

УДК 378.011.31:371.26

**Ірина Зварич**, кандидат педагогічних наук, провідний науковий співробітник  
Науково-дослідної лабораторії навчально-наукового центру мовної підготовки НА СБ України, м. Київ

### ОЦІНЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ З УРАХУВАННЯМ АМЕРИКАНСЬКОГО ДОСВІДУ

У статті акцентується увага на впровадженні досвіду США з оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах України; розглянуто і проаналізовано вітчизняні електронні сайти на яких висвітлюються результати оцінювання професійної діяльності викладачів у ВНЗ України; запропоновано рекомендації щодо оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах України з урахуванням американського досвіду.

**Ключові слова:** оцінювання, професійна діяльність, викладачі, рейтинг, вищий навчальний заклад, американський досвід, якість навчального процесу, сфера освіти, модернізація, Інтернет сайти.

*Лит. 5.*

**Ірина Зварич**, кандидат педагогических наук, ведущий научный сотрудник  
Научно-исследовательской лаборатории учебно-научного центра языковой подготовки НА СБ Украины, г. Киев

### ОЦЕНИВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ УКРАИНЫ С УЧЕТОМ АМЕРИКАНСКОГО ОПЫТА

В статье акцентируется внимание на внедрении опыта США с оценивания профессиональной деятельности преподавателей в высших учебных заведениях Украины; рассмотрены и проанализированы отечественные электронные сайты, которые отображают результаты оценивания профессиональной деятельности преподавателей в ВУЗ Украины; предложено рекомендации оценивания профессиональной деятельности преподавателей в высших учебных заведениях Украины с использованием американского опыта.

**Ключевые слова:** оценивание, профессиональная деятельность, преподаватели, рейтинг, высшее учебное заведение, американский опыт, качество учебного процесса, сфера образования, модернизация, Интернет сайты.

**Iryna Zvarych, Ph.D. (Pedagogy) Leading Researcher**  
Research Laboratory of Educational and Scientific Centre of Linguistic Training of  
NASS of Ukraine, Kyiv

### THE ASSESSMENT OF THE LECTURERS' PEDAGOGICAL ACTIVITIES AT THE UKRAINIAN'S HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS WITH TAKING INTO CONSIDERATION THE AMERICAN EXPERIENCE

In this article the attention is being accented on introduction the USA experience of assessment the lecturers' pedagogical activities at the Institutions of Higher Learning in Ukraine; the home electronic sites which represent the results of assessment the lecturers' pedagogical activities at Institutions of Higher Learning in Ukraine have been observed and analyzed; the recommendations of assessment the lecturers' pedagogical activities at the Institutions of Higher Learning in Ukraine with taking into consideration the American experience have been suggested.

**Keywords:** assessment, pedagogical activities, lecturers, rating, Institutions of Higher Learning, American experience, quality of educational process, sphere of education, modernization, Internet sites.

**П**остановка проблеми. Освіта – основа розвитку держави і вона завжди відображає інтереси суспільства та виконує його соціальне замовлення на поставлене завдання, формує суспільний попит на знання і перспективи. Для її успішного розвитку необхідно вивчати зарубіжний досвід та впроваджувати передові новітні технології до навчального процесу, зокрема, оцінювання професійної діяльності викладачів, щоб підвищити якість забезпечення освітніх послуг. Однак не варто вдаватись до спроби механічного

запозичення і копіювання зарубіжного досвіду, оскільки необхідно впевнитись у його дієвості та адаптації до загальнокультурних, соціально-економічних і інституційних умов у вищих навчальних закладах України та здійснити необхідну діагностику щодо переваг та недоліків його впровадження. І щоб домогтись реальної спроби впровадження зарубіжного досвіду необхідно впевнитись в тому, що ці бажані та необхідні зміни є можливими, доступними і вони вплинуть на розвиток національної освіти та її вдосконалення.

Освіта є визначальним чинником наукового, культурного, економічного, політичного, соціально-економічного потенціалу нації, суспільства та держави. Вона вважається основою стратегічного розвитку добробуту людей, розумного використання національних ресурсів, утвердження конкурентоспроможності на міжнародному рівні.

Глобалізація, зміна різного виду технологій, перехід до постіндустріального, інформаційного суспільства, утвердження пріоритетів країни зумовили розвиток особистості як головний показник і ключовий важіль сучасного прогресу і розвитку держави. Необхідність реформування вищої освіти та потреба в радикальній модернізації вищих навчальних закладів, ставлять перед суспільством і державою забезпечити пріоритетність розвитку освіти і науки, які залежать від якісної підготовки викладачів, їх педагогічної компетентності, майстерності. Саме тому оцінювання професійної діяльності викладачів – одна із важливих проблем підвищення якості навчального процесу.

В цьому відношенні чимало успіхів досягнуто у системі вищої освіти США. Завдяки реформам в американському суспільстві освіта стала більш відкритою, різноманітною, різнобічною. Особливо важливим став процес оцінювання професійної діяльності викладачів США в ході якого залучені працівники освіти, адміністрація вищих навчальних закладів, студенти, батьки.

Оцінювання педагогічної компетентності викладачів США – є одним із важливих факторів підвищення якості навчального процесу у вищих навчальних закладах. Процес педагогічного оцінювання реалізується на високому науково-методичному рівні, який певною мірою вивчається і почав запроваджуватись у вищих навчальних закладах України та у багатьох інших країнах світу.

Розроблені у США стандарти, методи, принципи, підходи оцінювання професійної діяльності викладачів стали значним доробком Національного центру освітньої статистики США, завдяки впровадженню програми “Визначення й вибір компетентностей: теоретичні та концептуальні засади” (“Definition and Selection of Competence. Theoretical and Conceptual Foundations”) або коротка назва “DeSeCo”. Експертами цієї програми є представники освіти, бізнесу, праці, здоров’я. Вони визначили, що компетентність це здатність працюючого успішно виконувати поставлені завдання, враховуючи, що компетентність спеціаліста ґрунтується на поєднанні знань, вмінь, практичних навичок,

цінностей, всіх тих професійних якостей, які максимально сприяють успіхові.

**Аналіз наукових досягнень і публікацій.** О.Г. Величко, В.П. Іващенко, О.Г. Ясев, О.Д. Рожков вважають, що найбільш раціональним способом врахування педагогічної складової діяльності педагога є оцінювання викладачів основним споживачем навчальних послуг – студентами. Безумовно, студенти – основний споживач навчальних послуг, а викладачі – джерело накопиченої інформації, яку вони професійно передають своїм вихованцям. Проте будь-які оціночні судження зроблені особистістю є суб’єктивними, оскільки на них впливає людський фактор. Тому для об’єктивного оцінювання професійної діяльності викладачів варто враховувати думку студентів, викладачів, експертів, адміністрації і т.д.

**Мета статті і завдання:** зосередити увагу на впровадженні досвіду США з оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах України, розглянути і проаналізувати вітчизняні електронні сайти на яких висвітлюються результати оцінювання професійної діяльності викладачів у ВНЗ України, запропонувати рекомендації щодо оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах України з урахуванням американського досвіду.

**Виклад основного матеріалу.** Оцінювання професійної діяльності викладачів США – важливий інструмент контролю та стимулювання педагогів щодо ефективності викладання навчальних дисциплін, підвищення якості навчального процесу та забезпечення освітніх послуг. Саме для успішного розвитку освіти в Україні доцільно вивчати зарубіжний досвід та впроваджувати передові новітні технології у навчальному процесі. Проте необхідно враховувати власні традиції та досягнення у діяльності вищих навчальних закладах України.

Досвід оцінювання професійної діяльності викладачів США та визначення рейтингу педагогів поступово вивчається вітчизняними дослідниками і впроваджується до вищих навчальних закладів України.

У Національній металургійній академії України (НМетАУ) м. Дніпропетровська оцінювання професійної діяльності викладачів здійснюється за такими основними критеріями: написання статей у вітчизняних та зарубіжних виданнях, монографій, посібників тощо; керівництво аспірантами та пошукачами, науково-дослідними роботами, виконання навчального навантаження. Треба зауважити, що зазначені критерії оцінювання

професійної діяльності викладачів, визначають показники кількості, а не характеризують якість викладання навчальної дисципліни. Чим більше опубліковано наукових статей і захищено дисертацій та наукових проектів, тим вищий рейтинговий показник у викладачів, хто займається науковою діяльністю. Викладачі, які менше приділяють уваги науковій роботі мають нижчий рейтинг професійної діяльності, не дивлячись на те, що вони значно підвищують свою педагогічну компетентність, майстерність шляхом введення нових курсів, пошуку суттєвої новітньої навчальної інформації тощо. Саме тому наукову роботу варто поєднувати з навчальною, опитуванням студентів, прислухатись до думки експертів, адміністрації та колег в процесі оцінювання професійної діяльності викладачів [1].

Зокрема, у Харківському регіональному інституті Національної академії державного управління (ХарПІ НАДУ) впроваджується зарубіжний досвід і анкетування студентів з оцінювання професійної діяльності викладачів відбувається щорічно. У цьому вищому навчальному закладі створюються всі умови для об'єктивного діагностування рівня якості знань педагогів і результати оцінювання використовуються для рекомендацій щодо надання їм звання "Викладач року". Таким чином, думка студентів враховується при визначенні рейтингу викладачів та береться до уваги для надання освітніх послуг в ХарПІ НАДУ.

Процес оцінювання професійної діяльності викладачів студентами є важливим і необхідним для підвищення якості викладання навчальних дисциплін, покращання процесу навчання та модернізації вищого навчального закладу. Впровадження зарубіжного досвіду є позитивним фактом у реформуванні вітчизняної вищої освіти, однак він неохоче сприймається у навчальному процесі всіх вищих навчальних закладів України. Оскільки, багато викладачів вважають, що саме результати оцінювання професійної діяльності викладачів негативно вплинуть на їх кар'єрне зростання. В окремих ВНЗ адміністрація підтримує таку думку викладачів і не бажає витрачати кошти на впровадження процесу діагностування, тому що вважає результати анкетування студентів з оцінювання професійної діяльності педагогів необ'єктивними і непрофесійними.

Варто зазначити, що в Україні створено в Інтернет мережі сайт з оцінювання професійної діяльності викладачів "anonimka.info" (Анонімка. Інфо.) який за цілями і завданнями подібний до того, що вже існує в США "ratemyprofessors". На

сайті "anonimka.info" зареєстровано більше чотирьох тисяч користувачів, з них більше тисячі викладачів. Для того, щоб користуватись послугами сайту необхідно зареєструватись. Цей сайт створено з метою збору інформації від студентів та випускників вищих навчальних закладів про якість викладання навчальних дисциплін окремими викладачами та рівень отримання вищої освіти у вищому навчальному закладі. На цьому сайті, отримані результати від студентів, вважаються рейтингом викладачів, який користується популярністю серед абітурієнтів та вихованців і створюється на основі основних двох важелів – кількості відгуків від користувачів сайту і виставлених балів на основі запропонованих критеріїв, що визначили думку молоді до педагога. На сайті нараховується понад 33 критерії з оцінювання професійної діяльності, зокрема педагогічної компетентності викладачів, серед них такі: *загальна оцінка викладача, активність і організованість педагога, його вміння викладати навчальний матеріал з дисципліни, вимогливість, об'єктивність, почуття гумору, шарм та ін.* Визначення педагогічної компетентності викладачів за представленими критеріями вказує на те, що саме цінують студенти в професійній діяльності педагогів. Зазначені критерії, зокрема, "шарм" більше характеризують викладача, як людину та особистість. Критерії за якими оцінюють фахові здібностей педагога, то вони потребують чіткості у формуванні та спеціальної направленості в процесі діагностування. Натомість, бракує послідовності в їх наявній кількості, до того ж оцінювання професійної діяльності викладачів не представлено зрозуміло і професійно. Окрім того, не всі вищі навчальні заклади беруть участь у процесі оцінювання та визначенні рейтингу педагогів студентами. Небагато бажаючих викладачів зареєстровано на сайті, які беруть участь у процесі оцінювання професійної діяльності студентами, зокрема рівня якості викладання навчальної дисципліни у вищому закладі освіти. Це вказує на зовсім низьку активність педагогів брати участь у процесі діагностування.

Таким чином, досвід оцінювання професійної діяльності викладачів без ентузіазму, але поступово впроваджується у вищих навчальних закладах України. Рейтинг педагогів України можна знайти на популярному серед студентів і викладачів сайті "Studzona" на якому представлені: Чернівецький Національний університет (ЧНУ), вищі навчальні заклади на Донеччині, Львівський Національний університет

імені І.Я. Франка (ЛНУ), Одеська Національна юридична академія (ОНЮА), Національна юридична академія імені Ярослава Мудрого (НЮА).

На цьому сайті студенти, випускники та відвідувачі можуть висловити власну думку щодо рівня якості знань викладача, оцінити його вміння викладати навчальну дисципліну, триматись в аудиторії, спілкуватись зі студентами та об'єктивно і справедливо здійснювати оцінювання рівня якості їхніх знань. Кожен з них може додати ім'я та прізвище педагога до існуючого списку і залишити свій відгук про його рівень знань, педагогічну компетентність та вміння викладати навчальний предмет на окремо відведеній сторінці за такими критеріями: *загальна оцінка викладача, його об'єктивність у визначенні рівня якості знань студентів, вміння викладати навчальний предмет, організованість, мобільність* та ін. Виставлення оцінок за критерієм "загальна оцінка викладача" є одним із основних на цьому сайті. Їх виставлення відвідувачами коливається від 5 – до 5+. Всі виставлені оцінки відвідувачами підраховуються і перетворюються в бали. В залежності від кількості отриманих балів, викладач має відповідний рейтинг серед педагогів який заноситься до таблиці "Топ викладачів". Чим більша кількість балів, тим вищий рейтинг викладача серед колег. Викладач з високим рейтингом, який значиться у таблиці "Топ викладачів", вважається висококваліфікованим, професійним, компетентним, знаючим, авторитетним і користується повагою серед студентів та колег.

На головній сторінці сайту "Studzona" із списку вказаних вищих навчальних закладів, які беруть участь в процесі оцінювання професійної діяльності викладачів, можна обрати саме той, до якого проявляється зацікавленість відвідувачів сайту Топ – викладачів ВНЗ. Якщо обрати країну, то будуть представлені "Топ – викладачі" вказаної країни, а якщо вказати вищий навчальний заклад, то будуть представлені "Топ – викладачів" вищого навчального закладу із зазначеної країни. Будь-хто із відвідувачів може зайти на сайт і прочитати вже існуючі відгуки про викладача, додати власні судження та коментарі, оцінити професійну діяльність педагога за відповідною формою. Додана інформація про викладача може бути як позитивною, так і негативною. У будь-якому випадку це залишається таємницею, адміністрація вищого навчального закладу не розголошує інформацію про авторів, які залишили повідомлення про

викладачів, висловили свою власну думку щодо їхньої організованості та вміння викладати навчальну дисципліну, і виставили бали з оцінювання професійної діяльності педагога, зокрема педагогічної компетентності. Викладач, який має більше позитивних коментарів, ніж негативних вважається більш професійним і займає вищий рейтинг серед педагогів у процесі педагогічного оцінювання. Його результати можна знайти серед кращих у таблиці "Топ – викладачі ВУЗу".

За показниками з оцінювання професійної діяльності викладачів студентами на сайті "Studzona", окрім висловленої думки, можна ознайомитись із кількісним показником – балами, які вказують на рівень знань педагога, його професійність, вимогливість, неупереджене ставлення до студентів, вміння викладати навчальну дисципліну та об'єктивно здійснювати оцінювання рівня якості їхніх знань. Студенти, як правило, порівнюють свій рівень знань із одногрупниками та однокурсниками, тому намагаються з'ясувати справедливості отриманих оцінок і визначити вимогливість педагога, його професійність, мобільність та науковість. Якщо, на думку студентів, оцінки виставлені викладачем несправедливі та необ'єктивні, то такий педагог втрачає певну кількість балів своїх вихованців в процесі оцінювання професійної діяльності. Деякі студентів намагаються виставити вищі бали тому викладачеві з яким менше проблем, бо він менш вимогливий і з ним легко можна "домовитись" щодо складання іспиту чи заліку на заплановану оцінку. Тоді як вимогливий, об'єктивний та компетентний викладач отримує сувору критику та нещедрі оцінки студентів. Саме тому досвідчені, висококваліфіковані, вимогливі, знаючі та досвідчені викладачі, вважають студентів непрофесійними арбітрами в процесі оцінювання професійної діяльності педагогів. Однак, у будь-якому випадку, електронні сайти з оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах України потрібні і їх варто впроваджувати у мережі Всесвітньої павутини, бо вони висвітлюють рейтинги педагогів і власну, можливо, щирі думку студентів, їхні відгуки про ступінь професіоналізму наставників, їх педагогічну компетентність, неупереджене ставлення до молоді, роздуми щодо викладання навчальної дисципліни і побажання, щоб підвищити рівень якості навчального процесу. Такий підхід вказує на зворотний зв'язок студентів і викладачів, тому створені електронні сайти з оцінювання професійної діяльності педагогів це –

одна із можливостей взяти, що насправді думають студенти про викладача, виправити прогалини в процесі викладання навчальної дисципліни, змінити підходи і методи навчання та оцінювання рівня якості знань вихованців, а можливо, навпаки – продовжувати впроваджувати набутий роками досвід і практику, що високо оцінені вдячними і задоволеними вихованцями.

Оскільки в українській мережі часто дискутується питання якості вищої освіти, надання освітніх послуг вищими навчальними закладами та проблеми щодо впровадження інновацій, тому студенти мають власну думку стосовно нововведень як основні суб'єкти цих відносин. Вони із задоволенням користуються Інтернет мережею і розміщують свої відгуки на створених сайтах щодо висвітлення результатів з оцінювання професійної діяльності викладачів, зокрема педагогічної компетентності у вищих навчальних закладах України з якими можна ознайомитись у відкритій мережі: <http://www.studzona.com>; <http://univerlife.com>; <http://www.anonimka.info>. Сайти з оцінювання професійної діяльності викладачів популярні у Всесвітній Інтернет мережі і широко використовуються у навчальному процесі за рубежом. У США всім відомий і доступний сайт: <http://www.ratemyteachers.com>, <http://ratemyprofessors.com>; у Російській Федерації – <http://www.prepod.org>; в Білорусії – <http://www.prepodrating.com>; у Німеччині – <http://www.meinprof.de>.

У США, Німеччині засновники проекту з оцінювання професійної діяльності викладачів отримують не лише листи скарги від викладачів, доцентів, професорів, які ображені і незадоволені результатами рейтингу, але і регулярні запрошення на судові процеси. Таким чином, “ображені” педагоги намагаються зробити все можливе, щоб їх виключили із списку оцінювання професійної діяльності таким чином вплинути на закриття проекту з педагогічного діагностування. Однак, закон на боці засновників проекту, бо в їхніх діях немає злочину, тому викладачі США, Німеччини змушені шукати інші шляхи, методи і способи захисту своєї гідності і відстоювати свою компетентність і власний досвід викладати навчальний предмет.

У США необдумані одиничні випадки студентів в процесі діагностування не сприймаються серйозно кафедрою чи комітетом університету, який займається оцінюванням професійної діяльності викладачів, щоб рекомендувати їх до кар'єрного зросту або укладення довготривалого контракту з вищим навчальним закладом. Для прийняти такого

важливого рішення необхідно, щоб викладач пропрацював в університеті більше ніж шість років і постійно брав участь у процесі педагогічного оцінювання студентами. Протягом неодноразового оцінювання з'ясується рівень якості знань викладача з навчального предмета і його вміння викладати навчальний матеріал, триматись в аудиторії, працювати зі студентами та належно виконувати свої професійні обов'язки.

Отже, ми дійшли таких **висновків**, що у зв'язку із розвитком суспільства постає потреба реформування вищої освіти, модернізації вищих навчальних закладів, підвищення якості освітніх послуг, в чому має значення вивчення зарубіжного досвіду. Особливо щодо тих перетворень в галузі інновації, які додають вагомість дипломам українських фахівців до вимог загально визначених світових стандартів. Необхідно покращити якість викладання навчальних дисциплін у вищих навчальних закладах, шляхом висвітлення результатів рейтингу та результатів педагогічного діагностування на створених офіційних сайтах в Інтернет мережі. З метою конкуренції у сфері освіти, зобов'язати всі ВНЗ України та певну кількість викладачів взяти участь у процесі оцінювання професійної діяльності і повідомляти про їхні результати в Інтернет мережі, щоб майбутні студенти мали змогу офіційно ознайомитись із рейтингом педагогів та рівнем якості знань певного викладача з навчальної дисципліни. Важливо створювати інформаційні сайти у мережі павутини з метою висвітлення результатів рейтингу педагогів певного ВНЗ на території окремого району, округу, області, для підвищення конкуренції серед вищих освітніх закладів щоб студенти мали змогу обрати кращий навчальний заклад для навчання і здобуття обраної професії.

Основним недоліком вищої освіти в Україні є, на жаль, її корумпованість, формальність, відтік за кордон кваліфікованих кадрів через низький рівень оплати їхньої праці. Подолати ці негативні тенденції – першочергове завдання на сьогоднішньому етапі. Але важливим при цьому залишається оцінювання професійної діяльності викладачів. Проте оцінювання здійснюється несистематично, без застосування перевірених досвідом стандартів діагностування, що утрудняє практичну діяльність ВНЗ, зокрема визначення рейтингу викладачів та з'ясування показників їхньої професійної діяльності. Кількість балів, які вважаються засобами діагностики, певним чином впливають на формування оцінних суджень і є статистичними даними, які висвітлюють конкретну інформацію про функціонування і

результативність системи оцінювання професійної діяльності викладачів.

У процесі наукового дослідження ми з'ясували, що в оцінюванні професійної діяльності викладачів США є певні недоліки: певні недоліки: збігаються рейтинги оцінювання професійної діяльності викладачів досвідчених і початківців; простежується вплив на рейтинг педагогів показників студентів; існує недовіра до оцінювання студентами професійної діяльності викладачів; непрофесійність деяких педагогів-експертів; використання результатів професійної діяльності викладачів лише в інтересах вищого навчального закладу. Проте незважаючи на недоліки системи оцінювання професійної діяльності викладачів США, досконале вивчення кращого в їхньому досвіді дасть можливість у майбутньому здійснювати цілеспрямовану роботу зі стабілізації системи навчання у вищій школі України, активізувати процес реформування національної освіти в контексті глобалізації та євроінтеграції, підвищити конкурентоспроможність українських вищих навчальних закладів на європейському та світовому освітньому просторі.

На державному рівні було б доцільним: збільшити кількість міжнародних обмінів працівників освіти; розширити впровадження інноваційних педагогічних, навчальних, комп'ютерних технологій та дистанційної системи освіти; створити умови для обміну з іншими

країнами інформацією про досягнення у сфері освіти, зокрема щодо оцінювання професійної діяльності викладачів, їхньої педагогічної компетентності, майстерності; добиватися більшої гнучкості і підвищення відповідальності у використанні національних ресурсів для досягнення цілей оцінювання шляхом регулярних і законодавчих змін реформування освіти; звернути увагу педагогів вищих навчальних закладів України на збагачення змісту освіти, враховуючи досвід США.

1. Величко О.Г. Розвиток рейтингового оцінювання діяльності науково-педагогічних працівників / О.Г. Величко, В.П. Іващенко, О.Г. Ясєв, О.Д. Рожков // Вища школа. – 2011. – № 3. – С. 78 – 84.

2. Зварич І.М. Оцінювання професійної діяльності викладачів у вищих навчальних закладах США (друга половина XX – початок XXI століття): моногр. / І.М. Зварич – К.: “Фенікс”, 2014. – 344 с.

3. Рейтинг преподавателей [Електронний ресурс] // Anonimka. Info. – Режим доступу: <http://www.anonimka.info>

4. Studzona [Електронний ресурс] // Studzona.com – Режим доступу: <http://www.studzona.com>

5. Univerlife [Електронний ресурс] // Univerlife.com – Режим доступу: <http://www.univerlife.com>

Стаття надійшла до редакції 03.12.2014



*“Думки, наче повітря; його годі побачити, але воно твердіше землі і сильніше води: ламає дерева, руйнує будівлі, жене хвилі й кораблі, їсть залізо і камінь, гасить і роздуває полум'я. Так і думки сердечні – начебто немає їх, але від цієї іскри пожежа, хвилювання і руїна, від цього зерна залежить ціле дерево нашого життя”.*

Тригорій Сковорода  
український просвітитель-гуманіст, філософ, поет

*“Неможливо принести у ваше життя більше, якщо ви не відчуваєте вдячності за те, що вже маєте. Чому? Тому що думки і відчуття, що випромінюються вами, коли ви не відчуваєте подяки, – це негативні емоції. Ревнощі, роздратування, незадоволеність або відчуття “недостатності” – подібні відчуття не можуть принести вам те, чого ви хочете. Вони можуть лише повернути вам ще більше того, чого ви не хочете. Негативні емоції відгороджують вас від добра, яке в іншому випадку прийшло б до вас”.*

Ронда Берн  
письменниця, продюсер

