. Найчастіше я...

16. Я за вдачею ватажок і вмію впливати на інших. Особливо мені подо-бається...

17. Я м'який, поступливий у стосунках з іншими. Особливо легко мені...

18. Відчуття скутості, власної несвободи виникають у мене, коли...

(Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності : навч. посіб. Київ : Вища школа, 2004. 335 с. URL: https://juliaktrychenko.blogspot.com/p/blog-page_6.html).

Завдання 2. Українські психологи часто користуються посібником із проведення інтерв'ю подружжя Айві, які описали п'ятикрокову модель психологічного інтерв'ю.

1. Взаєморозуміння / структурування («Привіт!»)

2. Збір інформації. Визначення проблеми, ідентифікація потенційних можливостей клієнта («У чому полягає ваша проблема?»)

3. Бажаний результат. Чого хоче досягти клієнт («Що ви хочете отримати в результаті бесід із психологом?»)

4. Напрацювання альтернативних рішень («Що, окрім бажаного для вас результату, ми можемо з вами зробити?»)

5. Узагальнення («Що саме ви будете робити і яким чином?»).

На основі цих ключових питань розробіть власне інтерв'ю, яке дасть змогу пацієнту усвідомити свої труднощі, конфлікти, приховані мотиви поведінки тощо.

Завдання 3. Ознайомтесь із фотопроєктом «#RefugeeCameras (Фотокамери біженців)» Кевіна МакЕлвані (Kevin McElvaney). Напишіть есе на основі вражень від перегляду світлин, у якому бажано зосередитися на психологічному аспекті зображеного.

Завдання 4. Ознайомтесь із вправами, які можна використовувати психологу в роботі з нерезидентами. Спробуйте себе в ролі ведучого під час проведення цих вправ з одnogрупниками. Які враження після виконання у ведучого і гравців?

Вправа «Цікава подорож»

Мета: удосконалення навичок сприйняття та уявлення одне одного в іншій країні.

Учасники сідають у коло. Ведучий роздає фото з історичними пам'ятниками приймаючої вимушених мігрантів країни. Ведучий просить, щоб кожний уважно подивився на обличчя інших учасників упродовж 2-3 хвилин. Кожному з учасників протягом 1-2 хвилин необхідно фіксувати в пам'яті обличчя, яке вдалося уявити найкраще та скласти невеличку розповідь про перебування цієї людини у вказаному історичному місці. Після виконання вправи група розповідає про свої відчуття і повторює вправу.

Завдання: кожний з учасників повинен намагатися уявити якомога більшу кількість облич партнерів по групі у цій країні.

На вправу відводиться 20 хвилин.

Завдання 5. Створіть 2-3 тексти для виконання вправи. Потренуйтеся висловити складені тексти мовою жестів.

Вправа «Виражаємо любов на всіх мовах світу»

Мета: формування взаєморозуміння партнерів зі спілкування на невербальному рівні.

Один з учасників загадує певний текст, який містить фрази, що виражають почуття любові на мові іноземної країни, записуючи його на папері, але передає його немовби крізь скло, тобто за допомогою міміки та жестів. Решта гравців розповідають про те, що вони зрозуміли.

Ступінь збігання тексту, який було відтворено більшістю гравців, і тексту, записаного одним із учасників, свідчить про вміння встановлювати контакт.

На вправу відводиться 20 хвилин.

ТЕМА 2.5 РОЛЬ ДІАСПОРИ ЯК ОСЕРЕДКУ ЗБЕРЕЖЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ, КУЛЬТУРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

Завдання 1. Дайте відповіді на запитання:

А) З грецької слово «Діаспора» означає «розсіювання», «розколювання». Як можна застосувати цей вираз по відношенню до формування української діаспори?

Б) Що означає вираз «Хвилі еміграції»?

В) Як вплинули політичні процеси в СРСР на «хвилі еміграції» української діаспори в світі?

Завдання 2. Підготуйте повідомлення з презентаціями за темами:

1. Збереження національної свідомості та самосвідомості на кордоні.
2. Роль національних цінностей та інтересів в процесі адаптації мігрантів.

3. Проблема збереження національної культури та мови в осередках діаспор.

Завдання 3. Сформулюйте 5-6 тез для формування позитивного прийняття власних етнічних рис і особливостей.

Завдання 4. Запишіть план заходів, що матимуть на меті розвиток інтересу до своєї національної культури.

Завдання 5. Складіть вербальну і невербальну презентацію свого народу. Обговоріть, чим буде відрізнятися ця презентація від візитівок інших народів.

ТЕМА 2.6 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД РІЗНИХ ЗА МЕТОЮ ПЕРЕБУВАННЯ ГРУП НЕРЕЗИДЕНТІВ

Завдання 1. Сформулюйте мету гри «Опиши свій народ», доповніть зміст гри якостями, притаманними, на вашу думку, певним народам.

Гра «Опиши свій народ»

Ведучий називає одну якість, типове для його народу, наприклад: «польська – відкритий», кидає м'яч кому-небудь з учасників і пропонує йому зробити те ж саме. Якщо учасник належить до того ж народу, що і ведучий, він називає ще одну якість: «польська – доброзичливий». Якщо м'яч потрапляє до представника іншого народу, він називає якість, що характеризує його народ, наприклад: «грузин – гостинний», «українець – веселий» і кидає м'яч наступному учаснику.

Завдання 2. Ознайомтесь із методикою проведення гри «Покажи свій народ». Уявіть, що ви її проводите в колі нерезидентів і маєте першим показати

характерний для вашого народу жест, рух, танець чи пісню. Що це буде? Запропонуйте 3-4 варіанти. Обґрунтуйте свій вибір.

Хід гри «Покажи свій народ»

Учасники стають в коло. Ведучий пропонує їм подумати про те, який жест, рух, танець чи пісня могли б найбільш точно уявити їх народ, і показати це групі. Наприклад, грузинський народ може бути представлений танцем «Лезгинка». Ведучий починає вправу першим. Він робить крок вперед, називає народ, до якого належить, і зображує його будь-яким з перерахованих способів. Після цього він повертається назад, і вся група разом з ним робить крок вперед і намагається повторити те, що він зробив, – заспівати, станцювати тощо. Потім наступний учасник аналогічним чином представляє свій народ.

Завдання 3. Розробіть інструкцію до гри «Намалюй свій народ», визначте мету, часові рамки та питання для обговорення після її проведення.

Завдання 4. Ознайомтесь із вправою «Розповідь від імені національної страви». Зробіть висновок про те, яку мету переслідує психолог, включаючи її в роботу з нерезидентами. На якому етапі тренінгового заняття її доцільно використати? Придумайте оригінальну назву для такого тренінга, загальною метою якого має бути поглиблення знань про культурні особливості інших націй і розвитку в них толерантності у ставленні до їх представників.

Проведення. Учасники мають вибрати для себе одну націю із запропонованого списку (українська, німецька, італійська, іспанська, норвезька, грецька, китайська та ін.). Із огляду на свій вибір, учасники готували коротку розповідь про певну національну страву. Було наголошено на тому, що розповідати про вибрану страву потрібно від першої особи. Для прикладу, так: «Мене готують до особливих свят, а саме..», «Задля того, щоб мене приготувати, спочатку потрібно...» та т. ін. Окрім цього, підкреслювалося, щоб розповіді вирізнялися оригінальністю та містили багато подробиць. Зокрема – назву страви, як українською, так і мовою тієї нації, для якої вона є основною; рецепт її приготування; хто має її готувати та т. ін. Кожна розповідь триває до 5-ти хвилин.

Після прослуховування усіх розповідей відбувається їх обговорення. Запитання для обговорення:

1. Що нового ви сьогодні дізналися про основні національні страви?»
«Які прояви традицій і якостей характеру, темпераменту представників нації виявляються в її страві?

2. Що подібного та відмінного ви помітили у презентованих стравах?

3. Яку страву вам найбільше хотілося б скуштувати (приготувати)?
Важливими є й повідомлення про свої враження щодо участі у цій вправі.

Завдання 5. Для проведення вправи «Етноцентризм», метою якої є усвідомлення схильності на користь своєї культури, свого народу, знайомство з

феноменом етноцентризму та розуміння психологічного механізму етноцентризму підготуйте методичні матеріали: 2 коробки, 10 карток зі схематичним зображенням позитивних і негативних якостей людини.

Процедура проведення. Кожен учасник отримує десять карток. На них на прохання ведучого кожен учасник записує ті десять якостей, які найбільш характерні для його етнічної групи. Потім ведучий просить подумати, які з цих якостей відносяться до позитивних, а які - до негативних. В одну коробку учасники складають листочки з позитивними якостями, в іншу – з негативними. Коли ця робота виконана, провідний перераховує кількість карток в кожній коробці і оголошує результат, який потім обговорюється з групою. Як правило, позитивних якостей виходить набагато більше, ніж негативних. Ведучий повинен підкреслити цю різницю і пояснити учасникам, що такий результат - прояв етноцентризму. Цей феномен, з одного боку, допомагає етнічної групи підтримувати свою культуру, а з іншого, якщо він надмірно виражений, визначає сприйняття інших культур крізь призму власної, яка позиціонується як виняткова і найбільш гідна. Подібна позиція призводить до відчуття національної переваги і зарозумілості.

Питання для обговорення:

1. Чому своя національність і культура зазвичай оцінюються позитивно? Яке значення має для людини висока оцінка власної етнічної групи?
2. У чому виявляється етноцентризм? Чи завжди його прояви і наслідки негативні?

Завдання 6. Ознайомтесь із спеціальною навчальною грою «Бафа-Бафа», запропонованою американськими антропологами, яка допомагає зрозуміти, що таке культурна ментальність. Запропонуйте для народу «альфа» 2-3 теми для спілкування при обміні фішками, а для народу «бета» – 2-3 предмети, за які вони мають торгуватися.

Хід гри.

Учасники гри розподіляються на дві групи: одна група утворює народ із культурою «альфа» – доброзичливі і комунікабельні люди, що мають вождя, у колі яких панують патріархальні норми і цінності. Головне їхнє заняття – обмін різнокольоровими фішками.

Проте здобування фішок вони не вважають вагомою справою, оскільки важливим є сам процес спілкування при обміні. Це модель архаїчної, традиційної культури.

Друга група – це «бета-культура», що вимагає від людей діловитості та енергійності, адже головне завдання кожного – отримати якомога більше фішок одного кольору. Усі шукають партнерів, із якими з цією метою можна поторгуватися. Вступають у комунікацію тільки заради торгу, спілкуються лише мовою жестів чи штучно створених за особливими правилами звукосполучень. Бета-культура – демократична: в ній немає вождя, всі є рівними. Це модель сучасної ринкової культури.

Як тільки учасники гри достатньо освоїлися з цими нескладними правилами поведінки, з кожної групи відправляється делегація в іншу групу. І

тоді з'являються проблеми: доброзичливий альфа-народ видається людям бета-культури агресивним і недружелюбним, а посланців із групи альфа вражає дивна і безглузда метушня бета-народу: всі поспішають, стурбовані лише фішками, говорять якоюсь тарабарською мовою, не виявляють інтересу до твоєї особистості.

Після завершення гри проводиться спільне обговорення того, що пережили і відчули її учасники, як сприйняли «чужу» культуру, як «уловили» й оцінили її загальний «дух», атмосферу, яка панує в ній, тобто її менталітет. Таким чином кожен учасник гри «заражається» менталітетом своєї й іншої культури, що відповідає його внутрішнім особистісним настановам.

ТЕМА 2.7 РОБОТА ПСИХОЛОГА З НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ НЕРЕЗИДЕНТАМ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Завдання 1. Дайте відповіді на запитання:

1. Які ситуації можна вважати кризовими для нерезидентів?
2. Окресліть механізми виникнення травматичних переживань.
3. Схарактеризуйте стратегії подолання стресу.
4. Сформулюйте принципи надання першої психологічної допомоги.
5. Якими навичками надання екстреної психологічної допомоги людям при гострих психічних реакціях під час або після кризових подій має володіти психолог?
6. Які профілактичні методи роботи з негативними спогадами на формування сучасної і майбутньої поведінки людини вам відомі?

Завдання 2. Розробіть алгоритм технології роботи з негативними спогадами різного ступеня складності.

Завдання 3. У межах просвітницької діяльності психологічної служби підготуйте міні-лекцію для нерезидентів на одну з тем:

1. Життєва криза та її особливості з точки зору психології
2. Проблема емоційного вигорання, переживання, тривога та стрес
3. Криза розлучення з партнером: як пережити це на чужині?
4. Поняття «невиліковна хвороба як життєва криза»
5. Усвідомлення і осмислення поняття смерті близьких як кризи у житті людини

Завдання 4. Законспекуйте інформацію «Надання першої психологічної допомоги у кризових ситуаціях: рекомендації психолога», розміщену за посиланням: URL: <https://akhmetovfoundation.org/news/nadannya-pershoi-psyhologichnoi-dopomogy-u-kryzovyh-sytuatsiyah-rekomendatsii-psyhologa>.

Адаптуйте цю статтю до кризових ситуацій, у яких можуть перебувати нерезиденти, доповніть її відповідними нотатками.

Завдання 5. Уявіть, що ви маєте розробити методичні рекомендації з надання першої психологічної допомоги нерезидентам у кризових ситуаціях. Заповніть таблицю відповідною інформацією:

Розділ	Зміст
Визначення: що таке перша психологічна допомога (ППД)	
Завдання ППД	
ППД потребують	
Стани, за яких недостатньо лише ППД	
Коли надавати ППД	
Де надавати ППД	
Принципи надання ППД	
Етичні правила надання ППД (потрібно – не потрібно)	
Взаємодія та координація під час надання ППД	
Ефективне спілкування (потрібно – не потрібно)	
Оперативні правила ППД	
Алгоритм перших дій у наданні ППД	

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3

ТЕМА 3.1 ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ, СПРЯМОВАНИХ НА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВМІННЯ ВЗАЄМОДІЯТИ В ЧУЖОМУ СОЦІУМІ

Завдання 1. Ознайомтесь із ситуаціями, які переживають українці, перебуваючи не в Україні:

1 Жінка вимушено поїхала з трьома дітьми та чоловіком за кордон. Чоловік хоче повернутися і воювати, їх стосунки руйнуються, бо вона не може ефективно працювати, бо нервується, а чоловік не може повноцінно жити через почуття провини. Що робити в такому випадку?

2 Жінка не може не дивитися новини, а її родичі, які поряд, щиро не можуть зрозуміти, чому вона до сих пір не влаштовується на роботу. У жінки не вистачає сил на пошук роботи, вона може тільки підтримувати базові потреби: постійно спить, їсть. Як допомогти в такій ситуації?

3 Дитина не хоче іти в школу, дуже проситься повернутися додому. Але дому вже фізично немає. Друзі розкинуті по світу. Дитина стає «незручною» і неможливо її вмовити ні на що. Як допомогти дитині та собі?

Висловіть рекомендації щодо виходу із ситуацій, що описані вище. На яких засадах ви побудували ці рекомендації?

Завдання 2. Ознайомтесь із змістом вправи «Хто я?». Виконайте її самостійно, щоб здобути досвіду для проведення в ролі коуча на тренінгу з нерезидентами.

1. Напишіть на аркуші у стовпчик за одну хвилину десять відповідей на запитання «Хто я?».

2. Після завершення зачитайте свої варіанти, а інші учасники мають уважно слухати.

3. Коротке обговорення відповідей усіх учасників.

При обговоренні цікаво буде з'ясувати, чи записували учасники властивості, назви, характеристики, які відображають стану дорослого життя (наприклад, «лікар», «шофер», «доросла людина»).

4. Потім прохання підвестись тих учасників, у яких щось співпадає у визначеннях.

Інформаційний блок.

Коуч. Ви помітили, що всі ознаки, які нам зачитали, можна поділити на дві групи? Усі ваші характеристики, що ви собі дали, показують вас з двох боків: як унікальну істоту, особистість, а з іншого – як людину, що належить до групи. Це і є ваша ідентичність. Чи знаєте ви, що таке ідентичність? Це коли людина співставляє себе з іншими людьми, і, знаходячи щось подібне, відчуває себе частиною спільноти. Але одночасно, порівнюючи себе з іншими, людина відзначає свою унікальність, неповторність, пізнає своє «Я». Це особливо важливе у сучасному динамічному вільному суспільстві.

Питання для обговорення:

1. Як ви вважаєте, коли людина починає усвідомлювати себе частинкою суспільства та особистістю?

2. Хто або що впливає на це?

3. Чи може змінюватись ідентичність протягом життя залежно від обставин?

Завдання 3. Ознайомтесь із статтями «Як українцям адаптуватись до життя за кордоном? Поради експертки» (URL: <https://life.pravda.com.ua/health/2022/09/17/250483/>) та «Тут все чуже, хочу додому. Психологічні складнощі адаптації за кордоном» (URL: <https://evacuation.city/articles/235924/tut-vse-chuzhe-hochu-dodomu-psihologichni-skladnoschi-adaptacii-za-kordonom>).

Що в них спільного? Які психологічні стани і відчуття виокремлюють обидва автори? Що ви як психолог можете запропонувати людям в чужій країні?

Чи будуть відмінності в перебігу адаптаційних процесів у різних категорій нерезидентів? (студент, підліток, дитина, бізнесмен, домогосподарка)

Завдання 4. Розробіть план заходів щодо формування компетентностей, спрямованих на забезпечення вміння взаємодіяти в чужому соціумі (6 - 8 пунктів).

Завдання 5. Дайте практичні рекомендації для клієнта, який звернувся із запитом синдрому вцілілого (переслідування, війни, голод).

Завдання 6. Ознайомтесь із технікою «виписування». Змодельуйте 2-3 ситуації у житті нерезидента, при якій ця техніка буде ефективною.

На аркуші паперу дуже докладно і без таємниць, з максимальною емоційною насиченістю випишуйте проблему, яка вас турбує. Уявіть, що пишеться лист дуже близькій людині або навіть Господу Богу. Ретельно опишіть усе, що відбувається з вами і навколо вас. Що ви відчуваєте, чого боїтеся. Обов'язково опишіть усі небажані (негативні й страшні) варіанти результату в цій ситуації. Якщо є страх смерті, «програйте» і його, «вмирайте» в цьому листі, «поховайте» в ньому себе. Дійдіть до крайності, погоджуйтеся зі всім. Ніякого аналізу, лише опис, сповідь.

Якщо в процесі «виписування» з'являться сльози, інші зовнішні вираження емоцій – дуже добре ...

Застереження: у жодному разі не здійснюйте магічних маніпуляцій зі знищення паперу з виписаною проблемою, не слід навмисно спалювати її, «змивати» водою з неї негатив. Бажання зробити це, нехай навіть просто так, про всяк випадок, буде сигналом про ваші страхи перед проблемою. Поки ж є страх, прийняти проблему, погодитися з нею неможливо. Тому поставтеся до цих аркушів байдуже, як до звичайного сміття.

Через деякий час, можливо вже через годину або дві, а може й через добу, «виписування» повторюється. Дуже важливо! Ви не згадуєте зміст попереднього тексту, а описуєте свої реальні відчуття на момент другої фази «виписування». Вони будуть вже іншими.

Ви даєте відлежати другому варіанту тексту деякий час, знову орієнтуючись на свої відчуття.

А потім, відштовхуючись від контексту вашого «одкровення», ви шукаєте «вибухову фразу», в даній технології, можливо, навіть не одну. І переписуєте без змін текст попереднього листа, «вплітаючи» «вибухову фразу» в нього.

Перечитайте те, що вийшло. Ваш сміх буде оцінкою вашої роботи.

Залишки деструктивних напружень зніміть внутрішнім сміхом.

Завдання 7. Ознайомтесь із методикою діагностики рівня соціальної фрустрованості (В.В. Бойко). Яким чином вона може бути використаний психологом у роботі з нерезидентами, що дозволить з'ясувати?

Інструкція. Прочитайте кожне запитання й обведіть одну з цифр, яка підходить найбільше:

- 1 – цілком задоволений;
- 2 – швидше задоволений;
- 3 – швидше не задоволений;
- 4 – цілком не задоволений.

Чи задоволені ви:	Бали
Своєю освітою	1 234
Стосунками з колегами по роботі	1 234
Стосунками з адміністрацією на роботі	1 234
Стосунками із суб'єктами своєї професійної діяльності	1 234
Змістом своєї роботи загалом	1 234
Умовами професійної діяльності (навчання)	1 234
Своїм становищем у суспільстві	1 234
Матеріальним становищем	1 234
Житлово-побутовими умовами	1 234
Стосунками з чоловіком (дружиною)	1 234
Стосунками з дитиною (дітьми)	1 234
Стосунками з батьками	1 234
Станом суспільства (держави)	1 234
Стосунками з друзями, найближчими знайомими	1 234
Сферою послуг і побутового обслуговування	1 234
Сферою медичного обслуговування	1 234
Проведенням дозвілля	1 234
Можливістю проводити відпустку	1 234
Можливістю вибору місця роботи	1 234
Своїм способом життя загалом	1 234

Обробка та інтерпретація результатів.

За кожним пунктом визначається показник рівня фрустрованості. Він може варіюватися від 0 до 4 балів.

Висновки про рівень соціальної фрустрованості робляться з урахуванням величини балу за кожним пунктом. Чим більший середній бал, тим вищий рівень соціальної фрустрованості.

- 3,5–4 бали: дуже високий рівень фрустрованості;
- 3,0–3,4: підвищений рівень фрустрованості;
- 2,5–2,9: помірний рівень фрустрованості;
- 2,0–2,4: невизначений рівень фрустрованості;
- 1,5–1,9: знижений рівень фрустрованості;
- 0,5–1,4: дуже низький рівень фрустрованості;
- 0–0,5: відсутність (майже відсутність) фрустрованості.

ТЕМА 3.2 ПРОЯВИ МІЖКУЛЬТУРНОЇ КОМУНІКАЦІЇ

Завдання 1. У словнику української мови знайдіть визначення таким поняттям і запишіть їх до зошита: толерантність, довіра, міжкультурна сенситивність, етноцентризм, етнорелятивізм, емпатія.

Завдання 2. Наведіть по 3-4 приклади стереотипів, що виникають у нерезидентів, що прибули до Європи, при словосполученнях «свобода совісті», «расизм», «одностатеві шлюби».

Завдання 3. Погодьтеся або спростуйте думку, навівши приклади:

- А) стереотипи завжди простіші, ніж реальність;
- Б) стереотипи люди не формують особисто на основі власного досвіду, а набувають їх у соціальному середовищі;
- В) усі стереотипи помилкові, більшою чи меншою мірою;
- Г) стереотипи дуже стійкі та довговічні.

Завдання 4. Ознайомтесь та поясніть, як ви розумієте вислови, яке поняття їх об'єднує?

Золоте правило моральності: «Стався до людей так, як хочеш, щоб ставилися до тебе».

Платинове правило Бенета: «Поводься з іншими так, як вони вчинили б самі з собою».

Завдання 5. Опишіть навчання у виші:

А) як студент, що здобуває освіту у рідній країні;

Б) як студент-іноземець.

Використовуйте план.

1. Вибір спеціальності.
2. Умови життя.
3. Проблеми.
4. Оточення.

Проаналізуйте обидва підходи з огляду на проблеми, з якими гіпотетично можуть зіштовхуватися здобувачі вищої освіти обох категорій.

Завдання 6. Як відомо, національні стереотипи – річ дуже цікава, і, на жаль, іноді невіривна. «Німці – пунктуальні та працелюбні, в Англії завжди дощ, італійці – емоційні» – ось один з численних прикладів таких стереотипів. Подивіться на карту Європи очима французів. Складіть власну карту стереотипів. Порівняйте її з картами інших студентів. Складіть список стереотипів, притаманних для різних країн. Порівняйте, знайдіть спільні та відмінні риси.

Завдання 7. Складіть діалог між роботодавцем, представником поліактивної культури та майбутнім робітником, представником моноактивної

культури. З позиції претендента на посаду поцікавтесь, які вимоги висуваються до умов праці (освіта, досвід, оплата, робочі години). Спрогнозуйте, чи отримає претендент омріяну роботу? Аргументуйте ваші міркування.

Завдання 8. Доповніть факти про звичаї різних народів словами *можете, не можете, маєте, не маєте*:

1. У багатьох арабських країнах ви ... приїздити вчасно на зустрічі або громадський захід – пунктуальність не вважається необхідною.

2. У багатьох частинах Азії ви ... торкатися або гладити когось по голові – це вважається образливим.

3. У багатьох країнах Азії ви ... їсти правою рукою, бо ліва рука вважається брудною.

4. У багатьох країнах ви ... використовувати ваш вказівний палець, щоб покликати когось – це дуже неввічливо.

ТЕМА 3.3 ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У ПОДОЛАННІ МОВНОГО БАР'ЄРУ

Завдання 1. Занотуйте поради для відвідувачів Вашої країни. Поясніть правила ввічливості, які необхідно знати, коли Вас запросили на вечерю.

Добривдень, ...!

Ось декілька порад, як бути ввічливим.

Ви можете...

Ви не можете...

Вам не потрібно...

Вам необхідно...

Завдання 2. Прокоментуйте реальні відгуки мігрантів і поясніть, що спричинило емоції:

1. «Завжди приділяла багато уваги вдосконаленню знань з англійської мови та не могла уявити, що отримавши міжнародний сертифікат рівня досвідченого користувача (advanced), буду відчувати напруження на роботі, зіштовхуватись з труднощами в повсякденному спілкуванні; різниця культур, виховання може призводити до серйозних непорозумінь у простих і звичайних робочих ситуаціях. Ніяк не можу звикнути і прийняти звичку мого начальника, британця, класти ноги на мій робочий стіл, коли я виходжу з кабінету, або навіть на наш спільний кофейний столик. Одного разу я не витримала і сказала, що в нас так не прийнято, він не зрозумів мене й продовжує час від часу це робити. Спочатку це мене шокувало, тепер – дратує й заважає зосередитись на справі. Хоча потрібно відмітити, що абсолютно всі британці, хто в нас працює, високоосвічені інтелектуали, з аналітичним складом розуму. Це правда, але ж вони поведуть себе, наче на сцені, щоб їх постійно хвалили й виражали захоплення. Це їх головна особливість» (Вікторія К., менеджер з персоналу).

2. «Часто спілкуюсь зі своєю колегою із Швеції. Під час однієї з наших службових дискусій, розмова непомітно перейшла в особистий формат і я доторкнулась своєю рукою до її руки. Вона різко відсторонилась від мене й сказала: «Вибач, мені неприємно, коли хтось до мене торкається». Більше на особисті теми ми не говоримо... (Меріам, агент з нерухомості).

3. «Цю ситуацію я спостерігала з боку, коли потрібно було перенести деякі меблі та величезну купу документів із одного кабінету до іншого. Склавши свої папки в коробку, шведка понесла все це, тримаючи перед собою. Назустріч йшов колега-американець і ввічливо запропонував допомогти. Вона на нього образилась і каже: «Я сама можу свої речі донести. Я ж не німечна, ми з тобою рівні за силою». Він був шокований» (Христина М., топ-менеджер).

4. «Французи дуже прискіпливо ставляться до кількості своїх вихідних і тривалості робочого часу. Навіть якщо справи не закінчено, вони можуть просто встати і сказати: «Мій робочий день скінчився. Я пішов. До побачення!» (Стів С., менеджер).

5. «Найбільше листів-скарг до своїх безпосередніх керівників підрозділів надходить саме від персоналу, особливо жінок, зі Швеції. У них так прийнято, якщо ти бачиш, що якась робота виконується неякісно, то зобов'язаний сповістити про це, написати скаргу, інакше ти нічого не робиш, щоб змінити світ на краще. А байдужість – страшний гріх» (Ганна К., перекладач).

Питання. Які способи виходу з наведених ситуацій запропонували б ви? Які факти, приклади слід враховувати, щоб вплинути на взаємовідносини колег-іноземців і побудувати конструктивний діалог?

Завдання 3. Розробіть елемент (вправу, гру, завдання, тест) тренінгового заняття на тему ««Не бійтесь – це культура», метою якого є знайомство з іншими культурами, обмін інформацією серед нерезидентів щодо улюблених фільмів, книг, мемів, музики, театру, коміксів, картин тощо.

Завдання 4. Після перегляду відеоролика «Як подолати мовний бар'єр? Помилки – це нормально» (URL: <https://www.youtube.com/watch?v=ela6rAojBkA>) проаналізуйте промову з огляду висвітлення проблеми з мовознавчої та психологічної точки зору. За потребою додайте інформації, яка допоможе вирішити проблему подолання мовного бар'єру.

Завдання 5. Ознайомтесь із прикладами комунікативних ігор. Запропонуйте конкретне тематичне та методичне наповнення для їх використання психологами у роботі з нерезидентами:

1. «*Мікрофон*». Учасники розподіляються на пари та розповідають про себе одне одному протягом 2-3 хвилин. Потім кожен учасник розповідає про свого партнера, назвавши його ім'я та деякі цікаві факти про нього.

2. «*Капітан*». Учасники діляться на дві команди та вибирають по одному капітану в кожній з них. Кожна команда отримує список слів, які капітан

повинен описати своїй команді, не використовуючи при цьому ці слова. Команда, яка першою відгадає всі слова, перемагає.

3. «*Історії на картках*». Учасники отримують картки зі словами та фразами, і вони мають створити історію, в яку потрібно включити всі ці слова. Ця гра сприяє розвитку креативності, логіки та навичок мовлення.

4. «*Розмовна кулька*». Учасники сідають у коло та передають одне одному імпровізовану «розмовну кульку». Кожен учасник говорить протягом 30 секунд на тему, яку визначає попередній учасник. Ця гра сприяє розвитку навичок висловлювання своїх думок та ідей на льоту.

5. «*Різні точки зору*». Учасники діляться на групи по 3-4 особи та отримують картки зі складними етичними або соціальними проблемами. Кожна група має висловити свою точку зору на ту чи іншу проблему, а потім обговорити всі можливі варіанти вирішення цієї проблеми. Ця гра сприяє розвитку навичок аргументації та дискусії.

ТЕМА 3.4 УЧАСТЬ ПСИХОЛОГА В ЗАХОДАХ ЩОДО ПОДОЛАННЯ «КУЛЬТУРНОГО ШОКУ» ТА «КУЛЬТУРНОЇ ДИСТАНЦІЇ»

Завдання 1. Підготуйте кілька тез для інструктажу групі іноземців, які збираються у відрядження до України

Завдання 2. Придумайте назву для міжкультурного тренінгу для іноземців, сформулюйте його мету.

Завдання 3. Які явища, предмети, символи, розбір ситуацій ви б передбачили для проведення атрибутивного тренінгу для групи студентів-іноземців, що збираються до України?

Завдання 4. Поясніть платинове правило будь-якої міжкультурної взаємодії: «Роби так, як роблять інші. Роби так, як вони люблять, як їм подобається».

Завдання 5. Скориставшись пошуковою системою, з'ясуйте короткий зміст художніх фільмів «Танці з вовками», «Колір страху», «Сім років у Тибеті», «Мое велике грецьке весілля». На вашу думку, у вирішенні якої проблеми нерезидентів цей метод (знайомство з країною через кіно) може допомогти?

Завдання 6. Ознайомтесь із інформацією про віртуальні ігри. Якому контингенту нерезидентів ви могли б запропонувати їх та з якою метою?

1. Ігри «Друге життя» («SecondLife») та «Друге життя підлітка» («Teen SecondLife») представляють Інтернет орієнтований віртуальний світ, в якому учні взаємодіють один з одним через аватари для знайомства, спілкування, участі в індивідуальних і групових заходах, покупки речей та отримання послуг

один від одного, вирішення проблем, які виникають в полікультурному суспільстві.

2. «MINORIA-MAJORIA» орієнтована на ознайомлення з економічними відносинами, в яких одна людина або група людей є багатшими, ніж інші.

3. «BAFA BAFA»: гравці діляться на групи альфанців і бетанців, кожна група має свою власну унікальну культуру, невербальну мову, способи зв'язку. У грі «BARNGA» гравці мають можливість знайти нові рішення незнайомих проблем, викликаних невербальною комунікацією, в цьому є її схожість з грою «BAFA BAFA».

Завдання 7. Розгляньте конфліктну ситуацію з варіантами інтерпретацій поведінки персонажів. Оберіть варіант, аргументуйте вибір.

Майкл, американський студент, за програмою академічного обміну перебуває на навчанні в Туніському університеті Ель Манар, де вивчає арабську мову. У кінці семестру він складає іспит з арабської мови та отримує неатестовано. Викладач арабської мови налаштований позитивно до іноземного студента, він посміхається і пропонує йому спробувати перекласти іспит наступного дня. У відповідь студент демонструє жест, утворений великим і вказівним пальцями, який означає «о'кей». Раптом викладач блідне і поспіхом залишає аудиторію, боязко озируючись на студента:

А) викладач залишив аудиторію, упевнений у тому, що студент прийде перекладати іспит наступного дня;

Б) викладач залишив аудиторію, упевнений у тому, що студент не бажає перекладати іспит;

В) викладач залишив аудиторію, упевнений у тому, що студент хоче дати йому хабаря;

Г) викладач залишив аудиторію, упевнений у тому, що студент хоче його вбити.

Завдання 8. Ознайомтесь із грою «Міклухи і Маклаї», що спрямована на виховання розуміння та сприйняття іншої культури. Сформулюйте 6–8 непрямих запитань для участі у грі.

Мета гри – навчити нерезидентів розуміти, як функціонує культура, що означає бути в незнайомому культурному середовищі, які почуття й емоції можуть при цьому відчувати люди.

Учасники мають можливість випробувати себе у різних ролях. «Міклухи і Маклаї» – дві різні культури зі своїми правилами поведінки, ціннісними орієнтирами, стосунками, традиціями, типовими видами повсякденної діяльності. Представники кожної групи – «посли» – уважно стежать за поведінкою членів іншої групи для того, щоб зрозуміти їхні норми поведінки, цінності та інші культурні характеристики. Ставлячи лише непрямі запитання, вони визначають основні риси культурної групи, яку «відвідують». Після візиту «послів» складається культурний портрет іншої групи. Результати гри обговорюються.

Завдання 9. Розбір ситуації, що призвела до інциденту. Ви поїхали з візитом до родини приятеля, яка мешкає в Мексиці. Під час розмови Вам пропонують випити води. На вулиці велика спека й ви вирішили прийняти пропозицію, але спостерігаєте за тим, звідки вам візьмуть воду. Ви бачите, що господиня відкрила сміттєвий бак у кутку, занурила туди склянку, а потім пішла з нею до вас. Ви сидите та перебуваєте в шоці від того, що тільки що відбулось. Що ви будете робити?

Можливі відповіді:

1. Ви люб'язно повідомите, що передумали і що не хочете пити.
2. Ви візьмете воду, а потім випадково проллєте її, щоб не пити.
3. Ви запитаєте родину, чому вони утримують воду в сміттєвому баку та почнете пояснювати, що існують інші санітарні умови зберігання води.
4. Ви просто вип'єте воду з насолодою.

Завдання 10. Складіть кілька питань для інтерв'ю з використанням методики критичного інциденту: респондентам пропонують пригадати події, в яких відбулося таке, що різко в позитивну або негативну сторону змінило їхню думку про представників іншої культури.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

Базовий

1. Безвізовий діалог між Україною та ЄС. План дій з лібералізації візового режиму [Електрон. ресурс]. – Електрон. текст. дані. – Режим доступу: http://www.kmu.gov.ua/document/244813925/План%20д%20й%20щодо%20л%20берал%20зац%20С%20в%20зового%20режиму%20для%20Укра_ни.pdf, вільний (дата звернення: 02.07.2024). – Назва з екрана.
2. Етнопсихологія : навч. посіб. / Уклад. : Ольховецький С. М., Ольховецький В. С. – Умань : Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2019. – 155 с. – Існує електрон. версія. (Режим доступу: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12258/1/%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf>, вільний).
3. Зливков В. Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В. Л. Зливков, С. О. Лукомська, О. В. Федан. – Київ : Педагогічна думка, 2016. – 219 с.
4. Кавиліна Г. К. Конфліктологія : навч. посіб. / Г. К. Кавиліна. – Одеса : Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2021. – 153 с. – Існує електрон. версія. (Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/12440/1/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%D0%9A%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BE%D0%B9.pdf>, вільний).
5. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навч. посіб. / О. В. Мазяр. – Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. – 284 с. – Існує електрон. версія. (Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/33803/1/%D0%9C%D0%B0%D0%B7%D1%8F%D1%80%D0%94%D0%B8%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F.%20%D0%9C%D0%BE%D0%B4%D1%83%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%81.pdf>, вільний).
6. Матвійчук Т. Ф. Конфліктологія : навч.-метод. посіб. / Т. Ф. Матвійчук. – Львів : Вид-во «ГАЛИЧ-ПРЕС», 2018. – 76 с. – Існує електрон. версія. (Режим доступу: <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/11447/1/%D0%9C%D0%B0%D1%82%D0%B2%D1%96%D0%B9%D1%87%D1%83%D0%BA%20%D0%A2.%20%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%25D.pdf>, вільний).
7. Міграційна політика: глобальний контекст та українські реалії : монографія / О. А. Малиновська. – Київ : НІСД, 2018. – 472 с.
8. Опанасенко Л. А. Основи психологічного консультування: у схемах і таблицях / Л. А. Опанасенко. – Миколаїв : Іліон, 2019. – 134 с. – Існує електрон. версія. (Режим доступу: <http://dspace.mdu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/510/1/%D0%9E%D0%BF%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%D0%9E%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0>

Електронне навчальне видання

Методичні рекомендації
до проведення практичних занять
із навчальної дисципліни

**«СУПРОВІД ІНТЕГРАЦІЇ НЕРЕЗИДЕНТІВ
У ЄВРОПЕЙСЬКИЙ МЕГАПОЛІС»**

(для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти денної і заочної форм навчання зі спеціальності 053 – Психологія, освітньо-професійна програма «Психологія. Соціально-психологічний супровід у мегаполісі»)

Укладач **ДОЛГОПОЛ** Олена Олександрівна

Відповідальний за випуск *О. О. Жигло*

Редактор *О. А. Норик*

Комп'ютерне верстання *О. О. Долгопол*

План 2024, поз. 361М

Підп. до друку 05.07.2024. Формат 60 × 84/16.

Ум. друк. арк. 2,6.

Видавець і виготовлювач:

Харківський національний університет
міського господарства імені О. М. Бекетова,
вул. Маршала Бажанова, 17, Харків, 61002.

Електронна адреса: office@kname.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи:

ДК № 5328 від 11.04.2017.