ШКОЛЬНЫЙ

ПСИХОЛОГ

ИЗДАЕТСЯ С 1998 г.
№ 9–10 (550)

МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ
psy.1september.ru

электронная ВЕРСИЯ ЖУРНАЛА в Личном кабинете на сайте www.1september.ru

с. 4 Хороший школьный психолог – это...

с. 23 Цветовые метафоры для одаренных детей

с. 30 Как вести разговор с детьми – жертвами травли в школе

с. 37 «Зачем я отдаю своего ребенка в сад?»

издательский дом Первое сентября

1september.ru

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

сентябрь–октябрь 2017

Подписка на сайте www.1september.ru или по каталогу «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ» 79152

ГИЛЬДИЯ

Марина СТЕПАНОВА
Психология как субъективная наука
К вопросу о критериях профессионализма 4

МЕТОД В ТЕОРИИ И НА ПРАКТИКЕ

Светлана ПОПОВА (СМОЛИК), Елена ПРОНИНА
Поговорим конкретно…
Что такое метод кейсов и как его использовать 9

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Татьяна УШАКОВА
Об арт-проектах и арт-пространстве
Возможности для индивидуального и группового творчества 12

Жанна ЧУРИНА, Татьяна СОЛОХИНА, Роза КРАСНИКОВА
Не боимся темноты
Игра для детей 4–5 лет 15

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Юлия ВОЛИНА
Чаша равновесия
Игровые занятия с аутичными детьми 18

Ольга АЛЕКСАНДРОВА, Ольга ИСЛЕНТЬЕВА
Четыре «нельзя» и одно «можно»
Занятие для учащихся начальной школы на тему безопасного поведения в общественных местах 21

Татьяна ГОВОР
Шансы на успех
Метод цветовых метафор в психологическом сопровождении одаренных детей при подготовке к предметным олимпиадам 23

НАШИ ДЕТИ

Татьяна ЖЕКУЛИНА
Свежий Ветер против Монстра
Психологическая работа с детьми-жертвами 30

Анна ПУЧКОВА
Мафия и все-все-все
Из опыта использования салонных игр в процессе социализации подростков и сплочения классного коллектива 34

ДОШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Марина ЧИБИСОВА
«Мы идем в детский сад…»
Консультирование родителей на этапе адаптации ребенка к детскому саду 37

ВМЕСТЕ С УЧИТЕЛЕМ

Олег ХУХЛАЕВ
Школьная мозаика
Мастер-класс для педагогов 41

Гузель МИНАЗИТДИНОВА
Найти и помочь
Возможности театра в деятельности психолога с педагогами и родителями 47

Татьяна ГОВОР
Профессиональный олимп
Приемы профилактики выгорания в работе педагога 49

ВМЕСТЕ С РОДИТЕЛЯМИ

Ирина МЕЛЬНИКОВА
Ростки профессионального выбора
Разработка интерактивной встречи детей, родителей и педагогов 54

КОЛЛЕГИ

Ольга САФУАНОВА
Летние метафоры 58

КНИЖНЫЙ ШКАФ 60

ИГРОТЕКА

Подростки-волонтеры под руководством Ольги СТРЕКАЛОВОЙ
Битва за философский камень
Костюмированная игра для учащихся 7–9-х классов 62

Уважаемые подписчики бумажной версии журнала «Школьный психолог»!

Все подписчики журнала имеют возможность получать электронную версию журнала.
Для получения электронной версии:

1) Откройте Личный кабинет на портале «Первое сентября» (www.1september.ru).
2) В разделе «Газеты и журналы/Получение» выберите свой журнал и кликните на кнопку «Я — подписчик бумажной версии».
3) Появится форма, посредством которой вы сможете отправить нам копию подписной квитанции. После этого в течение одного рабочего дня будет активирована электронная подписка на весь период действия бумажной.

К статьям, отмеченным этим значком, есть дополнительные материалы в Личном кабинете на сайте www.1september.ru

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Методический журнал для педагогов-психологов

Издается с 1998 г.
Сдвоенные номера выходят один раз в 2 месяца
Распространяется по подписке
Цена свободная
Тираж: бумажная версия 1000 экз.,
электронная версия 45000 экз.

РЕДАКЦИЯ:
Научный руководитель –
Александр Асмолов,
академик
Российской академии образования,
вице-президент Российского
психологического общества

Главный редактор
Марина Чибисова
Вып. редактор Э. Тахтарова
Научный консультант
по истории психологии М. Степанова
Спец. корреспондент О. Решетникова
Худ. редактор, верстка
О. Анфиногенова
Корректор Г. Левина
Иллюстрации: фотобанк Shutterstock

E-mail: psy@1september.ru
psy.1september.ru

Подписной индекс
по каталогу «КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ»
79152

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»
Генеральный директор:
Наум Соловейчик
Главный редактор:
Артем Соловейчик
Коммерческая деятельность:
Константин Шмарковский
(финансовый директор)
Реклама, конференции,
техническое обеспечение Издательского дома:
Павел Кузнецов
Производство:
Станислав Савельев
Административно-хозяйственное
обеспечение:
Андрей Ушков

ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:
Английский язык – Е.Паремузова (Богданова)
Библиотека в школе – Е.Иванова
Биология – Н.Иванова
Дошкольное образование – Д.Тюттерин
Искусство – А.Митрофанов
История – А.Савельев
Литература – С.Волков
Начальная школа – Е.Тихомирова
Русский язык – Л.Гончар
Школьный психолог – М.Чибисова

УЧРЕДИТЕЛЬ:
ООО «Издательский дом «Первое сентября»
Зарегистрировано
ПИ № ФС77-58450 от 25.06.14
в Роскомнадзоре
Подписано в печать: по графику 09.08.17,
фактически 29.09.17 Заказ №
Отпечатано в ОАО «Первая Образцовая типография»
Филиал «Чеховский Печатный двор»
142300, Московская область, г. Чехов,
ул. Полиграфистов, д. 1
Сайт: www.chpd.ru, e-mail: sales@chpk.ru
Факс 8(496)726-54-10, 8(495)988-63-76

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:
ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165
Тел.: (495) 637-8273
www.1september.ru

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:
E-mail: podpiska@1september.ru

https://www.facebook.com/digital.september/

Марина ЧИБИСОВА
главный редактор

Больше света вокруг нас

Хочу поделиться чудесной историей, рассказанной американским психологом Джейн Нельсен.

Одна маленькая девочка очень болезненно переживала рождение брата. Однажды вечером мама посадила ее за стол и сказала:

— Доченька, я хочу рассказать тебе историю о нашей семье.

Мама принесла несколько свечек разной длины и пояснила:

— Эти свечки обозначают нашу семью.

Она выбрала длинную свечу, зажгла ее и сказала дочери:

— Это я. Огонь этой свечи — моя любовь. Когда я встретила твоего папу, я отдала ему всю свою любовь.

Она взяла другую свечу, побольше, и зажгла ее от своей свечи.

— Смотри, — продолжила мама. — Это папа. Теперь у папы есть вся моя любовь и у меня есть вся моя любовь.

Мама взяла свечку поменьше и зажгла ее от своей свечи.

— Потом у нас родилась ты, и я снова отдала тебе всю свою любовь. И у тебя вся моя любовь, но и у папы вся моя любовь, и у меня осталась вся моя любовь.

Наконец, мама взяла самую маленькую свечку и снова зажгла ее от своей свечи.

— А потом родился твой братик, и снова он получил всю мою любовь. Но смотри — у тебя по-прежнему есть вся моя любовь, и у папы, и у меня. Потому что так устроена любовь: ты можешь любить кого-то всем сердцем, но любовь все равно остается у тебя. Посмотри, как много света в нашей семье.

Мне кажется, это касается не только семьи. Когда мы делимся своими идеями, опытом, знаниями, происходит нечто подобное — вокруг нас становится больше света.

Мы часто получаем письма читателей, которым наш журнал чем-то помог: кто-то поступил в магистратуру, прочитав колонку в журнале, кто-то провел игру и очень доволен результатом, кому-то пригодились опубликованные материалы. И каждый раз, когда я читаю эти письма, я вспоминаю притчу о свечках, и мне кажется, будто по всей стране зажигаются новые и новые свечи. Потому что знание тоже так устроено: когда ты им делишься, оно остается у тебя и обогащает окружающих.

Давайте делиться, дорогие коллеги, это сделает нас богаче, а в мире вокруг нас будет больше света! ●

Психология как субъективная наука

К вопросу о критериях профессионализма

Среди всех подходов к человеку психология — самый гадательный, самый зависимый от времени подход.
Ролан Барт,
французский культуролог

Всерьез психологию наукой не назовешь!
Лев Ландау

Марина СТЕПАНОВА
кандидат психологических наук, доцент факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова

Положение психолога в современной школе неустойчиво, и мало кто из психологов может похвастаться, что все ответственные решения принимаются с его участием, а все его рекомендации принимаются к сведению. При этом наверняка найдутся школы, равно как и детские сады, в которых психологи востребованы и заметны и директора не спешат с ними расставаться.

В чем секрет заинтересованного отношения к психологу и что помогает ему почувствовать себя нужным детям и педагогам? И наоборот: что мешает обрести уверенность в собственной полезности?

Ответы на эти и похожие вопросы каждый из нас ищет и находит сам (или не находит, и тогда приходится посвятить себя другому делу). Тем не менее хочется попытаться разобраться в таких лишь на первый взгляд простых вопросах.

КТО В ШКОЛЕ ХОЗЯИН?

Недавно я беседовала с новоиспеченным учителем, выпускником педагогического вуза, который сетовал, что выбранная им профессия нынче не в чести, а потому и рассчитывать на блестящее будущее не приходится. Мой вопрос: а какие показатели позволяют судить о соответствии выбранной специальности запросам времени, — застал собеседника врасплох. Он не мог назвать ничего, кроме достойной зарплаты, но сам же признался, что это отнюдь не единственный критерий и что работа без радости вряд ли сулит счастливое будущее, о котором мечталось.

В качестве примера профессии, которая всегда будет нужна в школе, учитель назвал профессию психолога, что меня не столько удивило, сколько насторожило. Хотелось возразить, что более необходимых во все времена профессий, чем врач и учитель, найти трудно, но собеседник был настолько уверен в своей правоте, что спорить казалось бесполезным.

Брейгель. Наказание в школе

Последующее рассуждение и вовсе произвело впечатление абсурдного: мол, недалеко то время, когда без психолога школа не сможет обойтись, а вот учитель будет потихоньку вытесняться электронными обучающими устройствами, программы для которых напишут как раз психологи — индивидуально для каждого ученика. Вырисовывалась не очень радостная для учителя перспектива, а психолог неожиданно оказался на высоте. Это как же надо не любить свою профессию, чтобы делать такие выводы! И как не видеть очевидного и не замечать проблем, сопровождающих психолога в школе на каждом шагу.

Но так ли уж не прав мой собеседник, как это показалось сначала? Наконец, какие существуют объективные критерии эффективности работы занятого в образовании психолога?

ИЗ РОДИТЕЛЕЙ В СТУДЕНТЫ

После этого разговора я припомнила недавнее родительское собрание, на котором психологу было поручено рассказать о подростках.

Собрание носило незапланированный характер — подрались пятиклассники, к тому же один из них вел себя особенно агрессивно, и от психолога ждали не банальных советов, а осязаемой помощи. Тем не менее психолог не нашел ничего лучшего, чем скопировать интернет-презентацию об особенностях данного возраста. Причем перед коллегами психолог даже не скрывал источника, на который опирался, поскольку не находил в этом ничего предосудительного.

Использование специальной терминологии к месту и не к месту, обилие имен и ссылок на теоретические статьи, длинные наукообразные формулировки выдавали докладчика с головой. Взрослые люди, озабоченные школьными проблемами своих детей и потому постаравшиеся не опоздать на собрание, невольно превратились в слушающих лекцию студентов. Молчание аудитории не вызвало у психолога настороженности. Родители вежливо поблагодарили и разошлись по домам, а психолог никак не мог понять, почему не удалось «разговорить» родителей, которые, кстати, быстренько раскусили неудачливого лектора и более того — нашли эту презентацию.

Сказанное психологом по большому счету отвечало теме родительского собрания, но никоим образом не способствовало появлению доверительного отношения как к этому психологу, так и к психологии в целом. Неизвестно, как сложилась дальнейшая судьба горе-психолога, но как-то не очень хочется, чтобы такие «психологи» помогали учителям и родителям. Все-таки умение найти нужную информацию и донести ее до слушателей — две разные задачи. Да и ждали родители совсем иного — рассказа не о детях вообще, а о своих детях, не столько о самих проблемах, сколько о путях их решения.

Если объективно проанализировать эту ситуацию, можно сказать, что психолог с поставленной задачей: познакомить родителей с психологическими особенностями подростков — справился, но почему-то не поворачивается язык назвать такого специалиста профессионалом.

ХОРОШИЙ УЧИТЕЛЬ – ЭТО ...

Когда заходит речь о хорошем учителе, у каждого из нас возникают собственные ассоциации. Несмотря на то что наши индивидуальные пристрастия сильно различаются, портрет успешного учителя у всех примерно одинаков: его окружают ученики, знающие предмет и любящие того, кто его преподает.

Из года в год вчерашние выпускники приходят в родную школу к одним и тем же учителям, оказавшимся в состоянии не только передать им знания, но и влюбить в свой предмет и таким образом помочь определиться с выбором будущей профессии. Впрочем, верно и обратное: зачастую открытая неприязнь к учителю выливается в резко негативное отношение к изучаемому вместе с ним учебному предмету. Бывает, хотя и нечасто, что молодой человек после окончания школы выбирает профессию не благодаря, а вопреки опыту ее школьного изучения.

Нужно добавить, что в школе немало объективных критериев успешности, равно как и неуспешности учителя: результаты ЕГЭ, грамоты на олимпиадах, отзывы родителей.

СПЕЦИАЛИСТ ПО ГОТОВЫМ РЕШЕНИЯМ

С психологом дело обстоит сложнее, что хорошо иллюстрирует приведенный выше пример.

А если к психологу тянутся дети и их родители, приходят со своими школьными и личными бедами учителя, можно ли его считать профессионалом? В любом коллективе найдутся те, с кем приятно общаться. Про них обычно говорят, что они психологи по жизни. Но от профессионального психолога все-таки требуется иное. Хорошо, если психолог не конфликтен, готов выслушать любого, кому нужен совет, — это, безусловно, очень важные, но отнюдь не единственные качества профессионала. В этой связи верна известная пословица: хороший человек — еще не профессия.

Чего ждут от психолога родители и дети, педагоги и администрация?

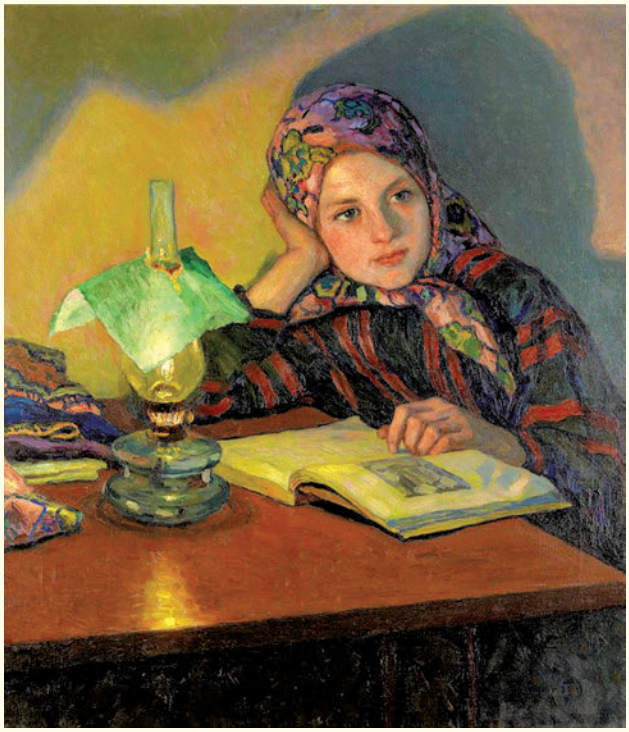
Если попробовать обобщить накопленный опыт, можно весьма условно выделить две категории страждущих пообщаться с психологом:

— людей, не уверенных в своем решении, которым нужен кто-то, кому они готовы доверять; однако этот кто-то должен подтвердить верность их собственных рассуждений, в противном случае «с психологом явно не повезло»;

— тех, кто готов переложить ответственность за решение своих проблем на плечи психолога, варианты самостоятельного выбора не рассматриваются.

В качестве примеров можно привести достаточно типичные случаи консультирования.

Первый вариант. Родители надеются в лице психолога найти единомышленника в деле воспитания ребенка. То же самое можно сказать и об учителях,



Богданов-Бельский. Вдохновение

Богданов-Бельский. Новая сказка

которые ищут у психолога оправдания своей педагогической позиции. Внешне это выглядит примерно так: «Скажите (маме, директору и др.), что я прав».

Второй вариант. Ситуация, как правило, приобретает конфликтный характер, а потому возникает сильное желание найти кого-то, кто бы посмотрел на нее со стороны и разрешил спор. Например, родители не могут прийти к согласию, в какую школу отдать ребенка. Или: можно ли их не очень уравновешенному первокласснику посещать группу продленного дня. Обычно в таких случаях запрос звучит следующим образом: «Вот вы скажите…»

Объединяет оба случая надежда, что после общения с психологом должно появиться готовое решение. Если таковое не появляется, возникает сомнение в профессионализме психолога.

Позволю себе оспорить общепринятое мнение. Готовое решение — далеко не во всех случаях хороший показатель. Конечно, когда речь идет о том, как помочь не справляющемуся с учебными заданиями школьнику, желательно найти такие способы организации учебной работы, которые приведут к позитивным сдвигам. Однако в ситуации выбора между гуманитарным и медико-биологическим классом решение должно приниматься все-таки не психологом, его роль в этом случае иная.

Эти рассуждения хотя и носят общий характер, но опираются на конкретные факты, а потому могут быть проиллюстрированы примерами.

ПСИХОЛОГ – РЕБЕНОК

Профориентация: непривычный взгляд

Для начала обратимся к привычному для психолога занятию — профориентационной работе. Алгоритм работы довольно прост: сначала психолог проводит бланковую диагностику (вариантов опросников, направленных на определение профессиональных предпочтений, сейчас достаточно), и далее организуется фронтальная или индивидуальная работа (в зависимости от времени, которым располагает психолог). В идеале результат — выбор профиля обучения в школе или вузе. Было бы несправедливо критиковать такую стратегию работы психолога хотя бы по той простой причине, что она не противоречит многочисленным методическим рекомендациям.

Тем не менее хотелось бы обратиться к некоторым положениям, сформулированным исследователями в области психологии подростка.

В работах Л.И. Божович мы встречаемся с подробной психологической характеристикой подросткового возраста. Именно в этот период возникает новый «уровень самосознания, характерной чертой которого является появление у подростка способности и потребности познать самого себя как личность, обладающую именно ей, в отличие от всех других людей, присущими качествами».

Кризис переходного возраста, по мнению Божович, протекает значительно легче, если уже в этом возрасте у подростка возникают постоянные личностные интересы или другие устойчивые мотивы поведения. Самосознание подростка влияет на другие особенности его личности. Божович обращает внимание на *амбивалентность личности и переживаний подростка* — именно эта особенность создает *изменчивость его отношений к окружающему и самому себе*.

Формирование самосознания продолжается и в старшем школьном возрасте и приводит к возникновению в 16–17 лет особого личностного новообразования, которое Божович называет *самоопределением* и связывает с необходимостью решить проблему своего будущего. Исследователь пишет: «От мечтаний подростка, связанных с будущим, самоопределение отличается тем, что оно основывается на уже устойчиво сложившихся интересах и стремлениях субъекта; тем, что оно предполагает учет своих возможностей и внешних обстоятельств; опирается на формирующееся мировоззрение подростка и связано с выбором профессии».

Таким образом, в подростковом возрасте процесс самоопределения носит незавершенный характер, а потому и неопределенность профессионального выбора в этом возрасте — закономерное явление. В силу этого возникает вопрос о правомерности постановки школьным психологом цели: сделать окончательный выбор уже в этом возрасте. А тогда приходится поставить под сомнение адекватность внешнего критерия эффективности деятельности психолога: количество детей, по итогам профориентационной работы определившихся с выбором. Задача психолога — содействовать *активизации*

процесса самоопределения и, в частности, профессионального выбора, но не его завершения.

ПСИХОЛОГ – УЧИТЕЛЬ

Читательский импринтинг

Другой пример также не относится к области исключительных. Проблема, о которой пойдет речь, не является чисто психологической, однако именно к психологу приходят учителя (обычно это словесники), обеспокоенные равнодушным отношением школьников к книге и чтению. Как правило, вопрос звучит следующим образом: какую книгу нужно дать в руки ребенку, чтобы он приобщился к чтению?

В связи с детским чтением, а точнее нечтением, хочется поделиться одним наблюдением. Чтобы понять истинное отношение родителей к чтению, далеко ходить не надо, достаточно поговорить с ребенком, который в прямом смысле слова выдает своих родителей — по меньшей мере, это верно по отношению к дошкольникам и младшим школьникам. Нечитающие дети растут в нечитающих семьях, хотя обратное верно далеко не всегда: зачастую учителю удается заинтересовать ребенка какой-либо книгой, после чего ситуация в корне меняется.

По-видимому, решающим оказывается момент в развитии ребенка, когда происходит его встреча со взрослым, способным передать трепетное отношение к книге, своего рода импринтинг. А потому и начинать надо не с ребенка, а с его родителей, что совсем непросто. Как-то негоже читать взрослым людям лекцию о пользе художественной литературы и уж тем более рекомендовать взять в руки вместо развлекательного журнала или дамского романа серьезную книгу. Однако можно посоветовать обратиться к изданию, имеющему отношение к детскому чтению.

Гундобин. Еще пятерка

С запросом к психологу пришел учитель, а рекомендации рассчитаны в первую очередь на родителей, хотя все сказанное может быть адресовано и учителю. Примером такого издания служит книга Д. Пеннака «Как роман», не случайно вышедшая в серии «Самокат для родителей». Вот десять важных правил читателей из этой книги: «Право не читать. Право перескакивать. Право не дочитывать. Право перечитывать. Право читать что попало. Право на боваризм. Право читать где попало. Право читать вслух. Право втыкаться. Право молчать о прочитанном».

И опять же бросается в глаза отсутствие ощутимого результата — учитель шел в надежде получить совет, какую книгу дать ребенку, а разговор получился совсем о другом.

ПСИХОЛОГ – РОДИТЕЛЬ

В роли семейного консультанта

И, наконец, часто встречающееся обращение родителей: ребенок плохо ведет себя на уроках, мешает одноклассникам, ни в школе ни дома не выполняет заданий. Мама ежедневно усаживает ребенка за письменный стол или даже делает уроки вместе с ним (нужно понимать — за него). Вечером ситуация усугубляется: рассчитывающий отдохнуть после работы папа либо кричит на ребенка, наделяя его далеко не самыми лестными эпитетами, либо и вовсе берется за ремень — и такое в наше время, к сожалению, не редкость. Мама в слезах умоляет специалиста «провести с ребенком психологическую работу», потому что вся семья расписывается в собственном бессилии. С кем в первую очередь надо работать психологу? И стоит ли надеяться на быстрый результат?

В этой связи вспоминается один забавный случай. Мама пришла с полуторагодовалым ребенком на руках и стала жаловаться на старшего сына-второклассника, который никому не дает дома спокойно жить: не играет с младшим братиком, не слушается родителей, не делает уроки, не убирает свои вещи и еще много других «не». Маленький щупленький девятилетка был совсем не похож на монстра, способного вывести из равновесия всех домочадцев.

Конечно, разбираться в семейных отношениях — дело непростое и вряд ли в компетенции школьного психолога, но уставшая мама почему-то вызывала

сочувствие и даже сострадание, а потому захотелось ее поддержать, так как все домашние хлопоты лежали на ней и проблемы, судя по всему, объяснялись ее накопившейся усталостью. Мама настороженно восприняла совет «попробовать отдохнуть от семьи», но все же советом воспользовалась. Оставив семью на попечение бабушки, поехала на несколько дней с подружками погулять.

В результате мама с помощью подружек еще и работу себе нашла. Мальчик, конечно, не превратился по мановению волшебной палочки в отличника или хорошиста, но скандалы дома прекратились. Маме нужно было переключиться — в этом и состояла проблема.

Запрос со стороны родителей был направлен на то, чтобы помочь ребенку в выполнении учебных заданий и формировании у него произвольного поведения. И, на первый взгляд, результативность работы психолога должна оцениваться с точки зрения решения именно этой задачи.

КОГДА В КРИТЕРИЯХ СОГЛАСЬЯ НЕТ

Во всех приведенных выше случаях пришлось отступить от первоначального запроса.

В этой связи нельзя не признать, что довольно трудно назвать единый для всех объективный критерий оценки эффективности работы психолога, что и обусловливает возникающие на его профессиональном пути сложности. По всей видимости, есть основания говорить не только об объективном, но и о субъективном критерии при оценивании продуктивности психологического сопровождения учебного процесса.

Общение с коллегами, которым удается в течение длительного времени не только работать в школе, но и испытывать от этого удовлетворение, убедительно показывает, что не существует единого рецепта успешного вхождения в профессию и последующего в ней проживания. Пожалуй, в этом и заключается одна из специфических особенностей нашей профессии.

«ОСТОРОЖНО – ДЕТИ!»

Подводя итоги, все-таки можно выделить некоторые, хотя не очень явные и не носящие массового характера, показатели успешности работы психолога.

1. Дети и взрослые не боятся психолога, они готовы *доверить* ему свои проблемы. В первую очередь сказанное относится к родителям и педагогам, поскольку дети все-таки не готовы признать себя «психами». А психологу, общаясь с ребенком, важно разглядеть его проблемы, даже если он, например, ябедничает.

2. Психолог находит способы *понятным образом донести суть проблемы* до того, кто к нему обратился, поскольку зачастую проситель видит ее лишь с одной стороны.

Серов. Дети

3. Психолог готов признаться, что проблема требует обдумывания, а потому в данный момент допустимо лишь ее четкое обозначение и предварительная обрисовка подходов к ее решению. Признание *ограниченности собственных возможностей* хотя и не очень приятно, но необходимо.

4. Психолог ориентируется на *уникальность* каждого случая и признает недопустимость его подгонки под готовые образцы.

Все сказанное может быть оспорено, это одна из *возможных точек зрения* на то, чем и как занимается психолог и как впоследствии к этому относиться. Речь шла о *субъективных* критериях оценки, потому и выводы носят субъективный характер.

О сложности практической работы и об ответственности психолога за все сказанное и сделанное писал В.П. Зинченко в статье с говорящим названием «Очень субъективные заметки о психологической диагностике». Со свойственной ему иронией он предлагал в Декларацию прав человека внести «пункт о свободе личности от вторжения в ее мир педагогов и психологов», а также «принять этический кодекс психолога, в котором главным пунктом бы звучало: Осторожно — дети!». За этими словами скрывается обеспокоенность теми поспешными выводами, которые зачастую практикующий психолог готов сделать, подчиняясь требованиям достичь ощутимого результата. Но, как показывает практика, отсутствие последнего — тоже результат, о чем нам не следует забывать. ●

Поговорим конкретно…

Что такое метод кейсов и как его использовать

Хороший кейс, как правило, учит искать нетривиальные подходы, поскольку не имеет единственно правильного решения. Я особенно ценю в методе работы с кейсами независимость мышления. В реальном бизнесе есть пять или шесть способов решить проблему. И хотя для каждой ситуации существует классическое решение, это вовсе не значит, что именно оно будет оптимальным. Можно принять хорошее решение, а его результаты приведут к плохим последствиям. Можно принять решение, которое все вокруг считают неудачным, но именно оно приведет вас к нужным результатам.

Питер Экман

Светлана ПОПОВА (СМОЛИК)
кандидат психологических наук, Московский государственный педагогический университет;
Елена ПРОНИНА
кандидат психологических наук, Владимирский государственный университет им. Столетовых

Мы в своей практике очень активно используем метод кейсов и хотели бы поделиться нашими наработками. Думаем, что школьным психологам этот метод очень пригодится в работе с педагогами, родителями и старшеклассниками.

Метод *case-study*, метод кейсов, или конкретных ситуаций (от английского *case* — случай, ситуация), — метод активного проблемно-ситуационного анализа, основанный на обучении путем решения конкретных задач — ситуаций (кейсов).

Непосредственная цель метода: группы совместными усилиями должны проанализировать ситуацию и выработать практическое решение. Окончание процесса — оценка предложенных алгоритмов и выбор лучшего в контексте поставленной проблемы.

Метод кейсов наиболее широко использовался за рубежом в обучении прежде всего экономике и бизнесу. Впервые он был применен в школе права Гарвардского университета в 1870 году, а внедрение его в учебный процесс началось в Гарвардской школе бизнеса в 1920 году.

ЗАЧЕМ НУЖЕН МЕТОД КЕЙСОВ?

Кейс-метод способствует развитию самостоятельности мышления, умения выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, аргументированно высказывать свою, формирует интерес и позитивную мотивацию по отношению к учебе. С помощью этого метода участники обучающего мероприятия имеют возможность проявлять и совершенствовать аналитические и оценочные навыки, учатся работать в команде, находить наиболее рациональное решение поставленной проблемы, овладевают умением практического использования материала. Кейс активизирует участников, развивает аналитические и коммуникативные способности, оставляя обучаемых один на один с реальными ситуациями.

Обучение с использованием кейс-метода способствует поиску и использованию знания в условиях динамичной ситуации, развивая гибкость ума, диалектичность мышления. Кейс-ситуация является прообразом реальной жизненной ситуации, которая может впоследствии возникнуть у специалиста.

Н.С. Пряжников считает наивысшим этапом профессионального развития этап импровизации и профессионального творчества. Он проявляется в активном поиске новаторских подходов и инновационных технологий, в творческом характере деятельности, личной инициативе и профессиональной коммуникабельности.

Во время решения ситуации студенты овладевают профессиональными умениями, аналитическими и практическими, творческими и коммуникативными навыками, получают опыт будущей деятельности. Метод способствует формированию профессиональной компетентности, единого комплекса знаний, умений, навыков, профессиональных позиций.

Кейс-технологии включают в себя элементы исследовательского обучения, развивающего обучения, а также проектной деятельности.

В процессе разбора ситуации студенты погружаются в воображаемую профессиональную действительность, исследуют и анализируют проблему, взаимодействуя друг с другом, обмениваются открытиями.

КАКИЕ БЫВАЮТ КЕЙСЫ?

По целевой направленности кейсы, используемые нами в работе, условно подразделяются на три содержательных типа.

Первый тип — *кейсы, иллюстрирующие проблему, концепцию или решение в целом.* Как правило, подобные иллюстративные кейсы используются нами для введения в обсуждаемую проблему. Ситуации этого типа выполняют функцию формирования методологии и стимулируют овладение теоретическими знаниями. Такие кейсы можно без труда найти в статьях об опыте работы специалистов, в средствах массовой информации, в книгах или фильмах.

На практических занятиях эффективен второй тип *кейсов — обучающих анализу и оценке ситуации.* Для этой цели наиболее эффективными являются примеры из практики работы в образовательных учреждениях, видеосюжеты, отражающие реальные ситуации.

Третий тип — *кейсы, обучающие решению проблемы и принятию решений,* выполняют функцию формирования профессиональных умений и развития оперативного мышления специалиста. Это самый сложный тип ситуаций, требующих разрешения проблемы в условиях недостаточной информации и данных о событии. Здесь всегда предполагается возможность нескольких решений проблемы, но требуется нахождение и обоснование наиболее предпочтительного из них.

КАК СОЗДАТЬ КЕЙС?

В качестве конкретных ситуаций обычно используют тексты, открытые действия (ситуации, за которыми участники мероприятия могут наблюдать) или видеосюжеты, которые могут служить материалом для отработки обучающимися учебных задач.

По принципу происхождения конкретной ситуации и с точки зрения используемых для этого материалов различают образцы нескольких видов:

— специальные тексты-ситуации, написанные для отработки вполне конкретных учебных задач;

— произвольные тексты; наиболее часто в этой функции выступают отрывки из литературных произведений;

— производственные примеры, представляющие собой описание реальной ситуации из профессиональной практики;

— видеосюжеты — информация, запечатленная на пленке, наиболее полно отражающая объект анализа;

— открытые действия, совершающиеся на глазах у обучающихся, что может служить материалом для анализа и обучения; действия могут быть выполнены как самими обучающимися, так и учебной группой, за которой наблюдают остальные обучающиеся.

Кейсы должны отвечать следующим критериям.

— доступность для понимания;

— адекватность задачам, решаемым участниками в реальности;

— адаптированность к российской действительности и задачам, стоящим перед современным российским образованием;

— остроумие;

— доброжелательность и тактичность;

— предоставление простора для импровизации и творчества участников, возможности быть креативными.

Начиная работу над кейсом, необходимо сформулировать цель кейса, определить его место в предполагаемом мероприятии (при этом можно опираться на типологию кейсов, о которой мы рассказали).

Необходимо составить перечень не только возможных навыков и умений, которые обучаемые могут приобрести в результате решения кейса, но и определить список компетенций, которые развиваются у участников.

КАКОВЫ СТРУКТУРА И СТИЛЬ КЕЙСА?

Кейс имеет определенную структуру. Приведем шаблон одного из вариантов такой структуры.

Шаблон кейса

№	Составные части
1	Кейс: — Введение (герой кейса, история, время действия) — Основная часть (главный массив информации, внутренняя интрига, проблема) — Заключительная часть (ситуация может «зависать», требует соответствующего решения)
2	Вопросы к кейсу
3	Приложение (дополнительная информация к кейсу: таблицы, статистика, дополнительные подробности)
4	Заключение (краткое описание возможного решения)

Рекомендуемый стиль изложения ситуации: рассказ от автора или свидетеля излагаемой ситуации о каком-либо персонаже — герое кейса. Например: «1 сентября в школу пришла новая учительница химии Татьяна Анатольевна. Своего сына Мишу она перевела во 2-й класс в эту же школу, несмотря на то что им довольно далеко добираться, а машины у них нет…» Очень хорошо дать героям кейса имена. Важно дать информацию, которая позволит человеку, работающему над кейсом, определить суть ситуации, действующих лиц, их эмоциональное состояние, особенности организации, где происходит действие, и т.д.

Кейс подразумевает наличие приложения. Это может быть внушительная по объему информация, содержащая в себе дополнительные и, на первый взгляд, избыточные сведения. Например, статистические данные, отчеты образовательных учрежде-

ний о проделанной работе, характеристики семьи из органов опеки, научные статьи, выдержки из личных дневников. Эти сведения позволят предложить несколько вариантов решения, дадут возможность участникам сфокусировать свое внимание на тех аспектах, которые, на их взгляд, наиболее важны.

Не менее значимой при разработке кейса является процедура формулирования вопросов, которые помогут участникам отработать определенные навыки. Вопросы должны быть открытыми, не содержащими ни скрытого, ни очевидного ответа. Например: «В чем состоит проблемная ситуация?», «Каковы альтернативы решения этой ситуации?», «Кто в состоянии / ответственен за принятие решения?», «Что было сделано (называется действующее лицо) для разрешения создавшейся ситуации?» и др.

Пример кейса по работе со сложным ребенком вы можете найти в Личном кабинете.

КАК РАБОТАТЬ С КЕЙСОМ?

Работу с кейсом можно организовать по различным схемам или алгоритмам. Наиболее распространенной схемой работы над сюжетом текста является следующая последовательность шагов.

1-й шаг. Индивидуальная работа с текстом конкретной ситуации.

Текст раздается обучающимся, которые самостоятельно изучают его и задание. Главной задачей этого шага является формирование у них собственного мнения относительно ситуации и разработка собственного варианта действия по заданию. На этот шаг стоит выделить столько времени, сколько нужно для появления индивидуального мнения и готовности сопоставить его с мнением других.

2-й шаг. Обсуждение в малых группах.

Учебная группа разделяется на мини-группы (не более 5–7 человек), которым предлагается разработать общий вариант ответа на задание. От обучающихся требуется выработать общее мнение по каждому вопросу, подготовить собственные рекомендации, подготовить публичное выступление (текст, плакаты, аудиторию и команду выступающих). Процесс этот приобретает особенную остроту, если ведущему удается создать некоторую конкуренцию между группами.

3-й шаг. Публичное выступление и групповая дискуссия.

На этой стадии работы заслушиваются доклады от каждой группы, принимаются дополнения к докладу от других участников группы, оппоненты задают вопросы, а выступающие отвечают, затем разворачивается дискуссия с выслушиванием мнений всех сторон.

Задача этого шага состоит в расширении поля смыслов, связанных с заданием, в отработке ключевых умений коммуникации, навыков публичного выступления и убеждения.

Ведущий при этом выступает в роли организатора дискуссии и следит за тем, чтобы удержать себя от роли «знатока». Он должен стараться максимально задействовать в обсуждении ресурсы обучающихся.

4-й шаг. Ведущий обобщает результаты работы с конкретной ситуацией.

На этом шаге происходит обобщение интеллектуальной работы, выделения ключевых, проблемных или, наоборот, успешных моментов в деятельности обучающихся. Уточняются понятия и представления, появившиеся в ходе дискуссий, обостряются трудности. Обычно здесь «солирует» ведущий. Но лучше, когда и этот шаг совершается в виде продолжения дискуссии, в которой учитывается еще и мнение преподавателя как равноправного участника интеллектуальной работы, совершаемой обучающимися. Это продолжение разбора конкретной ситуации в соответствии с заданием.

По итогам решения кейса, приобретенного опыта, можно организовать обсуждение с использованием следующих вопросов:

— Что было наиболее сложным?

— Что было самым простым?

— Общее впечатление от кейса?

— Основной вывод? Основной урок (навык), который вы усвоили?

— Какой ошибки в будущем вы сможете избежать?

Заранее, еще до обсуждения кейса, можно заготовить лист флипт-чарта с четырьмя заголовками:

ЛЕГКО (ПРОСТО)	ПОМОГАЛО
1. 2. 3.	1. 2. 3
ТРУДНО	**МЕШАЛО**
1. 2. 3	1. 2. 3.

Более подробно о методе кейсов в образовательной деятельности вы можете прочитать в пособии:

Попова С.Ю., Пронина Е.В. Современные образовательные технологии. Кейс-стади: Учеб. пособие для академического бакалавриата — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2017. ●

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

Об арт-проектах и арт-пространстве

Возможности для индивидуального и группового творчества

Татьяна УШАКОВА
кандидат педагогических наук,
завотделением психолого-педагогической помощи Сергиево-Посадского социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних,
Московская область

Арт-терапия у большинства специалистов ассоциируется с личностно-ориентированным творческим процессом, где особую роль играет взаимодействие психолога (психотерапевта) с клиентом в процессе создания творческого продукта. Это действительно именно так. Но арт-терапия — это множество возможностей, а главное — поле не только для индивидуального, но и для группового творчества.

Арт-проекты в психологической практике — выход клиента в окружающую среду с неким намерением, можно сказать, со своего рода позицией. Само взаимодействие с окружающими, которые могут по-разному отнестись к происходящему, — важная часть развивающей, психокоррекционной реабилитационной работы не только с детьми и подростками, но и со взрослыми.

Результаты групповой работы выносятся вовне, а не остаются просто достоянием группы. У участников появляется возможность встретиться со своими чувствами, наблюдая за разной реакцией других людей на их продукт, и одновременно разделить эти чувства с другим. Это, безусловно, обогащает как группу, так и каждого ее участника. Такие арт-объекты создают особую атмосферу там, где они выставляются.

ТРИ ПОРТРЕТА

Подросткам-волонтерам нашего центра при подведении итогов их участия в одном из социальных проектов было предложено сначала совместно на большом листе бумаги нарисовать гуашью подводный мир, где есть дно, растения, но пока нет обитателей. Делать это им предстояло молча, договариваясь друг с другом исключительно невербальными средствами, молча пытаясь понять и почувствовать намерения друг друга.

Надо сказать, что участники с удивлением восприняли поставленную задачу, какое-то время находились в замешательстве. Но затем последовали за участницей, проявившей инициативу и нарисовавшей на общем листе линию, обозначающую дно. Через некоторое время активность проявляли уже все, свободно распоряжаясь цветом, активно жестикулируя друг с другом. Получившаяся в результате работа всем понравилась своей необычностью и яркостью.

Затем, на втором этапе, ребятам предстояло работать самостоятельно. Их задачей было нарисовать карандашами и фломастерами три собственных портрета как обитателей подводного мира. Каждый участник получил три небольших (половина формата А4) листа бумаги. Участники легко и быстро нарисовали первый портрет, при создании второго темп работы значительно снизился, создание третьего портрета вызвало сложности.

При проведении рефлексии в конце встречи многие участники говорили, что самым «честным» портретом оказался именно третий. Одна из участ-

ниц, размышляя о своих портретах, назвала первый «банально-фасадным», второй — «глубоким» и только третий — «настоящим».

Третий этап работы предполагал размещение своих портретов на общем фоне, рассказ о каждом из них, размышления на тему местоположения каждого портрета. Участники говорили о расположении своих портретов рядом с похожими или близкими по смыслу, о важности расстояния между портретами.

Четвертый этап был связан с рефлексией относительно организованного процесса. Ребята нашли сходство между тем, как строился арт-процесс, и тем, как строилась их работа в проекте, отмечали типичные способы своего поведения и поведения других участников. Они решили расположить общую работу на видном месте в центре с объявлением, приглашающим желающих нарисовать себя в качестве обитателя подводного мира. Ребята радовались появляющимся на их совместной работе рыбкам, осьминогам и даже пиявкам.

Мы обсуждали ситуацию, когда работа была целенаправленно испорчена кем-то из посетителей центра. Появился повод поговорить о рисках открытого предъявления себя окружающим и готовности делать это, несмотря на опасность отвержения и непонимания. Арт-проект дал возможность прожить разный опыт, который является ценным для взросления ребят.

Открытость, демонстрация результата индивидуального или совместного творчества имеет и другую сторону, связанную с тем, что работа может быть не оценена по достоинству или просто испорчена. И это важно, потому что у ведущего появляется возможность работать с ожиданиями участников, их готовностью быть непринятыми, отвергнутыми, неоцененными, совместно пережить эти чувства и ощущения.

ИСТОРИЯ СНЕГОВИКА

Примером такого процесса можно считать, например, строительство снежных фигур во дворе. Однажды я стала свидетелем и участником интересной ситуации, которую вспоминаю с большой благодарностью за идею, ставшую частью моего «арт-арсенала». Дело было зимой. Во двор вышла семья с девочкой лет девяти, которая стремительно бросилась на площадку. Девочка бегала по двору и оглядывалась, а не найдя того, что искала, она громко расплакалась. Подоспевший отец обнял ее. Она уткнулась в него и продолжала рыдать. «Снеговика сломали, обидно!» — констатировал отец. А мама девочки молча начала катать новый комок из снега. Девочка посмотрела на нее удивленно:

— Все равно сломают, зачем лепить?

— Ну и пусть… Мне нравится лепить снеговиков.

— Только зря стараешься…

— Возможно, но я же это делаю для себя. Может, сломают, а может, и нет.

— Зачем делать, если это никому не нужно…

— Потому что это нужно мне, а если другим это не нравится, пусть ломают...

Фотографии предоставлены автором

К маме присоединился папа, они вдвоем катали комки и кидали друг в друга снежки. То папа то мама звали к себе дочь, и она в результате все-таки к ним присоединилась. Мой племянник, вместе с которым мы гуляли в этом дворе, внимательно слушал и наблюдал за происходящим, а потом тоже присоединился к строительству. Включилась и я.

У нас получился огромный и очень смешной снеговик из шести комков. Мы нарисовали ему злое лицо и фингал под глазом. На животе написали: «Сломай меня побыстрее!». Этот чудовищный снеговик простоял во дворе аж целую неделю, но был в итоге все-таки кем-то разрушен.

Отец девочки рассказал мне, что дочь при любой негативной оценке извне, будь то родители, ровесники или учителя, моментально теряет интерес к делу, «складывает крылья». Семейный эксперимент со снеговиком сыграл свою роль. Я наблюдала, как ежедневно семья подходила к снеговику, они рассматривали его, смеялись, родители выражали удивление тем, что он еще цел, и все вместе дорисовывали язык, очки, прилепили нос-картошку. Обнаружив снеговика сломанным, девочка не плакала, как в первый раз. Она слепила вместе с мамой небольшую фигурку и сфотографировала ее на память.

С тех пор я каждый год леплю снеговиков со своими клиентами во дворе центра, где работаю. Снеговиков неизменно ломают, и мы каждый раз оказываемся в ситуации выбора: «сложить крылья» или получить удовольствие от процесса, результат которого может быть не оценен.

Эти истории у разных семей и разных клиентов бывают о разном. Для некоторых родителей, пришедших на прием с ребенком, предложение слепить во дворе вместе фигуру из снега вызывает оторопь. Многие или не видят в этом смысла, или стараются побыстрее выполнить «поставленную задачу». И очень удивляются, что в этом задании не было какого-то подвоха и «особенного психологического содержания», кроме того, чтобы просто побыть всем вместе и заняться чем-то очень важным для ребенка. Для одних — это эксперимент, связанный с оценкой со стороны, для других — это вообще история про внутреннего ребенка, детские потребности и страхи.

Для меня это один из наиболее любимых арт-проектов, который органично вписывается в разные контексты психологической работы, экономически доступен и очень информативен для клиентов.

КАК СОЗДАТЬ АРТ-ПРОСТРАНСТВО

Говоря об арт-проектах, хочется поделиться еще одной идеей. В процессе групповой работы с элементами арт-терапии как с детьми, так и со взрослыми ведущий, как правило, «обрастает» огромным количеством разных арт-продуктов, которые участники по тем или иным причинам не забирают себе.

Это могут быть рисунки, объемные инсталляции, коллажи, черновики, не очень «удачные» работы и др. Я иногда предлагаю участникам поделиться таким материалом с окружающими: «Мы вместе переживали в группе разные состояния: грустили, радовались, злились и удивлялись. Эти состояния мы по-разному выражали: говорили, рисовали, лепили, танцевали. Я предлагаю поделиться этим опытом с теми, у кого его пока нет. У нас есть место, где мы можем расположить те работы, которые вы готовы отдать совершенно незнакомым для вас людям. Каждую из этих работ нужно адресовать кому-то с небольшим пожеланием — так, чтобы, с одной стороны, получилась единая композиция из разных работ, с другой стороны, люди могли бы найти что-то для них подходящее и взять это себе».

Как правило, группы радуются таким предложениям и принимают очень интересные и неожиданные решения об общем оформлении. Это бывают хаотично натянутые веревки, к которым с помощью прищепок прикрепляют работы с разными надписями: «Если тебе грустно, возьми это себе и улыбнись», «Злишься — порви это, ругаясь… и улыбнись!», «Кажется, что у тебя ничего не получается, возьми мой рисунок. Ты не одинок!» и пр. Иногда это может быть коробка с приглашением «взять сюрприз и улыбнуться» и множество других идей, которые включают разных людей в творческий процесс.

Арт-проекты создают арт-пространство, стимулируют творческую активность, дают повод поразмышлять о своем взаимодействии с окружающим миром. Конечно, это хлопотное дело, но очень увлекательное, в том числе и для специалиста. Точно стоит попробовать!

Не боимся темноты

Игра для детей 4–5 лет

Жанна ЧУРИНА
педагог-психолог;
Татьяна СОЛОХИНА
музыкальный руководитель;
Роза КРАСНИКОВА
учитель-логопед;
МБДОУ № 19,
г. Краснотурьинск,
Свердловская область

Очень часто к нам обращаются родители с проблемой: что делать, если ребенок боится темноты?

Возраст, когда большинство детей начинают бояться темноты, — 3–5 лет. Обычно в это время ребенка переселяют в отдельную комнату, перестают охотно пускать в родительскую спальню и все реже практикуют убаюкивание и совместное засыпание. Для таких родителей и детей у каждого педагога-психолога припасены советы и игры.

Мы с коллегами — музыкальным руководителем и учителем-логопедом — разработали для детей пятого года жизни игру, которая помогает преодолевать страх темноты и боязнь различных шумов. Игра называется «Не боимся темноты» (с использованием терапевтической сказки «Мышонок и темнота» О.В. Хухлаевой).

Мы ее провели, и всем очень понравилось. На развлечении присутствовали коллеги из нашего ДОУ, также принимавшие участие в развлечении. По окончании никто не хотел уходить, ждали продолжения. «Было очень интересно и захватывающе, и дети чувствовали себя комфортно, не замечая темноты» — такую оценку нашему развлечению дали коллеги.

Предлагаем конспект игры по преодолению страха темноты и боязни громких звуков и шума.

Цель:

— формировать позитивное отношение к темноте, снижение чувства страха;

— способствовать устойчивому эмоционально-положительному самочувствию и активности детей;

— развивать интересы детей, их любознательность и познавательную мотивацию;

— развивать воображение и творческую активность;

— развивать мелкую моторику пальцев;

— способствовать правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации при выполнении основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки).

Материалы: обруч с «сухим дождем», интерактивное оборудование, настольные лампы, подушки-думочки, электрические фонарики (по количеству детей), кастрюля, бусины, целлофановый мешок, экран (простыня) для театра теней, «золотинки» для салюта, заготовки для теневого театра, подборка аудиозаписей.

Действующие лица: Ведущий и мама Мышь; Мышонок; Светлячок (озвучка); дети — путешественники по сказке, мышата и светлячки.

Слайд № 1

Дети входят в зал под музыку (аудиофайл № 1), *останавливаются посреди зала.*

Ведущий. Ребята, сегодня мы с вами отправимся в сказку. Хотите? Закройте глаза и послушайте, где будет проходить наша сказка (аудиофайл № 2).

Дети высказывают свои догадки.

Слайд № 2

Ведущий. Правильно, наша сказка будет проходить в лесу. Но, чтобы попасть в сказку, нам надо пробраться через ветвистые деревья.

Дети под музыку проходят через обруч, на котором завязаны белые ленты — «сухой дождь» (аудиофайл № 3).

Ведущий. Итак, наша сказка начинается!

Слайд № 3

Биоэнергопластика

(проводит учитель-логопед)

Учитель-логопед. На опушке большого красивого леса живет маленький Мышонок с мамой и папой.

1) Упражнение «Мышонок»

Мышонок, по лесу беги,
Хвостик быстро убери.

Артикуляционное упражнение:

— губы в улыбке,

— рот приоткрыт,

— произнести «а-а» и прикусить широкий кончик языка (поймать мышку за хвостик).

Фотографии предоставлены авторами

Пальчиковое упражнение:

— соединить большой палец со средним и безымянным, выпрямить,

— указательный и мизинец поднять вверх,

— в ритме артикуляционного движения соединять и разъединять большой палец со средним и безымянным.

Учитель-логопед. Мышонок очень любит играть со своими друзьями-зайчатами, прибегающими на полянку.

2) Упражнение «Зайка»

Вот подснежников лужайка.
Барабанит громко зайка.

Артикуляционное упражнение:

— губы в улыбке,

— стучать языком по бугоркам за верхними губами.

Пальчиковое упражнение:

— пальцы в кулак,

— указательный палец выставить,

— ритмическое движение руки вверх-вниз синхронно с движением языка.

Учитель-логопед. И любит Мышонок слушать птиц, что каждое утро будят мышиную семью своим звонким пением.

3) Упражнение «Птичка»

У птички клювик очень колкий,
И тонкий, острый, как иголка.

Артикуляционное упражнение «Часики»

Узкий кончик языка переводить из одного уголка рта в другой (как часовую стрелку).

Пальчиковое упражнение:

— положение пальцев, как в предыдущем упражнении;

— движение указательных пальцев влево-вправо синхронно с движениями языка.

Учитель-логопед. Любит Мышонок со своими друзьями поиграть в веселые игры.

Мышонок. Выходите, ребята, поиграем с вами в мою любимую игру.

Ритмическая игра «Хлоп ладошка!»

Автор И.В. Бодраченко

(см. приложение № 1)

Ведущий. А теперь сядьте на пенечки (*подушечки*), наша сказка продолжается. Мышонок радуется солнцу, ветерку, и капели, и ручьям, очень любит смотреть на облака, а по ночам любоваться звездами.

Слайд № 4

А раньше маленького Мышонка очень пугала темнота, ночь, когда вокруг ничего не видно и только слышны таинственные шорохи, наводящие ужас.

Песня «Что рождается в ночи?»

(муз. народная, сл. И. Пивоваровой, см. приложение № 2)

Мышонок. Помогите мне, ребята, узнать, что это за страшные звуки.

(В зале гасят свет, включают настольные лампы.)

Игра «Кто притаился в темноте»

*Детям в темноте предлагают послушать какой-либо звук (*аудиофайлы № 4, *5*, 6, 7). *Они должны догадаться, что это за звук, и найти с помощью фонарика предмет, который издает такой звук. При каждом звуке Мышонок пугается, вздрагивает и спрашивает: «Что это?»*

Слайд № 5

Ведущий. В один из летних дней маленький Мышонок очень долго гулял, бегал и забрел так далеко, что возвращаться пришлось в темноте.

(В зале гасят верхний свет, выключают настольные лампы, звучит аудиофайл № 8.)

Ночь была безлунной. Ему хотелось поскорее попасть домой. Вдруг он услышал вдалеке шум и ему представилось, что вокруг него клацают зубами злые чудовища.

Театр теней (аудиофайл № 9)

Дети проходят за экраном, подсвеченным настольными лампами, изображая разные фигуры. Мышонок вздрагивает, ведущий успокаивает Мышонка: «Это всего лишь тени, а не чудовища».

Слайд № 6

Ведущий. Оглядываясь и вздрагивая от каждого шороха, Мышонок медленно шел на шум и вышел к небольшому кусту, меж веток которого была натянута паутина, а в паутине запутался Светлячок.

Мышонок. Помогите мне, ребята, освободить Светлячка!

Пальчиковая игра «Паутинка»

(проводит учитель-логопед)

Паучок плетет, плетет
Паутиночку свою *(«моталочка»),*
Паутинка хоть тонка (*соединяют пальцы рук начиная с мизинца)*,
Крепко держит Светлячка (*сцепляют пальцы в замок и пытаются разъединить руки, разъединяют пальцы)*.
Паутинка рвется —
Светлячок смеется!

(Разводят руки в стороны и улыбаются.)

Слайд № 7

Учитель-логопед. От радости Светлячок стал летать над мышонком, а его крылышки издавали такие веселые звуки: «дззз — джжж» *(дети произносят все вместе)*.

Мышонок освободил его и спросил:

— Ты так кричал, потому что тебе было страшно в темноте?

— Нет, — ответил Светлячок, — в темноте совсем не страшно, как тебе кажется, а кричал я потому, что запутался в паутине и не мог сам выбраться. Меня ждут друзья... А ты куда идешь? — спросил Светлячок.

Мышонок:

— Я иду домой. И мне страшно, я боюсь темноты.

— А я яркий и свечусь, я помогу тебе добраться до дома, — сказал Светлячок.

Слайд № 8

По дороге они встретили друзей Светлячка, и они все вместе помогли Мышонку дойти до дома.

Танец «Светлячки и Мышка»

(аудиофайл № 10, используется цветомузыка).

Ведущий. Светлячки так ярко и красиво светились, что это было похоже на праздничный фейерверк.

Закличка «Светлячок» *(русская народная)*

Дети сажают себе в кулачок светлячков (золотинки) и начинают петь им песенку:

Светлячок, светлячок,
Посвети в кулачок,
Посвети немножко,
Дам тебе горошка.

После этих слов дети «отпускают» светлячков (подкидывают вверх), «салют» подсвечивается фонариками.

Ведущий. И тут Мышонок увидел, что в темноте совсем не страшно, потому что ночью все такое же, как и днем: есть и красивые цветы, и птицы. И даже такие необыкновенные красавцы, как Светлячки. Они проводили Мышонка до дома, поблагодарили его родителей за то, что они вырастили замечательного храброго сына. Мама Мышонка сказала: «Я всегда верила в тебя, малыш, ты ложись спать, а завтра мы устроим большой праздник.

Слайд № 9

Релаксация «Сонная песенка

(муз. народная, сл. А.Веденского, см. приложение № 3)

Слайд № 10

Песня «Мы на кроватках…»

Инсценировка песни, *Мышонок надевает на себя простыню и с помощью фонарика изображает привидение* (аудиофайл № 11).

На словах мамы включается **Слайд № 11.**

Слайд № 12

Ведущий. А на следующий день был большой праздник. Все лесные звери узнали о том, что случилось с маленьким Мышонком, как он спас Светлячка.

Слайд № 13

— А ночью, когда праздник еще продолжался, вся опушка этого большого леса засветилась, потому что собрались все светлячки и стало светло, как днем, и еще долго-долго продолжалось веселье, и все поздравляли маленького Мышонка и его родителей.

Игра «Найди пару»

(аудиофайл № 12)

Игра на преодоление страха темноты, одиночества, эмоционального напряжения. У детей фонарики с цветными фильтрами. Каждый должен найти в темной комнате с помощью фонарика пару — того, у кого фонарик такого же цвета.

Слайд № 14

Ведущий. Вот и подошло к концу наше путешествие в сказку, нам пора возвращаться в детский сад. Для этого мы должны пройти по волшебному тоннелю (*дети проходят через тоннель, в зале включается свет, звучит* аудиофайл № 13).

Ну вот мы и вернулись в детский сад! Теперь вы не боитесь темноты? Вы поняли, что в темноте совсем не страшно, а иногда бывает даже интересно. Например, в темноте можно играть в теневой театр.

Слайд № 15

— А для того чтобы в него играть и чтобы вы еще больше подружились, мы дарим вам заготовки для теневого театра *(см. приложение № 4)*. Вы вместе с воспитателями вырежете и наклеите на картон фигурки и сможете сами придумывать и разыгрывать сказки.

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

Чаша равновесия

Игровые занятия с аутичными детьми

Юлия ВОЛИНА
педагог-психолог,
руководитель службы «Гармония»,
КОУ ВО «Елань-Коленовский ЦППМСП»,
пос. Елань-Коленовский, Воронежская область

Аутизм — сложное психическое расстройство, при котором затруднено или полностью невозможно установление контакта с новыми людьми. У детей с аутизмом наблюдается отгороженность от внешнего мира с игнорированием внешних раздражителей, на которые реагируют обычно развивающиеся дети. Для этого нарушения характерно очень большое количество симптомов: речь неразвита или отсутствует, отсутствует зрительный контакт — взгляд в лицо, глаза; страх изменений в окружающей обстановке; граммофонная речь — повторение только что или когда-то ранее услышанного; задержка развития «я»; стереотипность разных сторон поведения; стереотипные движения — подпрыгивания, верчение и многое другое.

За последнее десятилетие количество детей с аутизмом выросло в 10 раз. Считается, что тенденция к росту сохранится и в будущем.

Как помочь ребенку с аутизмом учиться новому? Как развить у него способность к социальному взаимодействию, общению? Как преодолевать имеющиеся трудности и вырабатывать у ребенка необходимые социальные навыки? Конечно, играя с ним в разнообразные, развивающие игры.

Игра — естественное состояние ребенка, его способ знакомиться с миром и самим собой. Особый ребенок чувствителен к любым воздействиям, поэтому необходимо при организации игр учитывать индивидуальные предпочтения, отгороженность аутичного ребенка, его желание заниматься однообразными видами деятельности. Необходимо также стремиться, чтобы ребенок понимал правила игры.

Особые дети тоже хотят играть, но, в отличие от обычных детей, у них нет навыков, которые позволили бы им делать это с удовольствием. Выработка навыков, которые так нужны детям с аутизмом для лучшей обработки сенсорной информации, для адаптации к различным ситуациям обычной жизни, для адаптации к школе и успешной учебной деятельности, стали частью моей профессиональной практики.

Приведу два занятия из моей коррекционно-развивающей программы «Я люблю мир!» для обучающихся с РАС в начальных классах.

ЗАНЯТИЕ 1

Тема «Я познаю мир с помощью конструктора Лего»

Цель: формирование коммуникативных навыков, развитие контактности, сенсорных навыков, обучение простейшим способам конструирования, расширение знаний о предметах рукотворного мира.

Образовательные и психологические задачи:

— формирование знаний о форме, цвете, размере, количестве, способах работы с конструктором Лего;

— привитие социально-коммуникативных навыков;

— усиление познавательной психологической активности ребенка с РАС;

— организация целенаправленного поведения аутичного ребенка;

— развитие основных психологических процессов.

Оборудование: наборы «Лего с трубками», «Лего — детская площадка», пластина «Лего-плато» для сборки конструкции, образец выполненной работы, фигурки человечков, карточки: геометрические фигуры и цвета.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Приветствие

— Здравствуй! Рада видеть тебя.

Сегодня у нас будет занятие по Лего-конструированию. Строить очень интересно и увлекательно, я буду показывать, как это делать.

Основная часть

— Мы построим развлекательную игровую детскую площадку для вот этих замечательных ребятишек *(фигурки пластмассовых человечков из конструктора)*. Они хотят, чтобы мы им помогли. Ребята очень любят кататься на качелях, скатываться с горок, залезать на высокие башенки. Да, это интересно!

У нас есть специальный набор с трубками. По ним можно катать не только деток, но и вот эти разноцветные шарики.

Посмотри образец уже построенной площадки. Как все устроено? Как соединяются детали? Какой цвет у трубочек, дверей, кубиков? Давай назовем цвет этой трубочки. Хорошо! А дверь какого цвета? Она... цвета. Что мы обычно делаем с дверью? Правильно, открываем и заходим (или выходим). Давай сосчитаем наши кубики *(психолог пересчитывает кубики)*. Сколько у нас получилось? Хорошо!

Попробуй соединить трубочку. Молодец, у тебя получается! Пробуем соединить еще одну, повторяй за мной. Отлично!

А теперь давай вместе соберем платформу для площадки. Хорошо! Молодец! Сколько деталей нам понадобится? Каких? Отлично!

Давай вместе построим башни *(психолог вместе с ребенком строит башни площадок и простейшие качели с опорой на схему-картинку, психолог направляет действия ребенка, следит за правильным выполнением задания, мотивирует ребенка на успех)*.

Ребята радуются, что площадка сейчас будет построена. Вот и закончили мы наше строительство. Спасибо тебе, что помог ребятам.

Ура, все хотят теперь покататься! Кто из ребят тебе больше всего нравится? Кто будет кататься первым? А за ним кто? *(Если ребенок не может говорить, он показывает пальцем.)* Хорошо! Ребятам весело, они играют, катаются. И нам весело за ними наблюдать.

Отлично! Можешь покатать человечка, которого ты выбрал. Посмотри, как он может сесть на качели. Он не упадет? Нет, он держится за качели. Всем детям нужно держаться, когда их катают.

Посмотри, у нас есть еще мячики. Какого они цвета? А формы? Правильно, они круглые.

А теперь поймай мячик. Молодец! Мне тоже хочется поймать мячик. Кидай мне. Спасибо, что кинул мне мячик. Давай мячики прокатим по трубкам. Хорошо! Лови! *(Ребенок ловит мячик, вылетающий из трубки.)*

Остается 5 минут до конца нашего занятия, и мы можем еще поиграть в наших пластмассовых человечков. *(Напоминание психолога о скором окончании занятия обязательно, ребенка необходимо настроить на окончание занятия.)*

Давай представим, что мы тоже пришли на площадку, и научим ребят играть в очень интересную игру. Посмотри, что будет делать человечек.

Упражнение на развитие пространственной координации

Психолог произносит слова и двигает фигуркой человечка.

Мы сейчас пойдем направо! Раз, два, три!
А теперь пойдем налево! Раз, два, три!
Быстро за руки возьмемся! Раз, два, три!
Так же быстро разомкнемся! Раз, два, три!
Мы тихонечко присядем! Раз, два, три!
И легонечко привстанем! Раз, два, три!
Руки спрячем за спину! Раз, два, три!
Повертим над головой! Раз, два, три!
И потопаем ногой! Раз, два, три!

Психолог стимулирует ребенка на общение с фигурками, расположенными на площадке. Приветствуются действия ребенка.

Заключительная часть

— Тебе понравилось играть с конструктором и веселыми человечками? Хорошо!

Мы сегодня замечательно поиграли и позанимались, ну а теперь нам пора прощаться. Что нам нужно сказать друг другу на прощание? Правильно!

До свидания! Помашем друг другу рукой. Хорошо! До новой встречи!

ЗАНЯТИЕ 2

Тема «Чудесный песочек»

Цель: развитие сенсорной, тактильной чувствительности, совершенствование координации движений, песочная терапия, коррекционно-

образовательная и развивающая работа с ребенком с РАС.

Образовательные и психологические задачи:

— создание дружеской атмосферы, преодоление отстраненности;

— приобретение ребенком знаний и умений по работе с разными видами песка;

— развитие способности удерживать внимание на объекте;

— побуждение к творчеству, инициативе.

Оборудование: песочницы с разными видами песка, чаша равновесия, кинетический песок; игрушки: уточки, рыбки, ракушки, лодочки, пластмассовые формочки, стол для песочной анимации и др.

Приветствие

— Здравствуй! Рада видеть тебя.

Сегодня у нас будет занятие с использованием песочной терапии. Это очень интересно и увлекательно, я буду показывать, как нужно играть.

Основная часть

— Сегодня мы поиграем в наш чудесный песочек. Поэтому не случайно я разложила на столе разные формочки, игрушки и баночки.

Игровой момент

Посмотри в нашу песочницу: плывут уточки, видят рыбок *(плывут по песочку или в водной песочнице)*. Давай поздороваемся с нашими героями, пустим на воду красивых уточек. Здравствуйте!

Смотри, уточки с рыбками здороваются. Возьми в руки две рыбки.

Сейчас рыбок я помою *(сыплем песочек то на одну, то на другую рыбку.)* Мойтесь, водичка хорошая, теплая.

Да, водичка тепленькая и чистая *(психолог говорит несколько раз)*.

Правда, водичка хорошая? *(Психолог старается добиться от ребенка подтверждения, кивка головой.)* Вон там шарик видно *(раскапывают шарик)*.

Я пойду лодочку возьму. У меня маленькая лодка, а не тонет.

Лодочка быстрая, она быстро у нас поплывет? *(Психолог старается добиться от ребенка подтверждения, кивка головой.)* Хорошо!

Я куколку положу в лодочку. Вот, смотри, куколка в лодочке плывет! Лодочка быстрая, хорошо плавает, не тонет! Из всех игрушек, разложенных на столах, ты можешь выбрать любые и положить в лодочку.

Кто тебе нравится? (Р*ебенок показывает или берет сразу в руки понравившуюся игрушку.)* Он любит купаться? *(Психолог старается добиться от ребенка подтверждения, кивка головой.)*

Да, он любит купаться, плавать в теплой водичке. *(Игрушку можно опустить в песочек. Психолог показывает, как нырять ладошками в песок.)*

Все рыбки плавают! И лодки все плавают! Все-все!

В данной игре психолог создает условия для разнообразных действий, в то же время не предоставляет ребенка самому себе, а своими указаниями помогает ему сориентироваться в множестве признаков и качеств предмета, выделяет наиболее существенные и доступные для восприятия, помогает организовать игру.

«Чаша равновесия»

— Сейчас мы будем работать с кинетическим песком. Посмотри, какой он интересный, как он убегает из твоей ладошки. Из этого песочка получаются очень красивые пирожки и пирожные. Выбери формочку, какой формы будут наши пирожки и пирожные *(психолог показывает способ заполнения формочки песком)*, используем пластмассовые формочки.

Мы с тобой пекари и печем красивые и вкусные пирожки.

(Обычная формовка пирожков, выполняются разнообразные действия: ребенок комкает песок ладошкой, пальцами, заполняет форму, учится «выпускать» готовое изделие на чашу. Производя такие действия, ребенок ощущает песок, замечает его свойства, рассыпчатость и одновременную вязкость, вес, объем, величину, запоминает, какие он может принимать формы, играет с увлечением.)

— Остается пять минут до конца нашего занятия, и мы можем еще порисовать на световом столе *(стол для песочной анимации)*. На этом пульте ты можешь выбрать любой цвет. Нажимай. Посмотри, как красиво. Давай нарисуем на столе узоры *(психолог показывает способы рисования: пальцем, кулачком, ладошкой, мотивирует ребенка к самостоятельным действиям)*.

Заключительная часть

— Совместная игра с тобой доставила мне огромное удовольствие. А тебе понравилось играть с песочком, рисовать на песочке? *(Психолог старается добиться от ребенка подтверждения, кивка головой.)*

Мы сегодня многое узнали и попробовали новое.

(Вспоминают, что было на занятии. Своими словами и действиями психолог развивает у ребенка восприятие и тем самым упорядочивает приобретенные им знания и навыки. Психолог помогает ребенку вычленить и обобщить связи и отношения между предметами. Совместная игра, попутные замечания по ходу игр постепенно сказываются на детском развитии, чувственное восприятие активно закрепляется у ребенка.)

— Мы сегодня замечательно поиграли и позанимались, ну а теперь нам пора расставаться. Что нужно сказать друг другу на прощание? Правильно!

До свидания! Помашем друг другу рукой. Хорошо! До новой встречи! ●

Четыре «нельзя» и одно «можно»

Занятие для учащихся начальной школы на тему безопасного поведения в общественных местах

Ольга АЛЕКСАНДРОВА,
Ольга ИСЛЕНТЬЕВА
педагоги-психологи,
МБУ ДО «Центр «Позитив»
Энгельсского муниципального района,
Саратовская область

Цель занятия: формирование основ безопасного поведения детей на улицах и в общественных местах.

Материалы и оборудование: мультимедийная установка или компьютер; выпуск № 230 журнала «Ералаш»; четыре куклы бибабо; макет машины; две шоколадки; игрушка детская; напечатанные правила безопасного поведения («Нельзя») на листах формата А3.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Приветствие педагога. Организационный момент

Задача: актуализация знаний обучающихся о безопасном и социально-нормативном поведении.

— Ребята, сегодня мы будем говорить о безопасности поведения в свободное от учебы время, когда вы находитесь на улицах города, возвращаясь из школы или гуляя.

Игра «Вредно — полезно»

Инструкция. Хорошо ли вы знаете, что для человека полезно, а что вредно? Сейчас мы постараемся это понять. Я буду зачитывать предложения или фразы о том, что мы можем делать. А вы, если это для вас полезно, должны в ответ молча кивнуть головой — вот так *(учитель показывает, как кивать)*. А если это делать вредно, молча ладонью покажите отрицательный жест — вот так *(учитель показывает движение)*. Итак, начали:

Лазить по крышам?
Мыть руки с мылом?
Мыть руки без мыла?
Смеяться и улыбаться?
Вредничать и обижаться?
Есть овощи, фрукты и прочие продукты?
Играть с мячом во дворе?
Перебегать дорогу на красный свет?
Танцевать на уроках менуэт?
Переходить дорогу на красный свет?
Говорить по утрам «здравствуйте» и «привет»?
Дразнить собак и кошек?
Быть терпеливым немножко?
Делиться конфетами и сладостями?
Есть незнакомые растения, ягодки, почки, цветочки и другие странности?
Ходить на речку без взрослых и заплывать за буйки?
А пускать в ход кулаки?
Помогать родителям, бабушкам и дедушкам, друзьям и учителям?
Играть с огнем?
Слушаться родителей и учителей?

2. Введение в тему занятия (беседа с детьми)

Задача: актуализация жизненного опыта детей по теме занятия.

Педагог задает детям вопросы и выслушивает ответы, резюмируя их по каждому вопросу отдельно.

● Ребята, поднимите, пожалуйста, руки те, кто самостоятельно, один ходит в магазин или гулять.

● А какие опасности могут поджидать нас на улице?

● Вспомните, что говорят вам родители, когда отправляют в магазин или когда вы идете гулять?

3. Работа с видеосюжетом

Задача: формирование у обучающихся умения опознавать опасные ситуации, предвидеть последствия выбранного типа поведения.

Инструкция. Сейчас мы с вами посмотрим историю про одну девочку, которая возвращалась из школы. Смотрите внимательно, постарайтесь увидеть и запомнить, с какими опасностями она сталкивалась и как себя вела.

Включить для просмотра «Ералаш» (выпуск № 230). Фильм просматривается не до конца. Остановить просмотр (поставить на паузу) на моменте, когда мужчина предлагает девочке куклу.

Далее педагог просит ребят придумать продолжение прерванной истории и выслушивает варианты детей по очереди. В каждой предложенной детьми истории педагогу необходимо отметить, какое поведение девочки привело (могло привести) к негативным последствиям, а какое помогло избежать опасности.

Если ребенок предложил версию негативного развития событий, не следует изменять версию ребенка, важно проанализировать поведение девочки.

4. Моделирование ситуаций намеренного манипулирования детьми со стороны взрослого

Игра-драматизация с куклами бибабо

Задача: формирование навыка безопасного поведения детей вне дома.

СИТУАЦИЯ № 1. Два участника: взрослый и ученик. Педагог играет роль водителя автомобиля, который приглашает ребенка довести его до дома или зовет покататься. В этой ситуации «водитель» из автомобиля не выходит.

СИТУАЦИЯ № 2. Два участника: взрослый и ученик. Педагог играет роль «похитителя» ребенка, может брать его за руки и пытаться увести.

Участников игры педагог выбирает по желанию. Диалог ведется от лица кукол, которые надеты на руки взрослому и ученику. В игре педагог может использовать для «подкупа» ребенка шоколад и игрушку.

Предлагаемые ситуации проигрываются поочередно. В случае если ребенок во время игры поступает неправильно, необходимо обсудить с классом все неправильные действия участника, а затем переиграть эту же ситуацию с этим же ребенком.

Инструкция. А сейчас у вас появится возможность побывать на месте героини «Ералаша». Ваша задача: не позволить взрослому (незнакомцу) обмануть вас. Во время игры вы можете поступать (говорить и делать) так, как вам хочется, а также громко кричать следующие фразы: **«Спасите, помогите», «Отпустите», «Это чужой».**

При подведении общего итога педагогу необходимо еще раз сделать акцент на таком поведении ребенка — участника игры, которое помогло избежать опасности, а также напомнить фразы, которые позволяют привлечь внимание других взрослых, когда ребенку нужна помощь.

5. Подведение итогов занятия

Задача: закрепление правил безопасного поведения — «Нельзя».

Педагог размещает на доске правила безопасного поведения и предлагает детям повторять за ним вслух и хором:

- **Нельзя** заходить с незнакомыми людьми в подъезд и лифт.
- **Нельзя** вступать в беседу с незнакомыми людьми.
- **Нельзя** позволять чужим людям прикасаться к себе, брать за руку.
- **Нельзя** садиться в чужую машину без разрешения родителей.

Далее детям предлагается досмотреть выпуск «Ералаша», после которого педагог формулирует последнее правило безопасного поведения:

- **Можно** садиться в машину только к своим родителям и родным.

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

Шансы на успех

Метод цветовых метафор в психологическом сопровождении одаренных детей при подготовке к предметным олимпиадам

Татьяна ГОВОР
педагог-психолог,
ГУО «Средняя школа № 13 г. Жлобина»,
Гомельская область,
Республика Беларусь

Проблема обучения и воспитания одаренных детей приобрела особое значение для каждого образовательного учреждения. Ведь не секрет, что рейтинг школы зависит, в том числе, от количества призеров предметных олимпиад различного уровня. Именно олимпиады позволяют учащимся более полно раскрыть свою одаренность, а педагогам — совершенствоваться, оттачивать различные приемы, формы и методы работы с учеником.

Активное участие ребят в предметных олимпиадах — это своеобразная психолого-педагогическая диагностика, которая позволяет проанализировать, насколько каждый ребенок готов интеллектуально, какие интересы и предпочтения у него есть, насколько сформированы его умения в самоорганизации, самопрезентации, какие у него трудности.

Успешность выступления зависит от интеллектуальной, физической и психологической подготовки. В ситуации олимпиады наиболее значимыми оказываются следующие психологические характеристики учащегося: высокий уровень самоорганизации, высокая и устойчивая работоспособность, высокий уровень концентрации внимания, произвольности; четкость, комбинаторность, нестандартность мышления, сформированность внутреннего плана действий, сформированность навыков эмоциональной саморегуляции, стрессоустойчивость.

Неадекватность самооценки, завышенный или заниженный уровень притязаний, повышенная личностная тревожность ребенка могут отрицательно сказаться на результате. Ведь ситуация предметных олимпиад и давление груза ответственности, возложенной на ученика (защитить честь школы, где поражение ребенка считается не только его личной неудачей, но и проигрышем всей школы), является стрессогенной.

Чаще всего олимпиады проводятся в чужой для ребенка школе, где собрались незнакомые ученики. Проводят соревнования и оценивают результаты незнакомые взрослые, к тому же не всегда благожелательно настроенные к участникам. Решение олимпиадных заданий, как правило, ограничено во времени. Все эти факторы вызывают тревогу, что может привести к дезорганизации деятельности, снижению концентрации внимания и работоспособности, к растерянности. Порой даже подготовленному ученику трудно показать в должной мере знания, умения, навыки и способности.

Природа возникающих трудностей не только педагогическая, но и психологическая. Таким образом, психологическая подготовка участников к олимпиадам является необходимой. Качественное психологическое сопровождение участников предметных олимпиад позволит увеличить их шансы на успех.

ДВА ПРИНЦИПА ОДНОЙ МЕТОДИКИ

В своей деятельности по психологическому сопровождению одаренных детей при подготовке к предметным олимпиадам я использую две формы работы: индивидуальную и групповую. Индивидуально я начинаю работать с учеником по запросу самого ребенка, педагога или родителя. Групповая работа проводится с командами, представляющими нашу школу, район или область на предметных олимпиадах.

Для того чтобы помочь школьнику, необходима диагностика, позволяющая определить: какая помощь нужна для создания ситуации успеха во время участия в предметных олимпиадах. На мой взгляд, важно оценить отношение одаренного ребенка к участию в олимпиаде, его мотивы, в частности содержание базовых и актуальных потребностей, побуждающих к данному виду деятельности, а также связанные с этим эмоциональные переживания.

Для решения данной проблемы я остановилась на методике цветовых метафор. Методика цветовых метафор была разработана в 1996 году петербургским психологом Игорем Соломиным. Суть данной методики состоит в соотношении каждого понятия из заранее составленного списка с определенным цветом из набора 8 цветов теста Люшера. Особенность методики в том, что она не направлена на выявление стандартного психологического смысла цвета.

Метод цветовых метафор основан на двух принципах.

- Во-первых, если человек обозначает какое-либо понятие самым привлекательным цветом, это может свидетельствовать о привлекательности этого

понятия, позитивном к нему отношении. И, наоборот, к понятиям, обозначенным наиболее неприятным цветом, человек и относится скорее всего негативно.

- Во-вторых, обозначение различных понятий одним цветом является косвенным показателем их субъективного сходства. То есть если два или несколько понятий человек обозначает одним цветом, это, видимо, означает, что в этих понятиях для человека есть что-то общее и он относится к ним приблизительно одинаково.

ОПРОСНЫЙ БЛАНК

Поскольку выбор цвета основан на бессознательных процессах, он указывает на реальное отношение ребенка к участию в предметной олимпиаде без искажения результатов социальными установками.

Я предположила, что через определение базовых и актуальных потребностей можно выяснить основные мотивы участия одаренных детей в предметных олимпиадах, отследить их отношение к различным видам деятельности по подготовке к олимпиаде, определить источники стресса и напряжения. Такая работа позволит оказывать более эффективную психологическую помощь участникам олимпиад исходя из их потребностей, а не из того, что умеет делать педагог-психолог. Также с помощью данной методики можно прогнозировать успешность подготовки к олимпиаде и участия в ней.

Для модификации методики цветовых метафор изначально был разработан опросный бланк, который включал понятия, характеризующие различные стороны подготовки школьников к участию в предметных олимпиадах: занятия и виды деятельности по подготовке к олимпиаде, потребности, жизненные ценности, эмоциональные переживания и состояния, чувства, группы людей, события и этапы жизни.

Все понятия объединены в следующие группы:

- потребность в безопасности (безопасность, надежность, уверенность);
- потребность в самоутверждении (признание окружающих, превосходство, поступление в вуз, карьера, похвала, образование, победа, конкуренция);
- потребность в самоактуализации (успех, творчество, знания, обязанности, подготовка к олимпиаде, достижение успеха, увлечение, моя учеба, мечта, мои обязанности);
- занятия и виды деятельности (выполнение учебных заданий, труд, любимое дело, любимый предмет, отдых, объяснение нового, повторение, проверка знаний, монотонная работа, запоминание, тренировка, самоконтроль, предметная олимпиада, подготовка к олимпиаде, предмет олимпиады, стратегия подготовки, быстро действовать, зубрежка, помощь, общение с учителем, режим дня, учебник по предмету);
- события и этапы жизни (мое прошлое, мое настоящее, мое будущее, поражение, неудача, поступление в вуз, карьера, конфликт);
- люди, группы людей и организации (какой я на самом деле, каким я хочу быть, родители, одноклассники, участники предметной олимпиады, мой класс, друзья);
- эмоциональные переживания и состояния (страх, удовольствие, увлечение, вдохновение, скука, интерес, стресс, лень, радость, угроза, раздражение).

Всего в бланке использовано 71 понятие, так или иначе связанное с подготовкой и участием в предметной олимпиаде *(см. приложение 1 в Личном кабинете)*.

ДЛЯ ЧЕГО НУЖЕН ОПРОСНИК?

Для оказания помощи участнику предметной олимпиады психологу необходимо знать ответы на все перечисленные выше вопросы.

Необходимо учитывать, какую цель преследует ученик, какую потребность реализовывает, участвуя в предметной олимпиаде. Если это потребность в безопасности, важным будет отношение к таким понятиям, как «стресс», «неудача», «конфликт», «наказание», «проблема». При самоутверждении важно отношение к таким понятиям, как «признание окружающих», «превосходство», «поступление в вуз», «карьера», «похвала», «образование», «диплом».

При реализации потребности в самоактуализации значимыми являются успех, творчество, знания, обязанности, подготовка к олимпиаде, достижение успеха, увлечение, победа, моя учеба, моя мечта. Если базовые потребности участника предметной олимпиады связаны с удовлетворением потребностей в самоутверждении или в самоактуализации, можно предположить, что для их реализации он будет прикладывать значительные усилия и бороться за победу. Здесь преобладает мотив достижения.

Если среди базовых находится потребность в безопасности, главная задача ученика — избежать неудачи, а не добиться победы. Вряд ли он будет серьезно готовиться к олимпиаде. Если деятельность связана с потребностями, не являющимися базовыми или актуальными, ее мотивация является достаточно слабой. Например, отсутствие связи между понятиями «подготовка к олимпиаде», с одной стороны, и «мое увлечение», «интересное занятие» или «мое настоящее» — с другой, свидетельствует о том, что испытуемый не заинтересован в этом виде деятельности.

Без знания мотивации участников вряд ли можно прогнозировать и корректировать их поведение и состояние.

Таким образом, используя данную методику, мы в некоторой степени можем прогнозировать результаты олимпиады. Учет мотивов, отношений и потребностей участников предметных олимпиад необходим для эффективного психологического консультирования или коррекционной работы.

Фото с сайта mendeleev.kz

БАЗОВЫЕ И АКТУАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ УЧАСТНИКОВ

Мы определили, какие понятия чаще всего относят к базовым и актуальным потребностям призеры областных и республиканских предметных олимпиад нашей школы.

Итак, базовые и актуальные потребности участников (у каждого их несколько). У 85 % — предмет олимпиады, призовое место; 80 % — друзья, творчество, любимое дело, удовольствие, поступление в вуз, интересное занятие; 70 % — мечта, увлечение, похвала; 67 % — вдохновение, труд, достижение успеха, радость, превосходство, карьера, родители; 64 % — любимый предмет, общение с учителем, подготовка к олимпиаде; 62% — знания, образование, работа, самоконтроль; 60 % — тренировка, стратегия подготовки; 58 % — быстро действовать, помощь, информация, учебник по предмету, победа; 52 % — запоминание, объяснение нового, признание окружающих, победа; 50 % — проверка знаний, информация, интерес, повторение, мои обязанности.

В контрольной группе эти понятия чаще всего относятся к зоне фрустрации.

Таким образом, мы предполагаем, что при проведении диагностики можно выделить наиболее мотивированных участников олимпиад, нацеленных на успех, если они в базовых и актуальных потребностях показывают перечисленные выше понятия.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ И ПРОГНОЗ

Модифицированная методика цветовых метафор является адаптивной и показательной, ее интерпретация не требует наличия особых профессиональных навыков и может быть использована любым педагогом-психологом учреждения образования при психологическом сопровождении одаренных детей, участвующих в предметных олимпиадах. Она позволяет составить более эффективную программу сопровождения с учетом особенностей потребностно-мотивационной сферы участников.

В процессе интерпретации сначала анализируются понятия, обозначенные самыми приятными цветами. Потом анализируются те группы, в которые попадают понятия «мое увлечение» и «интересное занятие». Затем те, которые связаны с понятиями «мое настоящее», «мое будущее» и «мое прошлое». Далее выясняется, с какими понятиями ассоциируются выражения «какой я есть на самом деле» и «каким я хочу быть».

Определяется, какие понятия обозначаются самыми неприятными цветами; какие понятия связаны с отрицательными переживаниями или событиями: неудачей, угрозой, раздражением, печалью, неприятностями и пр. Наконец, можно выявить отношение испытуемого к конкретным занятиям, людям или другим жизненным обстоятельствам: к работе, учебе, детям, друзьям, участникам предметных олимпиад и др.

Для оказания действенной психологической помощи детям при подготовке к участию в предметных олимпиадах сначала важно определить состав базовых потребностей, на которые указывают понятия, обозначенные самым привлекательным цветом либо оцениваемое теми же цветами, что и «мое увлечение» и «интересное занятие».

Другими словами, все, что обозначено самым приятным цветом, — нравится испытуемому, все, что связано с интересным занятием и увлечением, воспринимается им как интересное и увлекательное. Если в зону **базовых потребностей** входят следующие понятия: предметная олимпиада, подготовка к олимпиаде, стратегия подготовки, запоминание, тренировка, быстрое действие, общение с учителем, любимый предмет, предмет олимпиады, школа, мои обязанности, учебник по предмету олимпиады, режим дня, диплом, интересное занятие, превосходство, признание окружающими, — это значит, что к участию в олимпиаде он относится с интересом и будет стремиться к победе. Ведь часто в результатах олимпиады больше заинтересован учитель, а не сам ребенок. Здесь прослеживается внутренняя мотивация или личная значимость победы для самого участника.

Затем анализируются **актуальные потребности** ученика. Они менее стабильны. При неудовлетворении базовых потребностей актуальные потребности являются формой их компенсации, определяют, чем озабочен человек в данный момент, что он вынужден делать, о чем он думает, на чем сосредоточен. На актуальные потребности указывают понятия, обозначенные тем же цветом, что и понятие «мое настоящее». В случае когда самым привлекательным цветом почти ничего не обозначено, а с интересным занятием и увлечением связано мало понятий, относящихся к подготовке к олимпиаде, можно предположить, что испытуемому не очень хочется принимать участие в олимпиаде и он мало заинтересован в результате.

Следующим важным показателем является **степень удовлетворения базовых потребностей.** Если базовые потребности обозначены тем же цветом, что и понятие «мое настоящее», значит, человек может в достаточной мере удовлетворить их в настоящий момент. Если базовые потребности связаны с понятием «мое будущее», человек рассчитывает на их будущее удовлетворение. Связь базовых потребностей с понятием «мое прошлое» может указывать на то, что они удовлетворялись ранее.

Итак, связь базовых потребностей с настоящим свидетельствует о достаточном эмоциональном благополучии и возможности их удовлетворения уже в данный момент. Люди, воспринимающие настоящее как нравящееся, интересное или увлекательное, относительно редко нуждаются в психологической помощи. Помощь психолога может заключаться в обучении способам релаксации и снятии эмоционального и физического напряжения, то есть в организации разумного отдыха.

Локализация базовых потребностей в будущем говорит о том, что человек живет надеждами и планами на удовлетворение базовых потребностей в дальнейшей жизни. При этом в процессе психологической коррекции целесообразно использовать фантазию ученика и формирование образа позитивного будущего.

Локализация базовых потребностей в прошлом говорит о том, что человек живет воспоминаниями о прошлом счастье. Это может указывать на целесообразность использования в процессе психологической коррекции техники извлечения клиентом ресурсов из прошлого опыта.

Наконец, отсутствие связи базовых потребностей с настоящим, будущим и прошлым позволяет сделать предположение о максимальной степени их фрустрации. В этом случае ни настоящее, ни будущее, ни прошлое не воспринимается клиентом как нравящееся, интересное или увлекательное. При этом наиболее целесообразной формой психологической помощи может быть тренинг формирования навыков целеполагания, ассертивности, принятия решений, саморегуляции и др.

Следующим важным показателем является **отношение к будущему, настоящему и прошлому.** О содержании отношения к настоящему, будущему и прошлому свидетельствуют понятия, обозначенные тем же цветом, что и понятия «мое настоящее», «мое будущее» и «мое прошлое». Анализ отношений основан на том, с какими эмоциональными переживаниями, занятиями, людьми и событиями ассоциируются представления о различных этапах жизненного пути человека.

В случае когда прошлое и настоящее обозначены одним цветом, а будущее — другим, можно предположить, что в настоящее время испытуемый живет так же, как и раньше, но ожидает перемен в будущем. Часто участники олимпиад соотносят понятия «успех», «победа», «диплом», «признание окружающих» к «моему будущему». Это говорит, что они еще только настраиваются на победу, а в настоящее время ресурсы испытуемого ограниченны.

Важно рассмотреть **отношение к себе и другим людям.** Расстояние между понятиями «какой (какая) я на самом деле» и «каким (какой) я хочу быть», характеризующими реальное и идеальное Я, отражает уровень самооценки. Обозначение их одинаковым цветом свидетельствует о максимально высокой самооценке, полной удовлетворенности собой и об отсутствии потребности в дальнейшем личностном росте и самосовершенствовании. В случае если идеальное Я оценивается несколько более привлекательным (на одну или две позиции) цветом, чем реальное Я, можно говорить об умеренной удовлетворенности своей личностью, о стремлении к самосовершенствованию без болезненных переживаний по поводу своих недостатков. Еще большее расстояние между данными понятиями, когда идеальное Я находится левее реального Я на три позиции и более, может указывать на значительную неудовлетворенность и наличие связанных с этим болезненных переживаний, что может приводить к невротическим расстройствам.

Обозначение понятия «какой я на самом деле» таким же цветом, как и понятия, соответствующие каким-либо другим конкретным людям, указывает на сходство эмоционального отношения к себе и этим людям, идентификацию с ними, говорит о том, на кого испытуемый считает себя похожим, кем он себя видит, к какой общности людей он принадлежит. Наконец, обозначение идеального Я тем же цветом, что и других людей, указывает на стремление испытуемого походить на них, подражать им, брать с них пример.

Следующим важным показателем является **отношение к различным видам деятельности.** Обозначение таких понятий, как «моя учеба», «подготовка к олимпиаде», «тренировка» и других видов деятельности такими же цветами, как понятия «интересное занятие» или «мое увлечение», свидетельствует, что данные виды деятельности побуждаются наиболее устойчивыми базовыми потребностями, воспринимаются как увлечение. Если деятельность не связана с интересами и увлечением, а обозначена таким же цветом, что и понятие «мое настоящее», такая деятельность побуждается менее стабильными актуальными потребностями.

В частности, связь представления о подготовке к олимпиаде с настоящим свидетельствует о том, что испытуемый вынужден работать под влиянием обстоятельств, ради удовлетворения потребностей, не связанных с его интересами. Если деятельность связана с потребностями, не являющимися базовыми или актуальными, ее мотивация достаточно слабая.

При анализе источников стресса важно рассмотреть понятия, обозначенные теми же цветами, что и «страх», «угроза», «раздражение», «неприятности» и др.

О содержании вытесненных представлений и переживаний свидетельствуют изолированные, одиночные, ни с чем не связанные понятия, то есть понятия, обозначенные каким-либо цветом, которым больше не обозначено никакое другое понятие из списка.

Проанализировав результаты диагностики по всем перечисленным выше позициям, можно планировать работу по психологическому сопровождению исходя из базовых и актуальных потребностей участников олимпиад.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МЕТОДИКИ

Данная методика использовалась мною в индивидуальной и групповой работе по психологической подготовке участников предметных районных олимпиад к участию в областных олимпиадах.

Групповая работа

При групповой работе с командами, представляющими наш район на областной олимпиаде, я вначале провела диагностику для определения базовых и актуальных потребностей одаренных детей и для выяснения основных мотивов их участия в предметных олимпиадах. Я также изучила их отношение к различным видам деятельности при подготовке к олимпиадам, определила источники стресса и напряжения.

Для чистоты эксперимента была использована также методика «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний», созданная на основе методики многомерной тревожности (МОДТ) Е.Е. Ромицына.

По методике цветовых метафор получились следующие результаты. 30 % участников нацелены на победу, имеют возможность удовлетворить свои базовые потребности, участие в предметной олимпиаде для них интересное и увлекательное занятие *(приложение 2, вариант заключения на одного участника, см. в Личном кабинете)*; 42 % —

ожидают победы на олимпиаде в будущем, у них есть некоторые затруднения в удовлетворении базовых потребностей, связанные с недостаточным усердием в подготовке к олимпиаде или не совсем успешными стратегиями подготовки, а также с неправильным режимом дня, что приводит к переутомлению; для 28 % участие в предметной олимпиаде является источником стресса, их пугает конкуренция, проверка знаний, поражение, неудача и пр.

При определении уровня тревожности в ситуации проверки знаний низкий уровень тревожности отмечался у 30 % участников, средний уровень — у 10 %, повышенный уровень — у 32 %, высокий уровень — у 28 % (эти же участники попали в зону риска и по результатам методики цветовых метафор). У ребят группы риска страх перед публичной демонстрацией своих знаний провоцирует чувство тревоги и неуверенности в себе. Такие особенности приводят к изменениям в познавательной деятельности, а именно к ослаблению концентрации и переключаемости внимания, трудностям при отделении главного от второстепенного и др. Поэтому для коррекционной работы было запланировано следующее: обучение способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу, актуализация внутренних ресурсов.

Для снятия эмоционального напряжения, повышения самооценки можно использовать визуализацию «Прекрасный цветок», медитацию «Сад», сказкотерапию (авторская сказка Ирины Стишенок «Страус» — для обучения новым моделям поведения в кризисной ситуации; повышения уверенности в себе; осмысления собственной модели поведения в кризисной ситуации; обучения навыкам релаксации; поиска новых путей разрешения личных проблем).

Набраться оптимизма, уверенности в себе помогает упражнение «Найди свою звезду». Здесь также важно поработать с целями. В процессе выбора цели необходимо провести детальный анализ предыдущей деятельности, взвесить сильные и слабые стороны, определить исходный уровень всех сторон подготовленности ученика. Только такой строгий и предельно самокритичный анализ позволит создать план действий, который будет реальным, а не останется лишь на бумаге как бесплодное отражение мечты. Для этой цели хорошим подспорьем становится упражнение «Загадай желание».

После проведения коррекционных занятий была еще раз проведена методика «Определение уровня тревожности в ситуациях проверки знаний». По окончании занятий низкий уровень показали 30% участников; средний — 50 %; повышенный — 12 %, высокий — 8 %.

Команда Жлобинского района неплохо проявила себя на областной олимпиаде. Только ученики нашей школы привезли 19 дипломов. Таким образом, мы видим, что использование модифицированной методики цветовых метафор помогает правильно определить направление групповой работы.

Индивидуальная работа

В индивидуальной коррекции тоже были достигнуты хорошие результаты. Приведу один пример.

Ученица 9-го класса нашей школы участвовала в областной олимпиаде по белорусскому языку и показала хороший результат. Девочка была включена в состав областной команды, но после участия в сборах по подготовке к республиканской олимпиаде она стала очень беспокойной и нервной. Учитель обратилась ко мне с запросом поработать с ученицей, поскольку не понимала, что с ней произошло и как ей помочь.

По результатам методики цветовых выборов первым цветом были отмечены понятия «страх», «стресс», «общение с учителем», «неудача», вторым цветом — «зубрежка», «скука», «проблема», «неудача», «угроза». Виды деятельности, касающиеся подготовки к олимпиаде, отмечены седьмым и восьмым цветами. Сюда же попали: достижение успеха, победа, превосходство, призовое место, интересное занятие, предмет олимпиады и др.

На консультации выяснилось, что во время сборов куратор группы постоянно говорила девочке, что та плохо подготовлена, что не понимает, как девочка смогла получить диплом на областной олимпиаде и т.п. Исправить ситуацию было практически невозможно, поскольку до начала олимпиады оставалось мало времени. Во время республиканской олимпиады девочка при устном высказывании стала очень волноваться, началась паника, и результат получился не очень хорошим.

Индивидуальная работа с девочкой началась уже в новом учебном году. После коррекции была еще раз проведена диагностика с помощью методики цветовых метафор и «Определения уровня тревожности в ситуациях проверки знаний». Уровень тревожности оказался средний. Это нормальный уровень тревожности в ситуациях проверки знаний, необходимый для адаптации и продуктивной деятельности. У подростка выровнялась самооценка, повысилась уверенность в себе, решительность. Девочка стала достаточно спокойно чувствовать себя в ситуации демонстрации своих знаний и возможностей. В 2016 году она получила диплом на республиканском этапе олимпиады.

Результаты, полученные с помощью метода цветовых метафор, позволяют осуществлять эффективное психологическое консультирование, получать качественные групповые данные для составления программы групповой работы с командами, представляющими район или область на предметных олимпиадах. ●

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

журнал

Школьный психолог – Первое сентября

1-е полугодие 2018 года

ПОДПИСКА

на сайте 1сентября.рф и в почтовых отделениях РФ

МАП МЕЖРЕГИОНАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПОДПИСКИ

ИНТЕРНЕТ-ПОДПИСКА НА ГАЗЕТЫ И ЖУРНАЛЫ VIPISHI.RU

КАТАЛОГ РОССИЙСКОЙ ПРЕССЫ

2018

первое полугодие

Индекс	Название издания	Периодичн. в полугодие	1 месяц		6 месяцев	
			Каталожная цена (руб.)	Подписная цена (руб.)	Каталожная цена (руб.)	Подписная цена (руб.)
Название блока в разделе «Центральные журналы»	**ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ. ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА** (495)637-82-73					
79152	**Школьный психолог – Первое сентября. Бумажная версия** *(-) 160 г 64 стр.*	3	750.00		2250.00	
сайт 1сентября.рф	**Школьный психолог – Первое сентября. Электронная версия**	3	–		–	450.00

Подписку принимают во всех отделениях связи Российской Федерации, а также на сайте 1сентября.рф

При подключении школы к проекту «Школа цифрового века» (см. шцв.рф) каждый учитель получает доступ ко всем журналам Издательского дома «Первое сентября». Стоимость подключения школы на год – 19 тыс. рублей независимо от количества учителей в школе.
В указанную стоимость также включены электронные учебники, курсы повышения квалификации, вебинары, предметно-методические брошюры для всех учителей школы.

При оформлении подписки на сайте оплата производится по квитанции в отделении банка или электронными платежами on-line

VISA MasterCard QIWI WebMoney

Свежий Ветер против Монстра

Психологическая работа с детьми-жертвами

В издательстве «Генезис» выходит книга Татьяны Жекулиной «Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой». Мы пишем об этой книге с особым чувством: Татьяна Жекулина была автором нашего журнала, и впервые ее материалы по этой теме появились на страницах «Школьного психолога» в 2014 году. В книге вы найдете общие основы использования нарративных идей в работе со школьной травлей, программу групповых занятий «Кладовая души», рекомендации по индивидуальной работе. Мы поздравляем Татьяну и предлагаем вашему вниманию отрывок из книги.

Татьяна ЖЕКУЛИНА
кандидат психологических наук,
Санкт-Петербург

Школьные психологи часто занимаются консультированием детей, оказавшихся в роли жертв и обидчиков, вне зависимости от того, работают ли они в этот момент параллельно со всем классом или нет. Но справиться с травлей можно намного эффективнее и быстрее, если используются обе формы работы. Для детей-жертв важно почувствовать себя защищенными, не одинокими в противостоянии с травлей, соприкоснуться с собственными возможностями преодоления трудностей. Дети-обидчики в ходе консультирования научаются принимать ответственность за свою агрессию и искать другие варианты поведения, которые будут приемлемы не только для окружающих, но и для них самих.

Основные приемы нарративной работы с жертвами — это *«слушание с обеих сторон»*, *«отсутствующее, но подразумеваемое»* и *«восстановление участия»* (*Winslade, Monk*, 2007). Особенно важно, чтобы ребенок в ходе бесед не оказался в ловушке «бытия жертвой», чтобы он смог активно формировать такие отношения с людьми, которые ему по душе.

В какой бы ситуации ни оказался человек, он всегда как-то реагирует на происходящее, как-то пытается справляться с трудностями. Другое дело, что эти его усилия часто оказываются непризнанными. «Слушание с обеих сторон» означает, что психолог обращает внимание не только на историю о том, что довелось испытать человеку и как он от этого страдал, но и о том, как он боролся, что делал, чтобы защитить себя. Дети, подвергающиеся травле, часто рассказывают дома родителям или учителю в школе, как им бывает плохо, тяжело, больно. Взрослые разбирают эти ситуации до мельчайших подробностей, которые снова и снова переживает, вспоминая, обиженный ребенок. Задача психолога — помочь ребенку перенести акцент с этой доминантной негативной истории на другую, ресурсную (альтернативную). Такое слушание открывает много возможностей для ведения другого, нового разговора с ребенком, а не такого, к которому он привык, рассказывая о своей проблеме.

Мы можем осмыслять события и явления, только противопоставляя их тому, чем они не являются: мы можем выделить в своем опыте «одиночество», только если уже понимаем, что такое «близость» и «общность»; можем выделить «отчаяние», только если уже имеем некое представление о надежде (*Winslade, Monk*, 2007). «Отсутствующее, но подразумеваемое» не содержится в оригинальном вы-

сказывании или выражении, но подразумевается в нем, и есть возможность сделать его в ходе разговора более осязаемым для ребенка.

Рассмотрим особенности детей-жертв на примере ученика класса, занимающегося по программе «Кладовая души» (назовем его Петя), который часто оказывался в этой роли.

СЛУЧАЙ ИЗ ПРАКТИКИ: ПЕТЯ

Петя — полный мальчик, имеет большие проблемы в усвоении школьной программы, а также логопедические трудности. Ребенок не четко проговаривает звуки, шепелявит, речь иногда непонятная.

По социометрическому исследованию Петя не имеет ни одного выбора среди одноклассников по учебному, игровому и личностному параметру. У него отмечен высокий уровень школьной и межличностной тревожности. Уровень самооценочной тревожности — повышенный. Петру свойственна расслабленность, вялость, низкая школьная мотивация. У него отсутствует заинтересованность и эмоциональная включенность в работу. Причиной этого является настроенность на неудачу в обучении. Ребенок не верит в свои силы. Стиль родительского воспитания — гипоопека.

Петя — флегматик. Когда чаша его терпения переполняется, он готов вступить в драку с обидчиками. Часто выступает в роли провокатора: привлекает к себе негативное внимание одноклассников (мешая им, дразня). А когда его начинают бить, бежит жаловаться учителю. Пете нравится быть в роли клоуна в классе: все на него смотрят, смеются над его глупостями.

Способы травли Пети были разнообразными:

— физическое воздействие (толчки, подножки, шлепки, порча его имущества, избиение);

— вербальное воздействие (обзывание, насмешки, высмеивание в присутствии других ребят);

— социальное давление (с ним никто не хочет сидеть за одной партой, одноклассники не приглашают его на дни рождения, ребята возмущаются, когда он попадает к ним в команду).

Петя рассказал о своей проблеме: его с первого класса обижают, смеются над ним, обзывают обидными словами, иногда бьют. Эта проблема уже была экстернализована нами в ходе групповой работы, поэтому Петя называл ее Монстром, который наваливался на него в классе. Такое дистанцирование от проблемы помогает ребенку сильно не погружаться в нее во время разговора. Важно было выяснить, как этот Монстр вмешивается в различные сферы жизни ребенка: в школу, в дом, в общение со сверстниками, с взрослыми. Оказывается, он действует и дома, когда старший брат его лупит, а папа говорит: «Ты — мужик. Должен сам за себя постоять. Бей его тоже».

В разговоре с Петей мы спросили, что именно он имеет в виду, когда рассказывает нам о «навалывании» на него Монстра и дома, и в школе, что это ему напоминает, кем он представляет себя в эти моменты? Петя ответил, что он похож на Одинокого Воина, который должен сам себя защищать. Но он один против учеников в классе и против старшего брата дома, ему бывает страшно защищаться в открытую, и тогда приходится идти на всякие хитрости (вредить исподтишка). Пете не нравится, что этот Одинокий Воин никогда не может победить, у него не хватает сил, он может только делать мелкие пакости. Ему не нравится, что этот Воин не со всеми вместе, что он одинокий. «Да и вообще, — сказал Петя, — никакой он не воин, а скорее Вредина». У нас возник образ: на Петю наваливается Монстр и из него сразу выползает Вредина. Петю это очень рассмешило, и мы решили нарисовать эту картину.

Травля, представленная в виде Монстра, является проблемой внешней, а Вредина — внутренней. Они взаимосвязаны. Появление одной вызывает пробуждение другой.

Когда становятся видимыми более широкие контексты переживаемой проблемы, тогда можно исследовать действия, которые предпринимаются ребенком в ответ на происходящее.

Можно задать следующие вопросы: «Похоже, тебе не нравится такое положение дел? Как ты относишься к тому, что происходит? Если бы в твоей

жизни ничего не изменилось и все осталось бы так, как сегодня, что бы это для тебя значило? Что именно в твоей жизни ты не готов оставить так, как есть? Что ты делаешь, чтобы изменить это?»

Петя не был пассивным рассказчиком, он не только говорил о том, что с ним происходило, но и предпринимал конкретные действия против Монстра: придумывал разные отговорки для обидчиков и иногда их использовал; рисовал своих обидчиков и рвал эти листочки на мелкие части; рассказывал учителю, а иногда и родителям о своей боли.

Находиться в роли Вредины ему тоже не нравилось, поэтому он: угощал ребят пирожками из буфета; давал деньги на булочку, если его просили; всегда был готов дать ластик или карандаш, если кто-то забывал принести их на урок и учительница хотела записать замечание нерадивому ученику. Во время групповых занятий именно Петя предложил свое место девочке, которую не хотели брать в команду. Он вставал на защиту старшего брата, когда тому доставалось от отца.

Мы уделили больше внимания экстернализации тех действий Пети, которые вызывали агрессию у его одноклассников (Вредина), и поиску противоположных действий, способствующих принятию ребенка классным коллективом.

Новая история о себе может быть теперь более насыщенно описана с помощью серии вопросов об умениях и знаниях, которые были использованы в новых действиях: «Как тебе это удалось? Как получилось, что ты смог отогнать Вредину и поступить по-другому?»

Все подобные действия требуют особых жизненных умений. Чтобы представить их, Петя должен был опираться на определенную личную историю, прежний опыт или знания о своих возможностях.

Отвечая на вопросы, перечисленные выше, Петя начал рассказывать об умении «замечать и чувствовать, когда происходит несправедливость». Он знал, как это неприятно, когда к тебе относятся несправедливо, и мог почувствовать, каково другому в такой же ситуации. И, когда ему надо было помогать другому, которому сейчас труднее, чем ему, он поступал смело и уверенно.

Когда мы показываем ребенку, что у него есть знания и умения, как поступать в ситуациях страдания, у нас появляется возможность задать вопросы, ради чего и зачем он совершил свой поступок. «Скажи, когда ты не идешь на поводу у Вредины, ты же поступаешь по-другому, по-своему, а не по-Вредински? Как это должно быть на самом деле? Что ты хочешь видеть в результате своих действий? Зачем тебе это надо? Как это можно назвать?» (Экстернализация противоположных действий.)

Мы выясняем, какие цели и намерения есть у ребенка, совершающего другие поступки, которые потом составят альтернативную историю.

Эти вопросы кажутся сложными для восприятия младшими школьниками. Но они с ними справляются: сначала с некоторым недоумением, так как об этом их никогда раньше не спрашивали. Если возникают трудности, М. Уайт предлагает поиграть в игру «холодно–горячо» (*Уайт*, 2010). Братья, сестры, родители ребенка высказывают свои догадки, почему ребенка беспокоит то или иное событие, консультант тоже может предложить свои гипотезы, и тогда можно поговорить с ребенком, какие из этих догадок верны, и, если таковые имеются, как бы сам ребенок мог сформулировать ответ. Если ребенок заявляет, что ни одна догадка в цель не попала, можно расспросить его, откуда он это знает. Как правило, это помогает ребенку озвучить свой собственный ответ на вопрос «почему?». Хорошо может сработать в ситуациях «незнания» вопрос: «А если бы ты знал, то что бы ты ответил?».

Петя рассказал, что, когда он совершает свои поступки, а не идет на поводу у Вредины, он чувствует в себе силу. Он смелый, справедливый и не один. Он точно знает, что делает все правильно, как должно быть. И многие вокруг в этот момент к нему прислушиваются, поддерживают его. Мальчик назвал эти поступки и чувства, которые он при этом испытывает, Свежим Воздухом.

Экстернализованные понятия Монстр, Вредина, Свежий Воздух помогают общению с ребенком на уровне игры, интересной истории, рисунка. Сложные вопросы не кажутся такими непонятными, когда имеешь дело с образами, фантазией. Это помогает ребенку быстро понимать, о чем сейчас идет разговор. Так, вначале у Пети был образ, запечатленный в рисунке: Монстр наваливается на Петю, и из него выползает Вредина. В ходе работы выяснилось, что эта Вредина часто мешает Пете, хотя думает, что защищает его, помогает таким образом.

Если влияние проблемы объясняется ее «неосведомленностью», то человек занимает позицию учителя, и тогда цель его действий — «просветить» проблему, объяснить ей, что на самом деле будет лучшим для человека. Для Пети лучшим оказалось повести себя по-другому, так, как он это уже делал: смело сказать о том, что ему не нравится; самому разобраться с проблемой, а не бежать сразу жаловаться учительнице; не делать своим обидчикам мелкие пакости исподтишка; чаще проявлять свою доброту, отзывчивость. «Тогда, — сказал Петя, — Свежий Ветер сдует Монстра».

На этом этапе главным вопросом в беседе является следующий: «Ты говорил о том, что стремишься поступать по-другому, иначе, чем раньше, как Свежий Ветер. Что из сказанного тобой является самым ценным, самым важным для тебя?».

Здесь ребенок говорит как раз о том, что вначале было «отсутствующим, но подразумеваемым»: о смелости, о правильности поступков, о поддержке (об обратной стороне травли).

После того как мы установили, что именно ценно для ребенка, мы можем сделать новую исто-

рию более насыщенной, наполненной с помощью вопросов, направленных в прошлое: «А раньше когда-нибудь ты совершал поступки, в которых ощущал себя, как Свежий Ветер, смелым, знал, что делаешь все правильно и чувствовал поддержку? Можешь ли ты вспомнить и рассказать об этом?»

Петя вспомнил историю, когда ребята издевались над котенком, а он вступился за него. Он отнял котенка и отогнал ребят, сказав, что сейчас позовет полицейского. Он точно знал, что поступает правильно, и не испугался двух мальчишек.

Чтобы еще больше усилить новую историю, мы задаем в ходе бесед вопросы, помогающие установить связи ребенка с другими людьми или значимыми фигурами, реальными или выдуманными, из прошлого или настоящего, которые разделяют, воплощают или поддерживают представления человека о том, что важно в жизни.

В нарративной практике есть много приемов, направленных на укрепление подобных связей, например ***восстановление участия.*** Это практика, основывающаяся на представлении о том, что в жизни человека всегда есть важные люди, которые могли бы стать зрителями для новой истории его жизни. Психолог выясняет их вклад в жизнь человека, то, каким они его видят (видели), и наоборот: как знакомство с человеком, с которым ведется работа, повлияло на их жизнь.

На вопрос: «Кто бы не удивился, услышав истории про тебя, спасающего котенка, помогающего девочке в группе, защищающего старшего брата?» — Петя ответил, что таким человеком является его дедушка, который всегда умел успокоить его. Он научил Петю выпиливать из дерева разные поделки. Дедушка рассказывал много интересных историй, сказок. Он мог внимательно выслушать и Петины истории или жалобы. Дедушка всегда говорил, что Петя — способный парень, а если у него чего-то не получится, то дед рядом, он поможет.

Петя тоже внес вклад в жизнь деда, так как им всегда было интересно вместе. Дедушка забывал о своих болезнях, когда занимался внуком. Это тоже важный момент для Пети: понять, что не только ему нужны значимые люди, но и он вносит ценный вклад в жизни этих людей. Он также нужен им, он также влияет на их жизненный путь.

Беседа, направленная на восстановление участия, дает Пете возможность взглянуть на свою жизнь глазами дедушки, который верил в него и знал, что внук очень способный парень и что с ним интересно.

Мы провели пять встреч с Петей. В течение месяца он оставался в ранге изолированных детей. Агрессивные действия в его адрес иногда были, но их характер не носил форму травли. При разговоре с учительницей через полгода мы узнали, что у Пети появился друг в классе и сейчас он часто выступает в роли третейского судьи в классных спорах.

Мафия и все-все-все

Из опыта использования салонных игр в процессе социализации подростков и сплочения классного коллектива

Анна ПУЧКОВА
педагог-психолог, МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7», г. Железногорск, Курская область

Значение игры в формировании и развитии личности ребенка трудно переоценить. Зачастую, затрагивая тему детской игры, мы подразумеваем, что она является ведущей деятельностью детей дошкольного возраста. Однако игра сопровождает ребенка и на других этапах его развития. Нельзя недооценивать ее значение в младшем школьном и даже в подростковом возрасте. В зависимости от возраста игры детей, безусловно, имеют свою специфику. Подростки, например, предпочитают игры, позволяющие приобретать определенные социальные навыки, осваивать различные социальные роли, то есть способные помочь в процессе социализации.

Несмотря на то что игра, бесспорно, является одним из важных и необходимых факторов развития, приходится, к сожалению, констатировать факт, что в последние годы дети стали играть значительно меньше. Виртуальное пространство, в которое современные дети погружены с самого раннего возраста, поглощает большую часть их внимания и времени. Беспокоит тот факт, что все большее количество детей уже к первому классу школы имеют интернет-зависимость.

По наблюдениям педагогов и психологов, учащиеся младшего школьного возраста в свободное от учебных занятий время предпочитают подвижным или разного рода развивающим играм игры компьютерные, непосредственному общению со сверстниками — игры с телефоном или планшетом. Такая же тенденция прослеживается и в подростковом возрасте, когда реальное общение со сверстниками как необходимое условие развития заменяется виртуальным. На вопрос «Чем ты любишь заниматься в свободное время?» подавляющее большинство школьников независимо от возраста отвечают: «Играть в компьютерные игры (общаться посредством социальных сетей)». Безусловно, это тормозит процесс формирования жизненно важных качеств, умений и навыков. Мы наблюдаем трудности в установлении контактов, в межличностном взаимодействии, боязнь общения и страх самовыражения.

КАКИЕ КАЧЕСТВА РАЗВИВАЕТ ИГРА?

Мы приняли решение уделить внимание внедрению салонных игр в повседневную жизнь школьников, причем в начале эксперимента — как форму организации досуга. В нашей школе мы начали с того, что предложили ученикам 9-х классов поиграть в «Мафию». «Мафия» — салонная психологическая игра с детективным сюжетом, моделирующая борьбу информированных друг о друге членов организованного меньшинства с неорганизованным большинством. Игра «Мафия» имеет захватывающий сюжет и основана прежде всего на общении: обсуждениях, спорах, установлении контактов и пр., что делает ее максимально привлекательной для подростков.

Психологический аспект игры таков, что для успешного взаимодействия с другими человек должен стараться применять и развивать свои актерские способности, дар убеждения, лидерство, дедукцию. «Мафия» прекрасно развивает аналитическое мышление, интуицию, логику, память, сообразительность, театральность, социальное влияние, командное взаимодействие и многие другие важные в жизни качества.

Для того чтобы игра состоялась, подросткам необходимо обладать определенными коммуникативными навыками и умениями, такими, как умение высказывать и отстаивать свою точку зрения, считаться с мнением других, совместно принимать решения. К организаторским умениям относится умение проявлять инициативу, принимать на себя ответственность за принятое решение, организовывать сверстников, увлекать их своими идеями, оказывать влияние. Все эти навыки и умения не только явно проявляются, но и формируются и развиваются во время игры.

Кроме того, в ходе игры появляется много поводов обсудить воспитательные моменты: правила поведения в обществе, вежливого обращения и другие этические нормы поведения.

ИГРА ПРОТИВ РАЗОБЩЕНИЯ И СОПЕРНИЧЕСТВА

Девятиклассники школы проявили большой интерес к игре, и в довольно короткие сроки «мода» на такое проведение досуга распространилась и на другие классы. Ученики сами обращались к психологу с просьбой поиграть на переменах, готовы были оставаться в школе после уроков, чтобы провести серию игр. Наблюдая за положительным эффектом, произ-

водимым этим видом деятельности, было решено целенаправленно использовать эту игру как метод социализации школь ников, развития коммуникативных и организаторских способностей, метод сплочения классного коллектива.

С целью изучения влияния данной формы работы на сплочение коллектива детей мы провели экспериментальное исследование. В начале 2015/2016 учебного года на базе одного из 7-х классов в школе был сформирован профильный математический класс, в который поступили математически одаренные дети из других классов и школ.

В ноябре того же учебного года к педагогу-психологу обратился классный руководитель этого класса, обеспокоенный взаимоотношениями детей. По его словам, в классе сформировались довольно устойчивые группы, которые практически не контактировали между собой. Все усилия учителя, предпринятые, чтобы объединить класс, не имели желаемого результата. Со временем ситуация только усугублялась. Между представителями разных групп стало проявляться соперничество, негативно сказывающееся на отношениях детей. Классный руководитель просил оказать помощь в преодолении сложившейся ситуации.

После некоторых обсуждений было принято решение, используя традиционные приемы сплочения детского коллектива, основной акцент сделать на совместном проведении досуга с использованием салонных игр (приоритет был отдан «Мафии», но использовались и другие игры) не менее двух раз в неделю с привлечением школьного психолога и классного руководителя.

ВХОДНАЯ ДИАГНОСТИКА

С целью фиксации изменений в начале работы была проведена входная диагностика классного коллектива. С этой целью были использованы методики: «Изучение уровня групповой сплоченности» (Сишор-Ханин), изучение уровня удовлетворенности учащихся различными сторонами жизни коллектива (методика «Наши отношения», В.И. Андреев), социометрическое исследование (Дж. Морено). Дополнительно проведено изучение коммуникативных и организаторских способностей учеников по методике КОС (В.В. Синявский, В.А. Федорошин). В обследовании приняли участие 23 ученика. Были получены следующие результаты.

Уровень групповой сплоченности (среднее арифметическое по группе) — 12 баллов, нижняя граница среднего уровня.

Взаимоприемлемость (дружба, сплоченность) — 3,2 балла, средний уровень.

Наиболее часто выбираемый ответ в этой категории: «В нашем классе нет ссор, но каждый существует сам по себе».

Взаимоответственность — 2,9 балла, средний уровень.

«Наш класс не обращает внимания на нарушителей дисциплины и лодырей…»

Взаимопомощь — 2 балла, низкий уровень.

Самый распространенный ответ: «В нашем классе не принято помогать друг другу».

Общий коэффициент удовлетворенности — 2,7 балла, нижняя граница среднего уровня.

Социометрическое исследование подтвердило наличие в классе нескольких изолированных друг от друга групп, отсутствие явных лидеров (социометрических «звезд»).

Фотографии предоставлены автором

Вот с такими результатами мы приступили к работе, которую назвали «Клуб любителей игры «Мафия». Помимо совместных игр, с учащимися проводились беседы, классные часы соответствующей направленности. Уже на втором месяце занятий классный руководитель отметил изменение взаимоотношений между одноклассниками. Дети, до этого практически не общавшиеся между собой, стали налаживать приятельские отношения, с большим энтузиазмом принимать участие в совместных мероприятиях, общаться не только в стенах школы, но и вне ее.

ЧТО В ИТОГЕ?

Через три месяца систематических встреч была проведена итоговая диагностика классного коллектива с использованием тех же диагностических методик. Вот ее результаты.

Уровень групповой сплоченности (среднее арифметическое по группе) — 19 баллов, средний уровень.

Взаимоприемлемость (дружба, сплоченность) — 4,8 балла, высокий уровень.

Наиболее часто выбираемый ответ в этой категории: «Наш класс дружный».

Взаимоответственность — 3,4 балла, средний уровень.

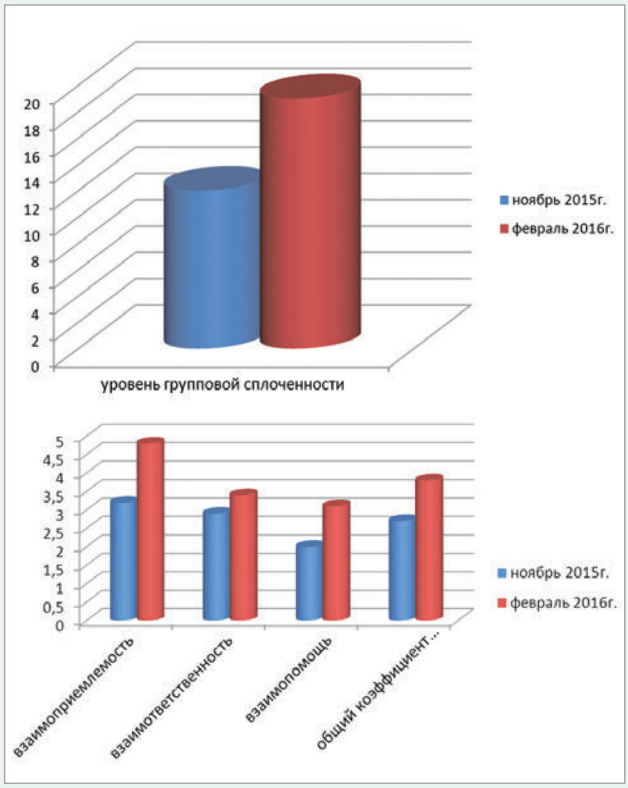
Взаимопомощь — 3,1 балла, средний уровень.

Самый распространенный ответ: «В нашем классе помогают тогда, когда об этом просит сам ученик».

Общий коэффициент удовлетворенности — 3,8 балла, средний уровень.

Социометрическое исследование выявило переструктурирование групп общения, появление в классе новых лидеров.

Эти результаты подтвердили, что проведенная с семиклассниками работа имела положительные результаты. Всего за три месяца существенно выросли показатели групповой сплоченности, удовлетворенности учащихся различными сторонами жизни коллектива.



ПОЛЕЗНАЯ ЭПИДЕМИЯ

Полученные в ходе исследования результаты позволили нам сделать вывод об эффективности данного метода работы в процессе сплочения классного коллектива школьников.

Плюс к тому мы отметили увеличение показателей уровня коммуникативных и организаторских способностей. Такая тенденция подтверждается и наблюдением за ребятами в ходе игры. Любопытно, что некоторые застенчивые ученики, испытывающие страх самовыражения, вначале отказываются от непосредственного участия в игре, принимая на себя роль наблюдателя.

Пример. Ученик 9-го класса Никита П. — замкнутый, молчаливый подросток. В данный класс перешел из другой школы полгода назад, с одноклассниками не контактировал, общался по необходимости только с соседом по парте. Категорически отказывался вступать в совместную игру, наблюдая за происходящим со стороны. По прошествии некоторого времени, поддавшись на уговоры одноклассников, согласился вступить в игру. Адаптировавшись в новой для себя ситуации, стал довольно активным ее участником, высказывал свое мнение, в некоторых случаях даже принимая на себя лидерскую позицию. Постепенно и в классе Никита поменял социальную роль, превратившись из добровольного изгоя в полноправного члена коллектива. Сейчас он поддерживает приятельские отношения с несколькими одноклассниками. Страх самовыражения заметно снизился. По словам классного руководителя, мальчик «заговорил», более свободно отвечает, выражает свою позицию на уроках.

Получив положительные результаты использования игры «Мафия» в практике школьной жизни, мы стали еще активнее применять салонные игры для коррекции взаимоотношений школьников и социализации подростков. Кроме вышеназванной игры, мы используем ее модификации — игры «Шериф и убийца», «Зайцы и кролики». С большим интересом дети играют в «Крокодила» — игру-пантомиму, которая помогает развитию коммуникативной сферы, творческих способностей, сплочению коллектива.

Среди учащихся среднего звена большую популярность приобрела настольная игра «Русское лото», которая дает возможность детям отвлечься от школьных дел, пообщаться друг с другом в неформальной обстановке, а еще развивает внимание, быстроту реакции.

Таким образом, наш опыт показывает, что игра и непосредственное живое общение, возникающее в игровом пространстве, очень привлекательны для детей разных возрастов и способны конкурировать за их внимание с пространством виртуальным. Кроме того, салонные игры проявили себя как эффективный метод социализации школьников, сплочения детского коллектива. Надеемся, что этот опыт покажется интересным, а эпидемия нашего увлечения салонными играми распространится широко. Играйте и выигрывайте! ●

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками. СПб.: Питер, 2008. 368 с.

Самоукина Н.В. Первые шаги школьного психолога. Психологический тренинг. Дубна: ООО «Феникс+», 2000. 192 с.

«Мы идем в детский сад…»

Консультирование родителей на этапе адаптации ребенка к детскому саду

Марина ЧИБИСОВА
кандидат психологических наук, доцент МПГУ

Моя подруга Света начала водить свою дочь Варю в детский сад. Варя то капризничала, то бежала в сад с радостью, то цеплялась за маму и горько рыдала. Света советовалась со мной, с психологом детского сада, с заведующей, с педиатром, с родителями на Фейсбуке, поменяла три садика и двух нянь, но ситуация так и не нормализовалась. После очередного разговора с воспитателем Света позвонила мне. «Я все поняла, — грустно призналась она. — Дело не в моей дочери и не в садике. Дело во мне. Это я — мать, которая не может водить своего ребенка в детский сад».

Такое описание подойдет многим мамам, дети которых начинают посещать детский сад. Думаю, каждый психолог, работающий с дошкольниками, может привести множество примеров, когда основным препятствием к успешной адаптации ребенка в саду становится эмоциональное состояние его мамы: кто-то испытывает постоянные сомнения, стоит ли вообще отдавать ребенка в садик, кто-то мучается чувством вины, оставляя ребенка в группе, или подозревает сотрудников сада во всех смертных грехах.

Как же можно построить консультативную работу с родителями, для которых процесс адаптации ребенка к саду сопровождается повышенным уровнем тревоги и сомнениями?

Начать работу можно с того, чтобы предложить родителю проанализировать свое персональное отношение к саду. Предложите маме записать все мысли и убеждения, которые у нее всплывают по поводу детского сада, матерей, которые туда отдают детей, и пр. Для этого можно продолжить предложение «Мой ребенок идет в сад, и это значит…» или «Матери, которые отдают детей в сад…» Причем важно сперва не анализировать эти мысли, а просто сформулировать то, о чем мама, возможно, никогда не задумывалась. Выполнить это задание можно непосредственно в ходе консультации или предложить клиенту в виде домашнего задания. Список пополнять постепенно, по мере того как клиента будут посещать те или иные мысли. Вероятно, какие-то идеи будут противоречить друг другу. Скажем, в списке могут появиться как убеждения типа «сад необходим для каждого ребенка», так и мысли вроде «ребенку нужна только мама, а сад приносит вред».

Когда список будет готов, необходимо пройтись по каждому утверждению. Попросите маму медленно и вдумчиво прочитать каждое утверждение вслух и прислушаться к своим переживаниям. Затем важно подумать, откуда мама почерпнула это утверждение или как она к нему пришла. Если возникает желание начать кому-то объяснять или доказывать, почему это так, попробуйте разобраться, с кем ведется воображаемый диалог.

Вполне вероятно, что на этом этапе обнаружатся какие-то определенные идеи, четко связанные с тем или иным человеком.

Например, о вреде сада активно толкует бабушка, которая с удовольствием сидит с внуком и никому не желает уступить эту роль. Или мама когда-то прочитала статью, автор которой ратовал за детские сады и утверждал, что каждый ребенок непременно должен туда ходить. Или же на детской площадке другая мама говорила, что не собирается отдавать своего любимого малыша в этот филиал ада на земле, и клиентка чувствует себя теперь бессердечной ехидной. Подобная инвентаризация помогает отделить собственные установки по поводу детского сада от навязанных.

Затем важно помочь родителю найти свой персональный ответ на вопрос: «Зачем я отдаю своего ребенка в сад?» Необходимо, чтобы в этом ответе

был смысл, который для родителя значим. Например: «Мой ребенок ходит в сад, чтобы научиться общаться с другими детьми». Или: «Я вожу ребенка в сад, чтобы обеспечить ему максимум условий для развития».

Какие ответы на этот вопрос может предложить психолог?

Во-первых, детский сад создает условия для социализации ребенка. Социализация — это вхождение ребенка в новую социальную общность, освоение им новых ценностей и отношений. Известный психолог М.Е. Ланцбург пишет: «Помощь ребенку в социализации (построении контактов с миром людей, не включенных в его семью) является важнейшей задачей воспитания, не менее значимой, чем забота о его защите, питании и эмоциональном благополучии» *(http://psyparents.ru/read/articles/26674/)*.

Садик — это «режимное» учреждение, где ребенок осваивает определенные социальные правила: он учится вести себя на занятии, в игре, на площадке. И если дома мы часто подстраиваемся под ребенка, то здесь он сталкивается с необходимостью соблюдать общие нормы. Группа детского сада — это живой коллектив. В нем дети строят отношения, учатся настаивать на своем, проявлять инициативу и уступать, делиться и защищать свои границы. И этому очень трудно научиться в кружке. Если ребенок ходит на кружок, во время занятия он, как правило, занимается своим делом под руководством педагога, с другими детьми он практически не общается. А сразу после занятия детей разбирают родители, и ребенок не сталкивается с необходимостью налаживать отношения с другими детьми.

В группе детского сада дети очень разные, и для малыша это хорошо и полезно. Конечно, в три-четыре года ему еще непонятно, что в семьях может быть разный уровень дохода или образования у родителей. Зато сразу видно, что один ребенок любит играть в тихие игры, а другой — заводила и выдумщик. В детском саду ребенок учится общаться в детском коллективе, и это один из самых важных навыков для его дальнейшей жизни.

Во-вторых, в детском саду ребенок учится понимать других людей. Швейцарский психолог Жан Пиаже, изучая мышление ребенка-дошкольника, ввел в психологию понятие «эгоцентризм». Эгоцентризм детского мышления означает: мир таков, каким я его вижу, моя точка зрения на мир совершенно правильная. Вот яркий пример такого мышления. Ребенок смотрите передачу «Спокойной ночи, малыши», где ведущий обращается к детям и говорит: «Добрый вечер, мальчики и девочки!» «Добрый вечер, — отвечает малыш. — Только я здесь один».

Для маленького ребенка мир вращается вокруг него, его точка зрения на мир единственно верная. «Сейчас сделаю темно!» — угрожает малыш и закрывает глаза руками. В дошкольном возрасте начинается преодоление эгоцентризма и формируется

так называемая децентрация. Смысл децентрации в том, чтобы понять: мой взгляд на мир субъективен, на каждую ситуацию можно посмотреть с различных точек зрения. Если я закрыл глаза и мне темно, это совершенно не означает, что так же темно всем окружающим.

Пиаже считал, что важнейшая роль в преодолении эгоцентризма принадлежит взаимодействию со сверстниками. С. Степанов пишет: «В ходе взросления, чтобы удовлетворять свои растущие запросы, ребенку приходится учиться ладить с окружающими, договариваться, идти на компромисс. А для этого необходимо понять, что другому человеку может быть присуща другая точка зрения. И ребенок, поначалу совершенно невосприимчивый к этому очевидному факту, постепенно научается с ним считаться». *(http://psy.1september.ru/article.php?ID=200300508)*

Наконец, сад помогает развитию самостоятельности. Дома мы много помогаем ребенку, особенно если он у нас один. В саду он учится сам справляться с повседневными делами.

Разобравшись со смыслом посещения садика, предложите маме перечислить собственные страхи: чего же именно она боится. Может оказаться, что конкретных страхов у нее нет, а тревожит сама ситуация. Может быть, есть какие-то конкретные опасения: он не поест, его обидят, воспитательница его накажет и так далее. Если таковые имеются, обдумайте возможные способы выхода. Не поест — идет в сад на полтора часа, поест дома — помереть голодной смертью не успеет. Воспитательница накажет — можно поговорить с ней заранее, наказывают ли в саду и как, спросить других родителей, наказывали ли их детей, играть в сад с ребенком. И так далее.

Если вы все это проделали, но все равно мысли о детском садике вызывают у родителей сомнения и тревогу, это может быть вызвано одной из трех причин.

Во-первых, эти переживания могут быть связаны с собственным детским опытом родителя. У многих из нас есть воспоминания о детском саде, и далеко не всегда приятные. Эти переживания остаются с нами надолго, порой на всю жизнь. И когда наши собственные дети начинают ходить в сад, в нас оживают старые печали, обиды и травмы.

На одном семинаре для психологов я как-то рассуждала о привыкании детей к саду и произнесла фразу, что родители за детьми всегда приходят. Одна из участниц горячо воскликнула: «Вовсе нет! Мои родители поехали забирать тетю Веру из роддома и забыли меня в детском саду! Знаете, как это ужасно!»

Складывается парадоксальная ситуация. Вроде бы мы отдаем в детский сад своего собственного ребенка, но заботимся при этом совсем не о нем. Мы хотим позаботиться о своем Внутреннем Ребенке — о том малыше, которым мы когда-то были. Если, думая про детский сад, родители часто вспоминают собственное детство, если все садовские ситуации примеряются на себя, — скорее всего, это именно тот случай.

Как же выходить из этой ситуации?

Прежде всего важно помочь родителю осознать, что происходит, а затем помочь удержаться во взрослой позиции, не сваливаясь в детские травмы. При этом психологу необходимо четко осознавать, что детские воспоминания — крайне коварная тема, которая может зацепить множество тяжелых переживаний. Так что обсуждать ее нужно очень деликатно, предварительно установив хороший контакт с родителем и при наличии достаточного количества времени.

Вот некоторые идеи для подобной работы.

Попробуйте сравнить садик, в который ходит или собирается пойти малыш, с тем садиком, куда родители ходили в детстве. Там пахло подгоревшей кашей, воспитатели кричали на детей, нужно было носить противные чешки. А садик, в который ходит ребенок сегодня, может оказаться совсем другим.

В некоторых случаях помогает мысленный разговор со своим Внутренним Ребенком.

Представьте себе малыша, которым вы были когда-то. Тогда вы не могли справиться с возникшими трудностями, но теперь вы взрослый человек и можете помочь. Скажите тому малышу, которым вы были когда-то, что вы любите его и всегда будете рядом. Обнимите его. Подумайте, что вы можете сделать, чтобы порадовать своего Внутреннего Ребенка.

Разобраться в своих переживаниях родителю может помочь замечательное упражнение, которое предлагает американский психолог Фрэнк Уолтон.

Вспомните какой-то эпизод из вашего собственного детства, связанный с детским садиком. Если их несколько, выберите тот, который первым приходит на ум, или же тот, с которым связаны самые сильные эмоции. Подумайте, к каким выводам или умозаключениям вы пришли. Может быть, вы подумали: «Когда я вырасту, я никогда в жизни не поведу своих детей в сад!» или же «Сад — это место, где тебя могут обидеть».

Поразмышляйте над этим выводом. Это мысли маленького ребенка, которому было грустно или одиноко и у которого было не так много жизненного опыта. Подумайте, как можно переформулировать этот вывод.

Во-вторых, мы сами можем, более или менее осознанно, бояться разлуки с малышом. Многие мамы первые несколько лет жизни ребенка находятся в

изоляции: у них резко сокращается круг общения, вся их жизнь организована вокруг ребенка. Возможно, с его поступлением в сад в ее жизни образуется пустота.

Мама трехлетней Насти никак не могла справиться со своей тревогой, оставляя дочку в саду. Ее волнение было так очевидно, что психолог, к которому она пришла на консультацию, спросила: «А что вы делаете после того, как отводите Настю в садик?» «Я совсем ничего не могу делать, бегаю кругами вокруг сада и заглядываю в окна», — ответила мама.

Понятно, что за время отпуска по уходу за ребенком вся жизнь мамы была построена вокруг ребенка. Теперь наступило время вспомнить, что она не только мама. Даже если она не собирается выходить на работу, период изоляции важно завершить.

Какие рекомендации можно дать в этом случае?

Конечно, важно постепенно расширять круг своего общения и выходить из изоляции. Предложите клиентке вспомнить, чем она занималась до рождения ребенка: возможно, к каким-то занятиям хотелось бы вернуться? Также можно подумать, с кем из друзей и родственников она мало общалась последнее время и какие контакты хотелось бы возобновить.

Очень хорошим вариантом выхода из изоляции может стать общение с другими мамами, имеющими детей примерно того же возраста. Сейчас очень распространены различные группы, где проводятся параллельные занятия для мам и малышей, либо можно заниматься вместе с ребенком. Это вполне может быть йога, рисование, слушание музыки — что угодно, что приносит радость. Даже просто компанией ходить гулять со своими детьми.

Предложите маме заранее подумать, что она будет делать, когда отведет малыша в сад.

Хотя бы на первое время составьте список дел, которые вы сможете сделать, пока малыш в садике. Постарайтесь включить туда не просто повседневные хлопоты (например, пока он будет в саду, вы наконец-то сможете без помех организовать генеральную уборку), но и какие-то приятные для себя вещи. Может быть, с другой мамой вы наконец сходите в кафе?

Некоторым мамам пережить процесс выхода из тесной эмоциональной близости с ребенком помогает рисование или составление коллажей.

Например, можно составить композицию «Я и мой малыш». Это также можно сделать во время консультации или в виде домашнего задания. Психолог может предложить следующую инструкцию.

Возьмите лист бумаги формата А3. Нарисуйте на нем диагональную линию. Ближе к началу поставьте дату рождения вашего ребенка. Сначала вспомните, как вы ждали своего сына или дочку. Может быть, вы наклеите свою фотографию периода беременности.

Затем наступает первый год, когда вся ваша жизнь посвящена уходу за сыном или дочкой. Подберите фотографию, на которой малыш у вас на руках или нарисуйте себя с малышом. Обведите фотографию или рисунок общей линией, покажите, что тут вы — единое целое. Дайте название этой фотографии (рисунку). А потом сделайте рисунки или подберите фотографии, которые будут показывать, как растет ваш малыш и как он постепенно становится все более и более самостоятельным. Найдите фотографию или сделайте рисунок, где вы уже просто рядом, обведите каждого из вас отдельной линией

Возможно, вам будет грустно при мысли, что ваш малыш растет. Дайте себе возможность выразить эту грусть, поплачьте, если вам этого захочется. Подумайте о том, что вас соединяет на этом новом этапе. Если уходит всеобъемлющая близость — она сменяется чем-то другим. Теперь ваш ребенок становится старше. Дайте новое название этому этапу жизни.

В-третьих, для некоторых родителей поступление ребенка в сад может быть связано с какими-то другими изменениями, которых они опасаются или стремятся избежать.

Елена пробыла в декрете с сыном немногим более трех лет. Неоднократно в разговорах с мужем она планировала, что начнет работать, когда сын пойдет в садик. Однако оставить Егорку в саду никак не получалось. Сын начинал болеть. Елена не доверяла воспитателям, ей казалось, что сыну в саду плохо. И стоило ему при прощании слегка всхлипнуть, как Елена была готова немедленно забрать его домой. Все больше она укреплялась в мысли, что ее сын — «несадовский» ребенок, однако решила проверить свои догадки на консультации у психолога.

В разговоре с психологом Елена поняла, что испытывает сильный страх при мысли о необходимости выйти на работу. За три года в ее профессии появилось много нового, она совершенно отвыкла от офисного графика, старый офисный гардероб ей больше не подходил по размеру. Да и вообще она бы предпочла работать неполный день. Необходимость остаться дома с «несадовским» ребенком давала ей возможность отложить назревающий разговор с мужем и не принимать неприятное решение.

В этом случае задача психолога — просто помочь родителю увидеть этот внутренний конфликт, не обвиняя и не подталкивая ни к каким решениям. Порой осознание такого противоречия само по себе помогает сделать шаг в ту или иную сторону. ●

Школьная мозаика

Мастер-класс для педагогов

Олег ХУХЛАЕВ
кандидат психологических наук, профессор МГППУ

Проблема использования групповых методов в работе с детьми обретает особое значение в условиях ФГОС, обращающих внимание педагогов на использование образовательных технологий, позволяющих реально учить детей взаимодействовать друг с другом. Так, личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать «формирование коммуникативной компетентности в общении и *сотрудничестве со сверстниками»,* а метапредметные результаты — «умение организовывать *учебное сотрудничество* и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение». Для решения этих задач эффективно использовать технологию обучения в сотрудничестве. Мы подробно писали о технологии обучения в сотрудничестве в № 10 и 11 за 2015 год. Наиболее распространенным примером является разработанный Эллиотом Аронсоном метод «Мозаичный класс».

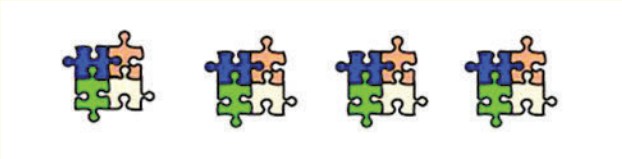
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДА «МОЗАИЧНЫЙ КЛАСС»

А. Подготовка

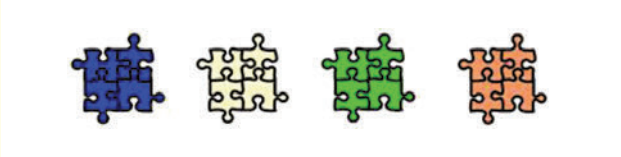
1. Диагностика и развитие (при необходимости) у учеников навыков коммуникации и слушания друг друга.
2. Выбор учебного материала, который может быть разделен на части.
3. Подготовка карточек: на каждой — одна из частей учебного материала (карточек столько, сколько планируется учеников в каждой мозаичной группе, то есть 5–6).

Б. Проведение

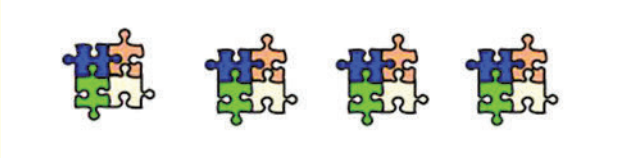
1. Разделить класс на группы по 5–6 человек, разнообразные по полу, этнической принадлежности и пр. Выбрать лидера (руководителя) в каждой группе. Это — **мозаичные группы.** *(Картинки показывают, как дети меняются и работают в разных группах на каждом этапе.)*



2. Один ученик из каждой группы **назначается экспертом** по одной из частей материала урока. Дать возможность экспертам самостоятельно ознакомиться с материалом на карточке.
3. Эксперты собираются в группы и обсуждают материал (обсуждают понимание, выделяют ключевые моменты и готовят презентацию для своей группы). Это — **экспертные группы.** При этом учитель решает, есть ли необходимость назначать руководителя в них.



4. Возвращение в свои группы. Эксперты рассказывают о своей части изученного материала.



5. Проверка усвоения материала (контрольная, групповые презентации и пр.).

В. Обратная связь

Заполнение учениками карточек оценки работы в группе.

КАК ПОМОЧЬ ПЕДАГОГАМ ОСВОИТЬ ЭТОТ МЕТОД РАБОТЫ?

Э. Аронсон полагает, что, если учителя хотят попробовать использовать данный подход в своей практике, они должны на себе прочувствовать эту ситуацию. Это поможет им в будущем лучше понимать то, что будет происходить в их классе и что будут переживать ученики.

Предлагаем вам сценарий мастер-класса по освоению метода «Мозаичный класс», предложенный Аронсоном.

Есть несколько условий, которые необходимо выполнить.

1. Участие в мастер-классе является добровольным. Участники самостоятельно принимают решение присоединиться в группе. Любая внешняя мотивация может столкнуться с сопротивлением, и желаемый эффект не будет достигнут.

2. Участники должны посещать мастер-класс как команда, содействовать и помогать друг другу. Тогда чувство взаимной поддержки останется, даже когда мастер-класс закончится.

3. На подготовку специальных материалов, необходимых для проведения мастер-класса, должно быть выделено дополнительное время.

4. Участники мастер-класса должны получать поддержку от его ведущего.

Цели и задачи

1. На начальном этапе участники объединяются в группы, в которых они будут в дальнейшем взаимодействовать. Им дается возможность узнать друг друга, понять причины, почему они участвуют в мастер-классе, представить себя, рассказать о своем опыте, понять, какие ресурсы есть у группы.

2. Участники погружаются в атмосферу взаимодействия. Они выполняют различные упражнения, которые дают им возможность сотрудничать и развивать способности друг друга, поддерживать и помогать. Это в дальнейшем позволит им более уверенно чувствовать себя в школьном классе.

3. Содержание преподносится в лекционной форме и непосредственно с использованием самой методики, так что теория и практика сплетаются воедино.

Ниже приведен примерный вариант мастер-класса. В зависимости от целей, задач и времени, имеющегося у участников, структура мастер-класса может быть изменена и дополнена. То же самое касается и времени, отводимого на выполнение каждого упражнения.

ПРИМЕРНЫЙ СЦЕНАРИЙ МАСТЕР-КЛАССА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

8.45–9.00 (15 минут)

1. Краткая лекция

Ведущий рассказывает о ценности и необходимости развивать взаимодействие в классе в процессе обучения. Лекция может быть посвящена тем трудностям, которые возникают у плохо успевающих учеников в конкурентной среде; проблемам между детьми из разных этнических групп; тому, как стратегии взаимодействия помогают решить эти проблемы.

Основная цель данной лекции — создание более дружелюбной, расслабленной атмосферы. Минилекция дается в начале, когда участники еще не настолько вовлечены, чтобы слушать внимательно. Это не должен быть заранее подготовленный текст, а скорее спонтанное выступление на определенную тему. Лекционный формат является привычным для участников и позволяет им подготовиться и настроиться на участие.

9.00–9.20 (20 минут)

2. Упражнения на сплочение группы

Если число участников мастер-класса меньше 15, можно попросить каждого представиться, рассказать о своем профессиональном опыте и интересах, ожиданиях от этого дня.

Если в группе от 15 до 20 человек, раздайте участникам бумагу и фломастеры и попросите нарисовать или написать что-либо, что характеризует их как профессионалов и отражает их личные интересы. Попросите сделать это молча (на выполнение задания дается 5 минут). Затем они подписывают свой листок и, не разговаривая и держа листок перед собой, подходят к другим участникам, чтобы посмотреть их рисунки или текст и показать свои.

Бывает так, что в полной тишине выполнять это упражнение некомфортно, тогда можно дать участникам задание. Они могут задать друг другу по несколько вопросов. В результате они должны запомнить несколько человек, которые разделяют их интересы и с которыми им было бы интересно пообщаться, а также найти одного человека, которого они плохо знают, сесть рядом и познакомиться.

Комментарий. Большинство людей чувствуют себя неуверенно, тревожно в начале мастер-класса. Если эти настроения не переломить сразу, они могут помешать дальнейшей работе. Данное упражнение помогает снять напряженность и тревогу. Поначалу участники могут вести себя скованно, но затем напряжение спадет и создастся нужная атмосфера.

9.20–9.40 (20 минут)

3. Работа в парах

Чтобы создать атмосферу взаимодействия в классе, ученики должны получше познакомиться. Один из способов — взять друг у друга интервью. Участники разбиваются на пары.

Ведущий. *Сейчас мы попробуем сделать одно упражнение. Это не только позволит нам лучше понимать, как оно воспринимается нашими учениками, но и поможет познакомиться и лучше узнать друг друга. Придумайте по три вопроса, которые помогли бы узнать вашего партнера. Например: «Что больше всего беспокоило вас на прошлой неделе?» или «Какое наиболее радостное событие случилось с вами в прошлом месяце?» и др. На размышление дается одна минута.*

Это упражнение посвящено процессу активного слушания. Тот, кто слушает, должен перефразировать то, что ему рассказывают. Он уточняет и обобщает услышанное до тех пор, пока рассказчик не подтвердит, что его поняли. Далее пары переходят к обсуждению следующего вопроса.

Ведущий. *После того как ваш партнер ответил на вопрос, перефразируйте сказанное им, постаравшись сохранить содержание и вникнуть в него. Когда партнер подтверждает, что вы поняли его верно, переходите к следующему вопросу. Слушайте внимательно и запоминайте, что вам рассказывают. После того как зададите свои вопросы, вы должны будете рассказать про своего партнера двум другим парам. На это будет дано 5 минут.*

Комментарий. Инструкции к этому упражнению могут показаться чересчур длинными, однако чем более ясно ведущий донесет до участников цели и важность этого упражнения, тем с большим желанием и ответственностью они подойдут к его выполнению. Кроме того, лучше вначале потратить больше времени на подробное объяснение и убедиться, что все участники поняли задание, чем потом прерывать ход упражнения.

Давая задание придумать три вопроса для другого участника, ведущий снижает вероятность того, что кто-то отвлечется от темы. Ведущий специально просит участников записать вопросы. Это гарантирует, что они будут хорошо сформулированы и на них проще будет ответить. В процессе выполнения упражнения необходимо информировать участников, сколько еще времени у них осталось, чтобы они успели закончить вовремя.

9.40–9.55 (15 минут)

4. Пары работают с парами

Каждая пара участников, выполнявших предыдущее задание, присоединяется к еще двум, чтобы образовать группу из 6 человек. Ведущий следит, чтобы участники старались присоединиться к людям, с которыми они меньше всего знакомы. После этого они представляют друг другу своих партнеров исходя из того, что узнали из интервью с ними.

Через 7–8 минут, когда все участники группы познакомятся, ведущий рассказывает, как можно провести это упражнение в классе, идет обсуждение.

9.55–10.20 (20–25 минут)

5. Перерыв

Ведущий просит участников запомнить, с кем они работали в группе, и объявляет перерыв на 20 минут.

Резюме

Остановимся на том, чему уже научились участники мастер-класса:

— они кратко обсудили, зачем нужно взаимодействие в классе;

— познакомились и получили возможность лучше узнать друг друга;

— уделили внимание одному из участников, благодаря чему сформировались группы из 6 человек;

— смогли выразить свои противоречивые чувства относительно мастер-класса и рассказать об ожиданиях;

— поучаствовали в нескольких упражнениях на сплочение группы, которые смогут применять в своей работе.

10.20–11.30 (1 час 10 минут)

6. Упражнение «Круглый стол» (Fish-bowling)

Участники одной группы садятся в круг и начинают дискуссию на заданную тему. В это время участники второй группы, которые сидят за кругом, наблюдают за ходом дискуссии, оценивая групповой процесс по определенным параметрам. Через 10 минут группы меняются местами — наблюдатели начинают обсуждение, а дискутировавшая команда наблюдает.

Перед началом дискуссии необходимо напомнить участникам, что важно понимать и отслеживать групповую динамику. Ведущий объясняет, как развивать навыки работы в группе, чтобы она была более успешной и продуктивной. Для обсуждения на мастер-классе предлагаются две темы на выбор: «Какие ученики обычно выигрывают в конкурентном обучении?» и «Когда стратегии конкуренции могут быть полезны в процессе обучения?».

Вопросы для наблюдения за групповым процессом:

1) Какая энергетика наблюдается в группе? Как сидят участники группы: прямо или ссутулившись? Выглядят ли участники заинтересованными или они выключены из дискуссии? Каковы причины сильной заинтересованности или отсутствия интереса?

2) Есть ли лидерство в группе? Кто задает движение группы в сторону определенной темы, следит за линией ее развития? Можно ли кого-то из членов группы выделить как ее единственного лидера? Помогает ли лидер группе обобщать то, что уже сказано, чтобы дискуссия двигалась дальше? Помогает ли кто-то из членов группы придерживаться заданного направления?

3) Слушают ли участники друг друга? Поддерживают ли участники зрительный контакт друг с другом? Насколько часто они кивают, давая понять, что следят за ходом обсуждения? Демонстрируют ли

они навыки активного слушания, обобщая, уточняя и перефразируя то, что говорят другие?

4) Все ли принимают участие в обсуждении? Всем ли удается поделиться своими соображениями, идеями или они вынуждены перебивать кого-то, чтобы высказаться? Есть ли участники группы, которые отмалчиваются? Можно ли сказать, что участники в равной степени задействованы в обсуждении?

Помимо этих критериев наблюдатели могут заметить и другие важные моменты. Чтобы все запомнить, они делают записи. После этого группы меняются местами. Наблюдатели высказывают свое мнение о работе первой группы. Ведущий должен следить, чтобы замечания были конструктивными, опирались на конкретные моменты прошедшей дискуссии и относились к конкретным действиям участников и тому, какой эффект имели эти действия. Затем вторая группа начинает собственную дискуссию, а первая наблюдает за ее ходом.

Через пять минут участники отслеживают свое эмоциональное состояние.

В конце упражнения группы с помощью ведущего обобщают полученный опыт. Ведущий приводит в пример группы, в которых групповой процесс шел хорошо, и условия, которые этому способствовали. Участники также обсуждают возникшие трудности, насколько тяжело или просто было взаимодействовать. Далее ведущий и учителя обсуждают, как данное упражнение можно проводить в школьных классах.

Комментарий. В процессе выполнения этого упражнения участники развиваются и приобретают умения на трех уровнях:

1) Как участники — они осваивают процесс. Этот опыт позволит им лучше понимать, что испытывают в данной ситуации ученики.

2) Они учатся наблюдать и анализировать групповой процесс, будучи включенными в него и будучи вне его.

3) Они обучаются навыкам эффективного взаимодействия в группе.

11.30–11.45 (15 минут)

Вопрос-ответ

Обсуждение прошедшего упражнения, получение обратной связи.

11.45–13.30 (1 час 45 минут)

Обед

13.30–13.40 (10 минут)

7. Встреча групп

Участники возвращаются в группы после перерыва и могут обсудить с коллегами мысли, которые возникли во время перерыва.

Комментарий. Это время необходимо участникам. Оно дается, чтобы они могли высказать свои мысли и суждения, возникшие за время перерыва, снова влиться в группу и быть готовыми начать совместную работу.

13.40–13.50 (10 минут)

8. Опыт «Мозаичного класса»

На этом этапе участники мастер-класса знакомятся собственно с техникой «Мозаичный класс». Они впервые погружаются в этот процесс. Темой упражнения будет сама методика «Мозаичный класс», ее содержание. В ходе данного упражнения участники смогут лучше познакомиться с основной последовательностью действий и процессов, послушать других и обсудить это между собой. Непосредственное участие позволит им легче получить необходимые знания и опыт.

Для выполнения этого упражнения группа выбирает лидера, ему выдаются материалы. Каждый комплект материалов включает 6 карточек, на которых описаны разные части методики «Мозаичный класс» (например, экспертные группы, упражнения на сплочение, оценка работы группы, материал и др.).

Ведущий. *Каждый из вас получил часть материала, посвященного описанию методики «Мозаичный класс». Изучите этот материал в течение 5 минут и подумайте, как наилучшим образом донести эту информацию до других участников группы.*

По истечении 5 минут участники должны набросать план, как им организовать групповую дискуссию по своей теме. Легче всего это сделать, соотнеся идеи, изложенные в информационной карточке, с личным опытом каждого учителя, его идеями и наработками. Через 5 минут у участников должен быть готов план обсуждения их части материала. Например, если участнику досталась тема про сплочение группы, он может начать дискуссию, приведя пример, что происходит в группе, если в ней нет взаимопонимания между участниками, отсутствует интерес друг к другу и к задаче и пр.

Комментарий. Это задание позволит участникам почувствовать себя на месте лидера мозаичной группы. В данном упражнении они обучаются принимать на себя ответственность за течение группового процесса.

13.50–14.25 (35 минут)

9. Обучение

Руководитель группы назначает одного из членов группы следить за временем. У группы будет 30 минут для того, чтобы каждый участник мог сделать презентацию, то есть на каждую презентацию отводится не более 5 минут.

Во время обучения ведущий перемещается от одной группы к другой, задавая вопросы и контролируя групповые процессы. Ведущий может дать

совет руководителю группы, на что стоит обратить внимание, как разрешить ту или иную ситуацию. Например, если участники готовят собственную презентацию, вместо того чтобы слушать коллег, им нужно об этом сказать. Или если выступающий, рассказывая свою часть, обращается не ко всей группе, а только к некоторым членам — можно деликатно обратить на это его внимание.

Комментарий. В процессе выполнения упражнения необходимо следить за временем, поскольку это помогает участникам сконцентрироваться на выполнении задания и быть более внимательными. Поскольку процесс проходит в первый раз, кто-то может увлечься и затянуть презентацию, поэтому необходимо строго соблюдать временные ограничения.

В ходе этого упражнения участники понимают, как они могут обучать друг друга и помогать друг другу, они практикуются в обучении, это стимулирует их интерес. Важной становится роль руководителя группы — он должен, с одной стороны, поддерживать групповой процесс, с другой — позволять участникам проявить себя.

14.25–14.45 (20 минут)

10. Перерыв и оценка группового процесса

После того как работа по обучению в группах завешена, ведущий объявляет небольшой перерыв, во время которого каждый участник должен написать по 5 замечаний, касающихся того процесса, который происходил в группе. Участники записывают свои впечатления и оставшееся время отдыхают.

Комментарий. Когда участники записывают свои впечатления, это позволяет им точнее сформулировать личное мнение, которое они выскажут в ходе последующей дискуссии.

14.45–14.55 (10 минут)

11. Круглый стол

Участники возвращаются в свои группы, и ведущий дает 5 минут на обсуждение групповой работы. Члены группы должны сказать, насколько им понравилось, как вели себя другие участники, что можно было бы сделать лучше.

Можно опираться на свои записи, но лучше не зачитывать их, чтобы дискуссия приобрела более свободный характер.

Одна группа начинает обсуждение, высказывает замечания относительно процесса обучения, а другая группа в это время наблюдает и оценивает обсуждение (упражнение описано в п. 7).

12. Круглый стол. Смена мест

14.55–15.00 (5 минут)

Группы меняются местами — наблюдатели садятся в круг и в течение 5 минут обсуждают, что они заметили на примере первой группы.

15.00–15.05 (5 минут)

Вторая группа начинает обсуждение своей работы, а члены первой команды за ними наблюдают.

15.05–15.10 (5 минут)

Группы снова меняются местами, наблюдатели (первая группа) высказывают свои впечатления и соображения о работе второй группы.

15.10-15.50 (40 минут)

13. Дискуссия

Участники все вместе обсуждают полученный опыт, ведущий подводит итоги мастер-класса. Учителя начинают лучше ориентироваться в том, как можно использовать методику «Мозаичный класс» в работе, опираясь на полученную информацию. Они также могут обсудить эффективность техник сплочения группы или любые возникшие по ходу мастер-класса трудности, вопросы.

Комментарий. После мастер-класса у участников, как правило, возникает много вопросов и идей. Эта дискуссия позволит им осмыслить полученный опыт и собрать воедино свои впечатления.

15.50–16.00 (10 минут)

14. Оценка

Каждый участник заполняет оценочный лист, давая обратную связь относительно своих впечатлений от участия в мастер-классе.

Комментарий. Как для ведущих мастер-класса, так и для учителей, работающих с методикой, очень важно регулярно получать обратную связь. Помимо того что это дает представление учителю или ведущему об эффективности проведенного занятия, это также учит участников анализировать и контролировать процессы в группе.

Некоторые замечания по существу

Продолжительность данного мастер-класса изначально была запланирована до 16.30. Однако автор рекомендует заканчивать его раньше, чтобы участники могли до конца сохранить внимательность и включенность. Если на мастер-класс отводится несколько дней, можно добавить в него упражнения (примеры см. в приложении в Личном кабинете), а также время на подготовку учителями их собственного материала для занятий.

В ходе мастер-класса могут быть также сформированы «группы поддержки», участники которых будут впоследствии встречаться и обсуждать проведение занятий.

Основная цель данного мастер-класса — пробудить интерес учителей к методике, дать им представление о ее содержании. Это может побудить их к дальнейшей работе и к обсуждению своей работы, а также к тому, чтобы они применяли какие-то упражнения на своих уроках.

Найти и помочь

Возможности театра в деятельности психолога с педагогами и родителями

Гузель МИНАЗИТДИНОВА
педагог-психолог,
ГКУ «Социальный приют для детей и подростков «СемьЯ»,
г. Бавлы, Республика Татарстан

Известно, что сюжетно-ролевые игры имеют большое значение в развитии дошкольника. Для учащихся начальных классов театрализованные игры, подготовка мероприятий является подспорьем в организации коллектива, адаптации и социализации. В подростковом возрасте участие в театрализованных постановках дает возможность пополнить свою копилку поведенческих реакций, примерить на себя мысли, чувства, поведение другого человека, оказаться в ситуации, которая, возможно, никогда бы не случилась в их жизни.

Так почему бы не использовать многогранность театральных действий в работе с взрослыми?

Долгие годы в своей деятельности я использовала театротерапию, организовала в школе психологический театр. И сейчас на тренингах использую моделирование ситуаций, театр-экспромт и прочие упражнения из театральной педагогики и психодрамы.

Да, конечно, для применения театрализованной игры необходимо умение ведущего завлечь участников в игру. С родителями это не всегда происходит с первого раза, однако через несколько встреч (родительские собрания, неформальные встречи) родители с удовольствием пробуют себя в той или иной роли. На педагогических семинарах, конференциях всегда находится несколько активных желающих попрактиковаться.

В ходе игры желательно продумать возможность видеосъемки происходящего и демонстрации снятого материала во время проведения обратной связи.

Предлагаю сценарий игры-импровизации по профилактике употребления ПАВ среди несовершеннолетних. Игра применялась в разных профессиональных, возрастных, статусных группах.

ИГРА «НАЙТИ И ПОМОЧЬ»

— Представим ситуацию: в одном обычном образовательном учреждении случилось нечто. На уроке один из учащихся стал вести себя неадекватно, при этом многие из субъектов образовательного процесса догадываются (знают), что ученик принимает ПАВ.

Для дальнейшего развития нашей ситуации нужны желающие в количестве 10 человек.

Разберите, пожалуйста, свои роли и варианты возможных реплик. Уточняю: это только варианты — реплики могут быть иными. В конце концов, жизнь не просто театр, а, будем точнее, вся жизнь — это театр-экспромт.

Там же на карточках написаны задачи героев и сверхзадача всей ситуации. Напоминаю, это экспромт, так что готовиться времени у нас нет.

Ваша общая сверхзадача: в течение 15 минут выстроить отношения таким образом, чтобы сообща, по возможности выполняя свои личные задачи (задачи героев), **найти** продавца ПАВ и **помочь** подростку, принимающему ПАВ.

(После проведения игры обязательна обратная связь!)

Директор школы

Реплики: «Это, конечно, так, но честь школы!», «Давайте спокойно разберемся, может, он вообще на стороне приобрел!», «Я же прав!»

Задача героя: сберечь честь школы и выгородить своего сына.

Поведение в построении межличностных отношений: перебивает всех, кроме представителя подразделения по делам несовершеннолетних (ПДН).

Классный руководитель

Реплики: «Такой хороший мальчик!», «Такой активист!», «А ты слушай, когда взрослые говорят!»

Задача героя: выявить продавца ПАВ, но при этом спасти «любимчика-активиста» Мишу.

Поведение в построении межличностных отношений: не может перебивать директора, перебивает всех остальных.

Представитель ПДН

Реплики: «Мы знаем, что это ты продаешь!», «Ну мне тут все ясно!», «А вы, мама, помолчите!»

Задача героя: выявить продавца ПАВ для выяснения следующего звена в цепи торговцев ПАВ.

Поведение в построении межличностных отношений: перебивает всех.

Алеша, принявший ПАВ

Реплики: «Я вам ничего не скажу!», «А сами-то, сами!», «И что?»

Задача героя: не дать взрослым вычислить продавца ПАВ.

Поведение в построении межличностных отношений: чаще молчит либо огрызается в ответ на любые вопросы.

Мама Алеши

Реплики: «Мой сын не виноват!», «Этого не может быть!», «Что вы к нему привязались!»

Задача героя: спасти ребенка от ярлыка наркомана.

Поведение в построении межличностных отношений: перебивает всех, кроме мужа, ему поддакивает.

Папа Алеши

Реплики: «А что я? Я деньги зарабатываю!», «И вообще мне на работу пора!», «Вот сама воспитала, сама и расхлебывай!»

Задача героя: уйти от любой ответственности.

Поведение в построении межличностных отношений: вступает в диалог редко, перебивает всех, кроме представителя ПДН.

Миша — сын директора школы

Реплики: «Ну да, конечно это я!», «А кто же еще?», «У вас всегда виноват Миша!», «Да! Да! Да!»

Задача героя: сделать все наперекор отцу.

Поведение в построении межличностных отношений: перебивает всех.

Миша — любимчик-активист

Реплики: «Нет, вы слышали? Я тут за общее дело, а они!», «Ага, на кросс — Миша! На смотр — Миша! На КВН — Миша! И наркотики продавать — тоже Миша?»

Задача героя: отмечать каждое свое достижение или дело.

Поведение в построении межличностных отношений: перебивает всех ради демонстрации своей значимости.

Миша-тихоня

Реплики: «М-м!», «Угу!»

Задача героя: по возможности молчать, всех женщин перетянуть на свою сторону.

Поведение в построении межличностных отношений: никого не перебивает, очень вежливый.

Медсестра-хронограф

Реплики: «Нужна госпитализация!», «Осталось … минут, я за последствия не отвечаю», «Да вы в своем уме?»

Задача героя: каждые 5 минут напоминать о необходимости медицинской помощи Алеше.

Поведение в построении межличностных отношений: вежливо «истерит».

Анализируя опыт неоднократного проведения этой игры в разных группах, могу выделить следующие моменты.

Удобно проводить обратную связь после просмотра видеозаписи игрового действия. При этом собравшиеся, как игроки, так и зрители, имеют возможность абстрагироваться и взглянуть на разыгрываемую ситуацию отстраненно, отмечают особенности поведения героев, «примеривая» на себя задачи и поведение героев.

При обратной связи происходит обсуждение детско-родительских отношений, противоречия личностной позиции «актера» и поставленных ролевых задач. Происходит своеобразная «работа над ошибками» и проба себя в различных ипостасях. ●

Профессиональный олимп

Приемы профилактики выгорания в работе педагога

Татьяна ГОВОР
педагог-психолог,
ГУО «Средняя школа № 13 г. Жлобина»,
Гомельская область,
Республика Беларусь

Лето — это время, когда можно безболезненно для учебного процесса обратиться к врачу. И именно летом отмечается рост числа обращений педагогов за медицинской помощью. По статистике, чаще всего болеют педагоги, имеющие стаж работы от 10 лет и выше. Почему так получается? Ответ достаточно прост. Профессия педагога относится к категории профессий, которые способствуют профессиональному выгоранию специалистов. Педагоги и психологи в большей степени, чем другие, подвержены риску профессионального выгорания, поскольку используют в работе с людьми ресурсы своей психики.

Синдром профессионального выгорания — не медицинский диагноз, такое состояние присуще каждому человеку на определенном этапе его жизни, карьеры. А врага надо знать в лицо.

Педагогам важно осознавать свое состояние, понимать, что происходит, и принимать меры для улучшения самочувствия. Универсальный выход: если мы не можем изменить обстоятельства, изменим, свое отношение к ним, изменим себя, поработаем над собой. Человека стимулирует и нацеливает на успех в работе не столько приобретение новых знаний и освоение технологий, сколько преодоление себя. Очень важно почувствовать время, когда нужно перейти на новый уровень, и вовремя принять меры.

Итак, если вы заметили у себя такие признаки, как раздражение по отношению к некогда любимой работе, неприязнь к коллегам, ощущение рутинности, хроническую усталость, бессонницу или, наоборот, сонливость, вялость, самое время заняться своим состоянием.

Начать программу собственной реабилитации лучше всего с отдыха. Кто хорошо отдыхает, тот хорошо работает. Следующее средство — осознание собственных профессиональных проблем. Для этой цели в работе с педагогами я использую свою проективную методику «Профессиональный олимп».

Цель: отработка средств и способов эффективного индивидуального стиля профессиональной деятельности; профилактика профессионального выгорания

Задачи: оказать помощь педагогам в прояснении своих профессиональных потребностей, целей и мотивов; содействовать процессу личностного развития, реализации творческого потенциала, достижению оптимального уровня жизнедеятельности; научить умению видеть сильные стороны своей личности и опираться на них.

Мы предположили, что особенности профессиональной адаптации учителя определяются типом характера, особенностями поведения и наличием определенной ситуации в профессиональной деятельности.

В стимульный материал данной методики включены 9 фигурок. Фигурки представляют различные способы профессиональной адаптации учителя. Каждая поведенческая стратегия связана с определенной группой свойств и качеств, необходимых учителю для эффективной, на его взгляд, профессиональной адаптации.

При проведении занятий по профилактике профессионального выгорания методика используется следующим образом.

Слово ведущего

— Сейчас я попрошу вас ответить последовательно на несколько вопросов.

Вопрос первый: «Я как профессионал сегодня». Выберите картинку, которая, на ваш взгляд, наиболее полно олицетворяет вас в вашей профессиональной деятельности. Объясните, почему вы ее выбрали и расположите ее на импровизированном Педагогическом олимпе.

(Участники выбирают картинку и приклеивают ее на изображение горы.)

Вопрос второй: «Каким я хочу стать профессионалом?» Выберите картинку, отражающую профессиональную позицию, к которой вы стремитесь. Объясните, почему вы ее выбрали, и расположите на импровизированном олимпе.

Посмотрите, изменилось ли ваше изображение и положение на Педагогическом олимпе? Сильно ли отличаются ваше положение и изображение? Если не очень, до вашего профессионального триумфа осталось совсем немного времени.

Это упражнение диагностическое. Чтобы определить, как мне стать идеальным специалистом, важно осознать, кем я являюсь сейчас и что мне нужно для этого сделать. Обратите внимание, в какой части горы вы себя поместили. Нижняя часть горы говорит, что у вас немного занижена самооценка, верхняя часть показывает, что вы склонны идеализировать себя и свои достижения, центральная часть горы — у вас адекватная самооценка.

Подумайте, какой ресурс должен появиться у вас, чтобы вы приблизились к идеальному положению? Ответ запишите. Чего вам не хватает, чтобы занять идеальную позицию? Какие шаги нужно сделать, чтобы достичь желаемого положения? Что вы уже сегодня можете сделать?

Для того чтобы лучше разобраться в ситуации, можно использовать интерпретацию фигурок, которая получена методом свободных ассоциаций. Посмотрите, какие качества присущи человеку, выбирающему определенную фигурку. Какие из этих качеств помогают решать профессиональные проблемы, а какие, наоборот, мешают? Какие качества необходимо в себе развить, чтобы вы достигли профессионального успеха?

Интерпретация

Рис. 1

Рис. 1 — переменчивая, быстрая, импульсивная; повышенное нервно-психическое напряжение; раздражительность; активность, подвижность, экстраверсия; потребность хорошо выглядеть в глазах других; стремление достичь признания, ориентация на самоутверждение, превосходство; низкая устойчивость в конкурентной борьбе; неуравновешенность с потерей контроля за своим поведением; возбудимость, соревновательность, демонстративность, повышенная чувствительность к оценке других; страх социальной изоляции.

Рис. 2 — интровертированность, самодостаточность, автономность, стремление к независимости, творческая оригинальность, стремление к превосходству, склонность к рисовке, позе, гордость, замкнутость, высокомерие, отгороженность, самолюбие.

Рис. 2

Рис. 3 — апатия, астения, комплекс неполноценности, тревожность, осторожность, неуверенность в себе, тенденция к избеганию неудач (хочу и не могу!), возможно, фрустрация, повышенная чувствительность к оценке другими собственного поведения, потребность в поддержке.

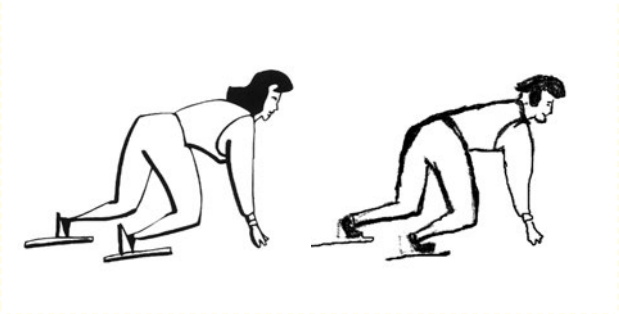


Рис. 3

Рис. 4 — стремление достичь признания, изворотливость, проворность, хитрость, целеустремленность, приспособляемость, самолюбие, стремление производить приятное впечатление, втираться в до-

Рис. 4

верие; предъявляет к жизни повышенные требования, но не хочет тратить силы на достижение желаемого; эгоистично-волевая личность, стремление к превосходству как средство компенсации комплекса неполноценности; самоутверждение, эгоизм, стремление контролировать других; ранимость, чувствительность к похвале.

Рис. 5

Рис. 5 — хроническое чувство напряжения и усталости, повышенная чувствительность к фрустрации, неудаче, внутреннее беспокойство, неуверенность в себе; постоянное чувство неудовлетворенности, обусловленное невозможностью быть собой, чувствовать себя естественно и непринужденно, активно и уверенно, что создает состояние психологического надлома; потребность в отдыхе и покое, выраженная тревога, истощение, потребность в поддержке, в экономии сил, чувство обреченности, беспомощности, нерешительность, конформизм; уступчивость, стремление к гармонии, согласию, соучастию, уход от конфликтов, избегание борьбы; дружелюбие, уступчивость, миролюбие, склонность к самообвинению, чувству вины; трудности в самореализации, совестливость, повышенное внимание к отрицательным стимулам, отказ от поисковой активности; сострадание, заботливость.

Рис. 6 — активно-оборонительная позиция; негативизм, реакция протеста, гордость, склонность к манипуляциям, потребность во внимании и одобрении, признании, самоутверждении; демонстративность, «в центре Я с моими желаниями и целями»; ожидание высоких оценок себя и своей деятельности; эгоизм, нереалистические ожидания и притязания, отсюда частые обиды и состояние аффекта; нетерпение, стремление к эмоциональной разрядке напряжения; злопамятность, агрессивность, максимализм, амбициозность; стремление чувствовать

Рис. 6

себя значимым, иметь широкую сферу влияния; демонстрация силы, доминирование, лидерство, независимость, болезненное самолюбие, неудовлетворенность собой, нетерпимость; все проблемы решают быстро, без долгих обдумываний, замыслы стремятся реализовать немедленно, не считаясь с другими.

Рис. 7

Рис. 7 — стремление к эмансипации, потребность в независимости, нетерпимость к ущемлению собственных прав, ограничению свободы, стремление произвести впечатление, ригидность, консерватизм, стабильность, уверенность в себе, агрессивность, спокойствие, потребность в экономии сил, постоянство, конфликтность, педантичность; сохранение существующего статуса, авторитарное давление.

Рис. 8 — упрямство, стремление настоять на своем, аффективная личность, победа любой ценой, индивидуализм, агрессивность, стремление к превосходству как средство компенсации комплекса неполноценности; наличие интраперсонального конфликта вследствие одновременного наличия двух противоположных отношений к себе: негативное отношение к Я-реальному и положительное — к своим делам, мечтам, Я-идеальному; потребность

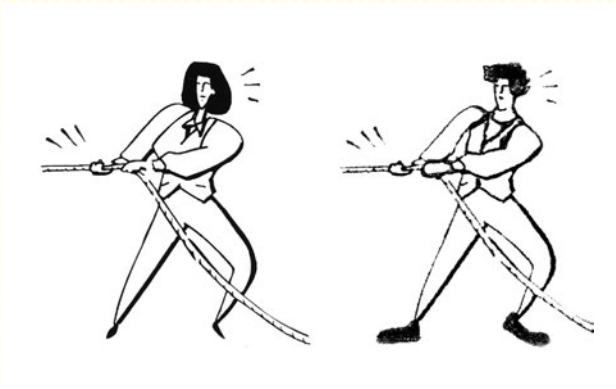


Рис. 8

в безопасности не удовлетворена, аффективная ригидность, потребность в достижениях, стремление к самоутверждению, сверхфиксированность на «Я», стремление быть сверхзначимым, контролировать других, силовая активность, победа любой ценой, непреклонная убежденность в необходимости и глубокой ценности исполняемой миссии; неспособность в быстро меняющейся ситуации понять предлагаемые возможности.

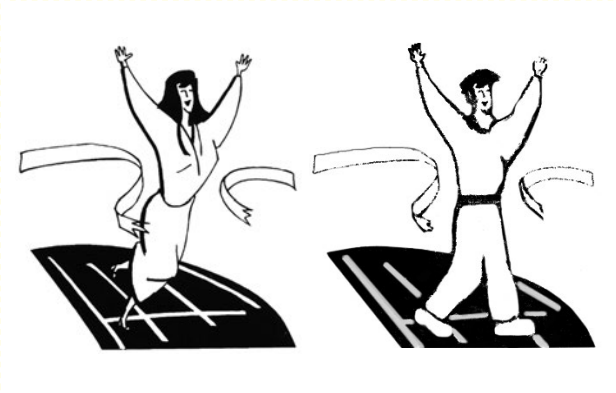


Рис. 9

Рис. 9 — эйфория, жизнерадостность, демонстративность, стремление получить удовольствие от жизни, общительность, потребность в эмоциональном контакте, в социальных контактах, избегание одиночества, эмоциональная чувствительность, способность к эмпатии, впечатлительность, мечтательность, эстетичность, склонность скорее к рассуждению, чем к действию, стремление к удовольствию.

Упражнение «Моя профессиональная проблема»

Это упражнение — модификация различных известных техник Оно является еще одним очень эффективным средством избавления от профессионального выгорания.

Цель: помощь в осознании профессиональных проблем участников и возможностей их разрешения, избавление от негативных переживаний, формирование чувства профессиональной уверенности.

Материалы: чистые листы бумаги, старые газеты, журналы и корзина для мусора.

Ведущий. Сядьте поудобней, расслабьтесь и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха. Представьте, что вы сидите в зрительном зале и как бы наблюдаете со стороны за происходящим на сцене. На сцене вы видите себя в своем рабочем кабинете. Подумайте о себе как о профессионале. Понаблюдайте, чем занят профессионал. Запомните, что вы делаете. Запомните, какие чувства испытываете...

Вы видите, что профессионал на сцене внезапно задумался. Он обнаружил проблему, которую пока не может разрешить. Как вы думаете, что это за проблема?

Посмотрите, как ведет себя профессионал, подумайте, что он сейчас чувствует. Запомните все это и на счет три откройте глаза. Раз, два, три. Откройте глаза и потянитесь. Вы здесь в этом зале.

Сейчас на листе бумаги напишите суть своей профессиональной проблемы. Вспомните, в чем она заключается.

Из бумаги сделайте ком такого размера, с каким ассоциируется ваша проблема. А теперь спрячьте ком с проблемой под одежду так, чтобы он соприкасался с телом. Две минуты походите и поносите свою проблему. Как вы себя чувствуете с этой проблемой?

Обратите внимание: куда, в какое место вы спрятали свою проблему.

Хорошо ли вам с вашей проблемой?

Как вы думаете, почему она у вас появилась?

Возьмите в руки свою проблему. Вы можете сейчас ее уничтожить или выбросить. Проблема понимает, что вы сейчас избавитесь от нее. Она просит вас оставить ее, приводя доводы за свое сохранение. Проблема говорит, что нужна вам. Послушайте, какие аргументы она вам приводит, как доказывает свою полезность.

Задайте ей несколько вопросов:

1. Почему ты появилась?
2. Чего ты хочешь?
3. Как можно тебя разрешить, что я для этого могу сделать?
4. Как я пойму, что проблема разрешилась?

Запишите все ответы левой рукой. Опять возьмите свою проблему в руки. У вас есть возможность избавиться от нее или все же оставить у себя. Примите решение: оставить ее или проститься с ней. Можно ее уничтожить или просто выбросить в мусорную корзину. Освободитесь от лишнего груза.

Шеринг

— Как вы себя сейчас чувствуете?

— Какие чувства вы испытывали во время выполнения этого упражнения?

— Какие аргументы выдвигала ваша проблема?

— Какие из них были для вас самыми убедительными?

— Смогли ли вы расстаться со своей проблемой? Если да, то почему? Если нет, то почему?

— Зачем мы с вами это делали?

После «избавления» от профессиональных проблем очень хорошо провести медитацию.

Медитация «Дом»

— Вы можете закрыть глаза сейчас или через несколько минут. Когда вы вернетесь назад из этого состояния, вы возьмете с собой его частичку и протянете тропинку к себе.

Вы оказались в сказочном лесу. Сказочный девственный лес. На краю поляны находится забытый, заброшенный дом. Вы видите этот дом, начинаете в нем убираться. Сначала выносите строительный мусор, выбрасываете его или сжигаете. Незримо вокруг вас присутствует золотистое свечение. После уборки мусора производите ремонт дома. Восстанавливаете стены и кровлю, одновременно слушая звуки леса. Потом красите стены или клеите обои. Делаете все так, как вам этого хочется.

Оформляете по своему вкусу фасад дома, делаете около дома клумбы, если хотите. Потом заносите в дом мебель и другие вещи, с которыми вам будет комфортно.

Зайдите в комнату, которая вам больше всех нравится, в которой вам уютно и хочется побыть. Можете поместить туда вещи тех людей, с которыми вам будет приятно находиться. Можете взять домашних животных. Сделайте все так, чтобы дом был теплым, чтобы во время ненастья там можно было развести огонь и согреться.

Побудьте немного в доме. Вам хорошо и спокойно. Вы отдыхаете. Помните, что вы всегда можете сюда вернуться. Это ваш дом.

А теперь попрощайтесь с ним и на счет «три» возвращайтесь сюда, в эту комнату. Раз! Два! Три! Потянитесь…

Маленькие хитрости

Очень простой, но на удивление действенный способ борьбы с профессиональным выгоранием — изменить свое рабочее место. Можно предложить коллеге поменяться местами, можно просто немного передвинуть свои стол и стул. Выбросьте ненужные бумаги, наведите порядок в компьютерных папках, протрите пыль там, где этого не делает уборщица, и вы удивитесь, насколько легче станет дышать.

Добавьте к этому приятные мелочи: например, комнатное растение в горшке, фотографию близких и др. Находиться на работе станет гораздо приятнее. Конечно, одной уборкой на рабочем месте борьба с профессиональным выгоранием не ограничивается — этот метод хорош в сочетании с другими.

Наконец, последнее, самое радикальное средство от профессионального выгорания — смена работы. Иногда лучше пожертвовать местом в учреждении образования, чем довести себя до состояния абсолютного неприятия профессии и заработать кучу профессиональных заболеваний. Так что если, несмотря на предпринятые усилия, вы не видите для себя перспектив, устали от рутины, не чувствуете возможностей для самореализации, быть может, пришла пора разместить свое резюме на сайтах по трудоустройству. И найти работу, которая будет доставлять вам удовольствие. Успехов в ваших трудовых буднях!

Ростки профессионального выбора

Разработка интерактивной встречи детей, родителей и педагогов

Ирина МЕЛЬНИКОВА
доцент, кандидат психологических наук, педагог-психолог СОШ МГПУ
iramelnickowa@yandex.ru

В преддверии профилизации обучения многие дети, родители и педагоги испытывают эмоциональную напряженность в связи с неявной выраженностью склонностей и интересов школьников, с нечетким видением своих ресурсов, несовпадением взглядов о «правильном» выборе у детей и взрослых, недостаточными представлениями о требованиях профессии к личностным качествам человека.

В психолого-педагогической практике накоплен большой опыт проработки темы профессиональной ориентации школьников с помощью разнообразных форм: профориентационные тренинги, экскурсии на предприятия, беседы с представителями той или иной профессии и другие. Хотелось бы поделиться методической разработкой интерактивной встречи, которая является еще одной формой работы в данном направлении.

Цель: способствовать осознанию выбора будущего профиля обучения и профессионального выбора.

Задачи:

— снижение эмоциональной напряженности детей, родителей, педагогов в преддверии профилизации обучения;

— рефлексия возможных трудностей и способов их преодоления;

— осмысление ресурсных сторон школьников в процессе выбора профессии;

— рефлексия родительского и педагогического вклада в будущий профессиональный выбор;

— создание атмосферы сотворчества и взаимодействия;

— сплочение, ценностное объединение субъектов образовательного процесса.

Участники: ученики 8-х классов, их родители и учителя.

Продолжительность: 90–120 минут.

МОТИВАЦИОННЫЙ ЭТАП

Разминка «Приветствие профессионалов»

— Не за горами то время, когда нашим детям предстоит сделать профессиональный выбор. А еще ближе — выбор профиля обучения. И это накладывает определенный отпечаток не только на наших детей, но и на родителей, педагогов. Поэтому наша встреча — это шаг на пути к более глубокому осмыслению этого выбора, снижению напряженности, связанных с ним.

А для начала предлагаю вам поприветствовать друг друга следующим образом. Вы по кругу называете свое имя и профессию на первую букву имени, а также демонстрируете движение-приветствие от лица профессионалов.

Комментарий. Это упражнение позволяет расширить представление участников о мире профессий и настроиться на тему встречи.

Упражнение «Линии»

Участникам предлагается выбрать точку на условной линии на полу, которая ограничивается полюса-

ми «плюс» и «минус». Можно встать в любой точке на линии в зависимости от того, к какому полюсу при ответе на вопрос участник ближе.

1. Кто делал в своей жизни выбор. — Кто не встречался с выбором.

2. Кому легко дается выбор. — Кому очень сложно.

3. Кто чаще доволен своим выбором. — Кто не доволен выбором.

4. Кому (было, будет) легко определиться с профессией. — Кому сложно.

Комментарий. Перед началом упражнения психолог может выделить часть зала и продемонстрировать шагами линию в пространстве и условные точки. После выбора участниками точки психолог задает группе вопросы или беседует с ней. Например, после первого выбора: «Вижу, что каждый из вас сделал хотя бы один выбор в своей жизни. Приведите примеры».

После второго выбора: «Что вам помогает так легко делать выбор? Какие качества вам помогают в этом? Вам чаще сложно сделать выбор? Что помогает вам в момент принятия решения в пользу одной или другой альтернативы? Кто вас поддерживает в этот момент, к кому можете обратиться за помощью?»

После третьего выбора: «Вы довольны своим выбором? Вы можете его назвать хорошим? Хороший выбор — какой? Что это значит для вас? Когда вы недовольны своим выбором, что помогает вам не падать духом? Что является вашим ресурсом?

После четвертого выбора: «Что помогло вам легко сделать выбор в мире профессий? Какие препятствия вам мешали (мешают) сделать этот выбор? Как вы справились (будете справляться) с трудностями?»

Важно задавать вопросы и родителям, и детям, и педагогам.

ОСНОВНОЙ ЭТАП

Упражнение «Деревья»

— Итак, выбор профессионального пути довольно непростой, однако хочется, чтобы он стал удачным, хорошим для наших ребят. И мы вместе попробуем помочь им в этом. Прежде чем приступить к выполнению следующего упражнения, я хочу задать вам неожиданный вопрос: что вы знаете о деревьях?

Мы создадим сегодня особое дерево для каждого ребенка, которое в конце нашей встречи может пустить росточки на той или иной «лужайке» профессий. Наше дерево и цветет, и плодоносит в один и тот же период.

Мы будем рисовать его в парах (тройках) родитель — ребенок. Делать мы это будем последовательно, в общем ритме. Я буду говорить, что рисуем и что пишем, и определять темп, ориентируясь на работу группы.

(Учителя получают персональное задание.)

— А теперь, ребята, представьте себе свое собственное, особенное дерево (1–2 минуты).

1. Нарисуйте его ствол. (Родители добавляют особенности только с разрешения ребенка.) На стволе подпишите несколько качеств ребенка, его способностей, умений, которые есть сейчас и важны в будущем. (Здесь родители с детьми совместно обсуждают, какие качества есть у ребенка. И так в процессе всей работы.)

2. Корни — события, факты, люди, которые заложили основу качеств, которые познакомили с этими качествами.

3. Ветви — ожидания, мечты, надежды, то, что может стать возможным, куда хочется продвинуться.

4. Листья — те люди, которые помогают развитию этих качеств.

Фотографии предоставлены автором

5. Цветы — знания, умения, навыки, которые даются легко, как подарок.

6. Плоды — знания, умения, навыки, которые даются трудом.

7. Небо справа — интересы, увлечения.

8. Слева внизу — какие личные действия или бездействие могут помешать развитию ваших качеств, знаний, умений, навыков, интересов… Что может разрушить ваше дерево (жуки, ураган, пожар)?

9. Небо слева — ценности, мотивы, способности, люди, которые не позволят сломать ваше дерево (солнце, умеренный полив, птицы…).

Материалы: листы формата А3 по количеству детей, карандаши, маркеры, лист ватмана или его половина (в зависимости от количества детей).

Комментарий. Листы при работе лучше расположить вертикально. Во время парной работы, если есть возможность, психолог подходит к участникам и задает вопросы, которые подчеркивают ресурсную часть ребенка, родителя, его способность справляться с трудностями, его активную позицию.

На эту процедуру уходит примерно минут 20.

Учителя рисуют ростки класса. Обычно перед началом встречи педагоги получают информацию, что им предстоит делать. А именно: им необходимо на условной поляне мира профессий нарисовать ростки деревьев, соответствующих выбору того или иного ребенка исходя из профессиональных наблюдений и опыта общения с каждым.

Вот основные части задания для педагогов:

— в какой области жизнедеятельности человека могут развиться способности детей:

— что может помешать росту (ураганы, плохой уход, жуки);

— что/кто поддержит ростки в развитии (солнце, хороший уход).

Это центральное упражнение встречи. Основой разработки данного упражнения послужила техника «Дерево жизни», направленная на профилактику эмоционального и профессионального выгорания и разработанная *Нказело Нкубе (Зимбабве) и Дэвидом Денборо (Австралия)* и описанная Дарьей Кутузовой (https://narrlibrus.wordpress.com/2009/01/18/tree-of-life). Адаптирована для занятия И.В. Мельниковой.

Упражнение «Ростки»

— Итак, вы изучили свое дерево. Посмотрите еще раз на его ствол (качества), его ветви (мечты и ожидания), его цветы и плоды (знания и умения, которые иногда даются легко, иногда с трудом). Посмотрите на небо (его интересы и увлечения, его ценности и мотивы). Можно сказать спасибо корням, которые познакомили с этими качествами, и листьям, которые поддерживают их сейчас. И, как все особенные деревья, ваше дерево пускает росток на своей лужайке, на которой эти ростки могут окрепнуть. Лужайки — это области жизнедеятельности человека, где могут развиться данные качества, где могут пригодиться цветы и плоды, где поддерживаются основные интересы и ценности.

(Психолог подходит к каждому листу и говорит, что здесь расположено.)

- Человек — Природа. Вот эта лужайке, на которой прорастают ростки тех, кто любит природу, любит предмет биологию, кому нравится работать в саду, огороде, ухаживать за растениями, животными.
- Человек — Техника. Здесь те, кому нравятся лабораторные работы по физике, химии, электротехнике, кто любит делать модели, разбирается в бытовой технике, кто хочет создавать, эксплуатировать или ремонтировать машины, механизмы, аппараты, станки.
- Человек — Знаковая система. Те, кто любит работать с текстами на родном или иностранном языке; у кого есть интерес к цифрам, формулам, таблицам; кто любит строить по чертежам, схемам, изучать карты.
- Человек — Художественный образ. Это те, кто любит создавать художественные произведения (музыкальные, литературные, архитектурные…), воспроизводить их по образцу (играть на сцене или что-то реставрировать).
- Человек — Человек. Кому нравится общаться с людьми, кто любит организовывать мероприятия и помогать людям.

Материалы: листы ватмана, карандаши, маркеры.

Комментарий. В зале расположены листы ватмана. Рядом — какое-то условное обозначение, характеризующее тип профессии. Описание профессии, а также требования профессии к качествам человека (см. в Личном кабинете). В основе выделенных областей профессиональной деятельности («лужаек») лежит типология профессий Е.А. Климова.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Общий круг

— Итак, наша встреча подошла к финалу, мы с вами создавали персональные деревья и пускали ростки на лужайках профессий. Теперь выскажутся учителя, которые работают с ребятами, и сделают свои предположения, где ростки почувствуют благодатную почву, к какому типу профессий они склонны. Возможно, их мнение совпадет с вашим, возможно, оно вас удивит. В любом случае — это мнение, которое может расширить горизонты понимания и помочь в поиске хорошего варианта.

Комментарий. Важно задавать педагогам уточняющие вопросы: «Вы говорите, что Сергей сможет себя реализовать в сфере «Человек — Природа». Какие его качества, обнаруженные вами за время общения с ним, об этом свидетельствуют?»

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

Общероссийский проект

Школа цифрового века

Издательский дом «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Продолжается прием заявок на 2017/18 учебный год

Участники проекта получают:

- Доступ к новинкам Издательского дома «Первого сентября».
- Доступ к полному электронному архиву «Первого сентября» – журналам, брошюрам, видеозаписям вебинаров и лекций (2011–2016 г.г.)

Материалы проекта	Минимальный	Стандартный	Расширенный
Более 150 вебинаров и видеолекций (свидетельство участника за каждый вебинар)	✓	✓	✓
Предметно-методические журналы	✓	✓	✓
Методические брошюры	✓	✓	✓
Модульные курсы по психологии, педагогике, менеджменту (сертификат на 6 часов)	✓	✓	✓
Курсы повышения квалификации (удостоверение на 36 часов)		✓	✓
Электронные учебники			✓
Стоимость	**10 000**	**12 000**	**19 000**

Стоимость участия указана для всей образовательной организации на весь 2017/18 учебный год, независимо от количества в этой организации педагогов.

Подробная информация и регистрация на сайте:

шцв.рф

Участие в проекте общеобразовательной организации и педагогических работников удостоверяется соответствующими документами: дипломами участников, сертификатами, удостоверениями о повышении квалификации.

Летние метафоры

Ольга САФУАНОВА
главный редактор издательства «Генезис»

В небольшой туристический городок Дивноморское на Черноморском побережье в 20 минутах езды от Геленджика второй год подряд съезжаются практикующие психологи со всей России и стран ближнего зарубежья.

Причин для такой массовой миграции две: во-первых, психологи, как и многие другие люди самых разных профессий, любят проводить летний отпуск на берегу моря; во-вторых, именно здесь, в Дивноморском, издательство «Генезис» проводит свой летний фестиваль «Метафора в работе психолога». В этом году фестиваль проходил при информационной поддержке журнала «Школьный психолог».

Фотографии предоставлены автором

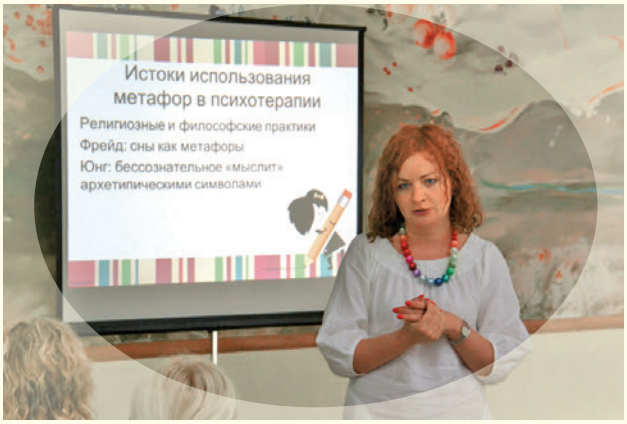
Геленджик встречал гостей прохладой и моросящим дождиком — типичными для большинства регионов нашей страны атрибутами нынешнего лета. Впрочем, участников фестиваля ждала крайне насыщенная неделя, да и прогноз погоды внушал оптимизм: не сегодня-завтра должно было выглянуть солнце и принести с собой привычную для южного края жару. Забегая чуть вперед, скажем, что так оно и случилось.

Как следует из названия, фестиваль был посвящен метафорическим инструментам и возможностям их применения в работе психолога. Программа события была устроена таким образом, что каждый день работы фестиваля посвящался определенному инструменту: игре, метафорическим картам, сказкам и притчам, а также арт-терапии.

Кроме этого первый день был отведен на то, чтобы все успешно добрались и разместились в номерах гостеприимного пансионата «Энергетик», служившего базой фестиваля в этом году, и лишь вечером участников ожидала торжественная церемония открытия. Заключительный же день был полностью отдан на откуп завершающим мероприятиям — итоговому шерингу, совместному экспрессивному действию и закрытию фестиваля.

Учебную программу открывал день игры. Участникам были предложены два мастер-класса, посвященных недирективной игровой терапии от Александра Покрышкина; презентация нового инструмента — игровых платформ для работы с МАК, которые представляла автор комплектов «Полярная звезда», «Дорога К...», «Дом, который строю Я» и «Комод с секретами» Татьяна Ушакова. О трансформационных играх рассказывал Евгений Морозов; мастер-класс Наталии Рубель был посвящен играм и экспериментам в детско-родительском консультировании, а игры Ольги Хухлаевой в отсутствие автора представляла Анна Боева.

Стоит отдельно упомянуть, что, основываясь на опыте 2016 года, расписание каждого дня было построено по одному и тому же шаблону: после завтрака все отправлялись на утреннюю лекцию, читала которую главный редактор журнала «Школьный психолог» и бессменный лектор фестиваля Марина Чибисова. Затем были две линейки мастер-классов



с часовым перерывом на обед; за ними следовали двухчасовой «морской» перерыв и ужин. Завершали день вечерние трансформационные игры и шеринг-группы, на которых участники могли поделиться накопившимися за день эмоциями.

Второй день фестиваля был посвящен метафорическим картам. Психотерапевт Татьяна Данилова рассказывала, как с их помощью можно помочь ребенку пережить развод родителей, а затем — как работать с темой денег с помощью МАК. Татьяна Ушакова демонстрировала возможности карт в арт-

терапевтическом контексте на примере авторской колоды «Огонь, мерцающий в сосуде». Психолог из Мурманска Наталья Гайнутдинова говорила об опыте выживания как ресурсе, Елена Асенсио Мартинес работала с рукотворными ассоциативными картами, а мастер-класс, основанный на принципах фототерапии, изложенных в недавно вышедшей в «Генезисе» книге Джуди Вайзер, проводила директор издательства Екатерина Мухаматулина.

В день сказкотерапии выступали Нателла Дубашидзе («Сказка в индивидуальной и групповой работе»), Наталья Гайнутдинова («Дочки-матери. Ранние объектные отношения»), Татьяна Данилова («Работа с детьми химически зависимых родителей с помощью сказок»), Ольга Богачева («Притчи и их использование в работе психолога») и Антон Смирнов (Профориентационные притчи. Проект «Навигатум»). А вечером прошла традиционная для фестиваля «Ярмарка талантов», в ходе которой свои мастер-классы представили две участницы фестиваля: Елена Дульцева из города Чехов и Евгения Макарова из Геленджика.

Завершалась программа фестиваля днем арт-терапии. Наталия Рубель приводила примеры использования арт-приемов в коррекции детской агрессивности, Ольга Богачева демонстрировала технику работы с детско-родительской парой «Домик на дереве», Татьяна Ушакова рассуждала об арт-терапевтическом потенциале художественно-изобразительных материалов, Марина Чибисова говорила об арт-приемах в работе с детско-родительской парой, а Елена Асенсио Мартинес представляла авторские арт-альбомы, а также креативные приемы и ресурсные техники арт-терапии.

На следующий день участники подводили эмоциональные итоги недели в шеринг-группах, выражали себя на экспрессивном действе под руководством Елены Асенсио Мартинес, результатом которого стал огромный пестрый коллаж, который вечером с помпой был презентован на закрытии фестиваля. Конечно же это был не единственный яркий момент церемонии: слова благодарности, торжественные речи, дружеские напутствия и теплые пожелания лились рекой, а импровизированный капустник, устроенный участниками по мотивам фестиваля, заставил всех смеяться до слез. Подняв на прощание по бокалу шампанского, вдохновленные участники, ведущие и организаторы фестиваля прощались друг с другом с надеждой на встречу в следующем году. ●

Летний фестиваль «Метафора в работе психолога-2017» проходил с 25 июня по 1 июля 2017 года.
Издательство «Генезис» благодарит всех причастных к этому событию:
участников, ведущих, организаторов, администрацию и персонал пансионата «Энергетик»,
а также журнал «Школьный психолог».

Следующее мероприятие издательства «Генезис»:
конференция «Метафорические карты в работе психолога», —
***пройдет 21–22 октября 2017 года в гостинице «Аэростар» (Москва)**.*
Подробная информация на сайте издательства: ***www.knigi-psychologia.com***

Психолого-педагогическая диагностика детей с ограниченными возможностями здоровья

Сост. М.А. БОЛГАРОВА, Н.С. КОЖАНОВА, И.Ф. ПАВАЛАКИ и др.

М.: Издательство «Перо», 2016
«МОДЭК», 2010

В УЧЕБНОМ ПОСОБИИ, ПРЕДНАЗНАЧЕННОМ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ И ДЕФЕКТОЛОГОВ, предпринята попытка показать не только возможность, но и целесообразность объединения их усилий. Не секрет, что психолог зачастую замечает неблагополучие, но затрудняется с его точной квалификацией, а совместная работа таких специалистов, во-первых, в значительной степени повышает эффективность диагностико-коррекционной работы и, во-вторых, способствует их собственному профессиональному развитию.

Под одной обложкой здесь собраны методики диагностики познавательной и личностной сфер детей с отклонениями в развитии: умственно-отсталых, с задержкой психического развития, с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха, а также детей с расстройствами аутистического спектра. Описание методик предваряет краткая психолого-педагогическая характеристика детей, имеющих обозначенные выше нарушения развития. Особое внимание авторы уделяют вопросу соответствия выявленных отклонений условиям обучения ребенка, которые будут способствовать не только его психическому развитию, но и — что не менее важно — успешной социализации.

Каждая из методик представлена следующим образом: сначала дается перечень необходимого оборудования и обозначаются цели исследования, далее следует подробное изложение процедуры проведения и интерпретации полученных данных. Например, предназначенная для детей младшего школьного возраста методика «Разрезные картинки» позволяет определить сформированность пространственного восприятия, зрительно-моторной координации, произвольности поведения. В результате можно сделать вывод о состоянии познавательных процессов ребенка и выявить у него либо задержку психического развития, либо умственную отсталость разной степени.

Солидный список литературы к каждому разделу — это авторитетные источники, знакомство с которыми весьма желательно.

Практический интерес представляет приложение, состоящее из психолого-педагогических карт, схем психологического обследования и пр., опора на которые поможет психологу составить план работы с ребенком.

В заключение хотелось бы подчеркнуть, что это издание будет особенно полезно начинающим психологам, поскольку оно содержит необходимые практико-ориентированные сведения по тем видам патологии развития, которые встречаются в массовых школах и детских садах.

Марина СТЕПАНОВА

ПО АВТОРСКОМУ ЗАМЫСЛУ, КНИГА ПРЕДНАЗНАЧЕНА УЧИТЕЛЯМ, но даже беглого знакомства достаточно, чтобы понять: она рассчитана на широкий круг читателей — психологов, воспитателей, дефектологов и не в последнюю очередь — родителей. Полезной ее делает не только спектр обсуждаемых проблем, но и тщательно продуманная форма изложения, когда за читателем остается право остановиться на любой из глав, связанных между собой единой авторской идеей принятия ребенка с его проблемами и особенностями. Впрочем, возможен и иной вариант: когда предварительное общее знакомство с книгой позволит впоследствии обращаться к ней как к справочному изданию.

Психологам есть чему поучиться у автора: не бояться поднимать те проблемы, которые порой не хочется обсуждать по причине их объективной сложности и запутанности и, как следствие, признаваться в невозможности их быстрого разрешения. Кроме того, автор направляет взгляд читателя в том числе на стороны школьной жизни, не имеющие непосредственного отношения к успеваемости, отметкам и поведению на уроках. Так, немым укором звучит вопрос: хотите, помимо разных типов «грамотности», развивать в учениках любопытство, творчество, навыки общения, воспитывать в них стойкость и тягу к переменам?

Если задуматься, именно это и выступает целью образования, а отнюдь не пресловутые знания и умения, которые нынче получают количественное выражение в баллах ЕГЭ. Автор вселяет уверенность, что данная цель достижима: для этого надо самому быть готовым к переменам. Побудить учителя к поиску новых способов работы — одна из задач школьного психолога, которая тоже часто теряется за решением будничных проблем неуспеваемости, опозданий, прогулов, конфликтов.

Названия глав говорят сами за себя: «Как заинтересовать учебой», «Инклюзивность окончательно и бесповоротно», «Дислексия — дар, проклятие и особенность обучения», «Заикание и запинание», «Стили обучения — это что еще такое?». Проблемы очень разные, но подход к ним един: хочется согласиться с автором предисловия, отметившего, что этой книгой движет необыкновенный дух заботы, творчества, профессионализма и любви.

В книге, правда, скрыто противоречие: с одной стороны, автор считает возможным обсуждать очень сложные проблемы, а с другой — отмечает, что многие из них пока что нерешаемы. Однако именно озабоченность поиском нестандартных решений и делает жизнь учителя (равно как и психолога) осмысленной и счастливой — так что книга обладает в том числе и мировоззренческой направленностью.

Марина СТЕПАНОВА

Классный учитель. Как работать с трудными учениками, сложными родителями и получать удовольствие от профессии

Нина ДЖЕКСОН

Пер. с англ.
М.: Альпина Паблишер, 2016

Теория и практика углубленной психологической диагностики
От раннего до подросткового возраста

Н.Я. СЕМАГО, М.М. СЕМАГО

М.: АРКТИ, 2016

АВТОРОВ МОНОГРАФИИ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ ПРЕДСТАВЛЯТЬ нет необходимости: подготовка психологов к практической работе с детьми обязательно предполагает обращение к работам этих двух специалистов в области диагностики и коррекции нарушенного развития. Данное издание, вне всякого сомнения, может быть рекомендовано всем без исключения занятым в образовании психологам.

И тому видится несколько причин.

Во-первых, издание является современным в прямом смысле слова, поскольку авторы признают, что под влиянием информационных технологий меняются показатели социально-психологических нормативов, а это не может не сказаться на проведении диагностических процедур. Кроме того, становятся другими и сами дети, в частности появляются новые категории отклонений, требующие корректировки нормативов и анализа результатов. Также авторы обращают внимание на тенденцию последнего десятилетия — появление потребности в методическом обеспечении оценки развития детей второго и третьего года жизни. Все это получило отражение в солидном (объем около 600 страниц) издании.

Авторы посчитали необходимым познакомить читателя с теми теоретическими положениями, которые, по их мнению, могут выступить основанием практической работы. В связи с этим дается определение основных используемых в диагностической работе терминов: «отклоняющееся развитие», «статистическая норма», «социально-психологический норматив», «идеальный онтогенез» и «идеальный дизонтогенез».

В-третьих, книга рассчитана на широкий круг профессиональных читателей — педагогов-психологов, работающих в различных образовательных учреждениях, в том числе реализующих адаптированные общеобразовательные программы для детей с ОВЗ, а также в ППМС-центрах. В силу этого психологам приходится взаимодействовать с различными специалистами, а потому встает вопрос не только о координации действий, но и о четком разграничении «своих» задач и задач, решаемых коллегами. И авторам удалось обозначить собственно психологическое содержание деятельности педагога-психолога.

И, наконец, нельзя не сказать, что основное место в книге занимает подробное описание методического аппарата углубленной психологической диагностики. Конечно, многое из сказанного авторами можно найти и в других изданиях, но не хотелось бы, чтобы оно осталось без внимания читателей, поскольку систематизация наших знаний — это их новый, более высокий уровень.

Марина СТЕПАНОВА

НАЗВАНИЕ КНИГИ НЕ СОВСЕМ ТОЧНО ОТРАЖАЕТ ЕЕ СОДЕРЖАНИЕ, а это может оставить ее незамеченной среди большого числа изданий с похожей тематикой. Однако представленные в ней сведения, вне всякого сомнения, необходимы психологу, сталкивающемуся в своей практике со случаями отклоняющегося (аддиктивного) поведения детей.

В небольшом издании в обобщенном виде изложены сведения, касающиеся отклоняющегося поведения детей, склонных к употреблению психоактивных средств. В последнее десятилетие перед школьными психологами встала относительно новая задача — профилактика таких форм поведения, а также обусловленных ими последствий. В силу этого психологи остро нуждаются в соответствующих методических пособиях, и данное издание может быть отнесено именно к этой категории.

Большая часть книги посвящена методам выявления склонности к аддиктивному поведению. В ней специально подчеркивается сложность диагностической работы, что следует обязательно иметь в виду и не рассчитывать на быстрый успех. Все рекомендуемые к использованию методы условно делятся на две группы: методы интегральной оценки личности ребенка в контексте социальной ситуации развития (проективные методы, наблюдение, изучение детско-родительских отношений) и методы исследования структурных компонентов личности (личностные опросники и тестовые методики).

В книге утверждается, что диагностикой склонности к аддиктивному поведению должны быть охвачены в том числе дошкольники и младшие школьники. По мнению автора, специальных психологических методик выявления склонности к аддикции в эти периоды развития не существует, но уже в дошкольном возрасте обнаруживаются признаки деструктивного поведения, что может служить предвестником будущего отклоняющегося поведения. Данная теоретическая посылка автора вызывает возражения, что не отменяет практической важности диагностики поведенческих отклонений начиная с дошкольного возраста. Большое внимание уделено вопросу профилактики аддиктивного поведения: описаны его формы (классификация Е.В. Змановской) и приведен примерный план работы педагога-психолога с детьми и их родителями, а также педагогами.

Было бы неправильно думать, что с опорой на данное издание психолог сможет решить обозначенные проблемы, однако не исключено, что оно подтолкнет его к самостоятельному поиску подходов к детям с отклоняющимся поведением.

Марина СТЕПАНОВА

Психолого-педагогическое сопровождение детей с отклоняющимся поведением
Психологическая диагностика
Игровые технологии

Авт-сост. И.Н. ХОМЕНКО

Изд. 2-е, испр.
Волгоград: Учитель, 2017

Битва за философский камень

Костюмированная игра для учащихся 7–9-х классов

Авторы идеи и сценария:
подростки-волонтеры под руководством
Ольги Сергеевны Стрекаловой, педагога-психолога
МБОУ «Центр диагностики и консультирования»,
г. Узловая, Тульская область

Цели: расширение знаний подростков о вреде психоактивных веществ, формирование ценности здорового образа жизни.

Задачи: развивать познавательные интересы подростков в сфере здоровьесбережения; информировать о вреде курения, алкоголя, наркотиков на организм человека; развивать мотивацию вести здоровый образ жизни; развивать активность, самостоятельность подростков.

Участники: 2 команды по 20–25 человек.

Ведущие: волонтеры — учащиеся 9–11-х классов.

Зрители: учащиеся 7–11-х классов.

Место проведения: спортивный зал общеобразовательной школы.

Условия: в центре зала расчерчено шахматное поле (длина стороны квадрата — 70 см).

Оборудование: CD-проигрыватель для музыкального оформления.

Профилактика употребления психоактивных веществ — далеко не самая привлекательная тема для молодежи. Поэтому такие привычные формы профилактической работы, как лекции, встречи со специалистом, самостоятельная подготовка учащимися тематических докладов или конкурс плакатов, особого интереса у ребят не вызывают.

Мы стремимся к тому, чтобы мероприятия на тему сохранения здоровья были привлекательными, интересными для подростков и достигали поставленной цели — формирования у ребят навыков ответственного поведения. Поэтому мы решили организовать костюмированную игру по мотивам романа Джоан Роулинг «Гарри Поттер».

Такой формат работы:

— позволяет учащимся получать информацию в развлекательной форме;

— вызывает искренний интерес даже у самых скептически настроенных ребят;

— позволяет проводить мероприятие сразу для нескольких классов;

— включает в себя элемент соревновательности;

— позволяет вовлекать в качестве разработчиков и ведущих мероприятия самих подростков.

Суть игры заключается в следующем. Участники попадают в Хогвартс (спортивный зал школы), где на полу расчерчена большая шахматная доска (как в книге «Гарри Поттер и философский камень»). Играют две команды. Они представляют факультеты «Грифиндор» и «Слизерин».

Часть игроков каждой команды становятся «живыми шахматами». Эти ребята надевают на голову короны с изображением шахматных фигур и становятся на шахматное поле, а оставшиеся игроки отвечают на вопросы ведущих-волонтеров, одетых в мантии, как ученики Хогвартса.

Если игроки из одной команды отвечают на вопрос ведущего, команда на поле получает право хода. «Шахматные фигуры» совещаются между собой, какой ход сделать, а окончательное решение принимает «король». Если игроки первой команды не могут ответить на вопрос, на этот вопрос отвечают игроки второй команды и делают свой ход. Если и они не могут ответить, правильный ответ озвучивают ведущие. В этом случае ни одна команда не может сделать ход.

Вопросы, задаваемые ведущими, включают следующие темы: вредное воздействие на организм человека никотина, алкоголя, наркотиков; преимущества здорового образа жизни; здоровый досуг и значение дружбы для счастья в жизни, поднятые в романе «Гарри Поттер».

Игра продолжается до окончания шахматной партии. Побеждает та команда, которая выиграет шахматную партию. Она своей победой добывает «философский камень» — символ долголетия (коробочку с призами). Если же игра затягивается, можно ограничиться одинаковым количеством вопросов для каждой команды.

Все участники игры получают благодарственные письма и брошюры для дальнейшего расширения знаний о способах сохранения своего здоровья.

ХОД ИГРЫ

В зал под звуки музыки из фильма, снятого по роману «Гарри Поттер», входят игроки и зрители. Ведущие приветствуют собравшихся.

Вступительные слова ведущих.

1-й ведущий. Мы приветствуем вас в импровизированном Хогвартсе — школе магии и волшебства, где вам предстоит в битве на шахматном поле выиграть философский камень — так, как это было в романе Джоан Роулинг «Гарри Поттер и философский камень».

2-й ведущий. Мы, волонтеры города Узловая, сегодня с вами еще и для того, чтобы поговорить, как защитить свое здоровье. Мы считаем, что без участия молодежи невозможно остановить такие серьезные угрозы, как курение, алкоголизм, наркомания.

3-й ведущий. Наркомания и алкоголизм — смертельно опасные заболевания, избавиться от которых мешают физическая и психическая зависимость.

1-й ведущий. Сегодня мы с вами, чтобы поговорить об этих серьезных заболеваниях. Но говорить мы будем играя.

2-й ведущий. А так как вы сейчас в Хогвартсе, вам понадобятся еще и знания об истории Гарри Поттера. Итак, мы приглашаем вас на игру «Битва за философский камень»!

3-й ведущий. Правила игры: в каждом классе выберите игроков, которые станут живыми шахматами и будут двигаться по шахматной доске. Остальные ребята будут отвечать на вопросы ведущих, помогая своей команде выиграть шахматную партию. Правильный ответ дает возможность команде сделать ход. Игроки на поле, не сходя со своих мест, могут совещаться, какой ход делать. После совещания король говорит, какая фигура его команды делает ход. Если команда не ответит на вопрос, право ответа переходит к другой команде. Выигравшая команда обретет философский камень, который в романе, как вы помните, был символом долголетия.

Начинается игра «Битва за философский камень». Ведущие зачитывают вопросы на разные темы: «Табак», «Алкоголь», «Наркотики», «Ответственное поведение», «Вопросы по роману «Гарри Поттер».

Вопросы по теме «Табак» читает 1-й ведущий.

Примеры вопросов (в скобках даются ответы, курсивом выделен правильный ответ)

● Сколько вредных химических соединений содержит дым табака?

(Около 100. *Около 4000*. Около 450. Около 1300.)

● Какое время необходимо, чтобы никотин начал действовать на мозг? (Мгновенно. *7 секунд*. 1 минута. 5 минут.)

Вопросы по теме «Алкоголь» читает 2-й ведущий.

Примеры вопросов

● Чем опасно употребление алкоголя?

(Нарушается работа практически всех внутренних органов. Алкоголь практически не опасен. В малых дозах алкоголь не опасен. Опасно употреблять только крепкие спиртные напитки.)

● Почему пьяные часто падают?

(Примерный ответ: алкоголь нарушает работу головного мозга, который становится не в состоянии управлять всем организмом, в частности — движениями и ориентацией в пространстве.)

Вопросы по теме «Наркотики» читает 3-й ведущий.

Примеры вопросов

● Какие виды зависимостей могут возникнуть в результате употребления наркотиков?

(Только психическая. Только физическая. Никакая. *Психическая и физическая*.)

● Является ли никотин наркотиком?

(Да, является. Этого ученые еще не выяснили. *Никотин — не наркотик, а психоактивное вещество, вызывающее зависимость*.)

Вопросы по теме «Ответственное поведение» читает 1-й ведущий.

Примеры вопросов

● Что может сильно снижать иммунитет?

(Примерный ответ: *курение, алкоголь, употребление наркотиков, стресс, несбалансированное питание, малоподвижный образ жизни, экология, недостаток сна, температурная нагрузка, прием антибиотиков*.)

● Назовите причины переутомления.

(Примерный ответ: *неправильная организация труда, чрезмерная учебная нагрузка, игнорирование гигиенических требований к режиму дня*.)

Вопросы по роману «Гарри Поттер» читает 2-й ведущий.

Примеры вопросов

● Как называлась основная спортивная игра в романе «Гарри Поттер»? (Ответ: *квидич*.)

● Кем был Гарри в команде по квидичу? (Ответ: *ловцом*.)

● Как Гарри Поттер поймал свой первый снитч? (Ответ: *ртом*.)

(Полный перечень вопросов находится в приложении в Личном кабинете.)

Подведение итогов игры «Битва за философский камень»

В заключение происходит награждение команды-победителя, вручение памятных сувениров всем игрокам (например, буклетов с познавательной информацией о здоровьесбережении).

Затем игроки и зрители в зале заполняют листы, отражающие отношение к здоровому образу жизни.

1-й ведущий. Вот и закончилась битва за философский камень — символ долголетия. Мы надеемся, что вы сделаете правильный выбор и войдете во взрослую жизнь здоровыми, жизнерадостными, доброжелательными людьми, уверенными в своих силах и способными решать любые проблемы.

2-й ведущий. Выходя из зала, поставьте, пожалуйста, свои подписи на одном из листов «За здоровый образ жизни» или «Против здорового образа жизни». Мы благодарим всех участников за игру. До свидания!

Звучит музыка из фильма, снятого по роману «Гарри Поттер».

Листы для обратной связи

Если ты:

За хорошее самочувствие.
За прекрасное настроение.
За красивый внешний вид.
За уверенность в завтрашнем дне.
За здоровье твоих будущих детей.
Оставь свой автограф здесь!

Если ты:

Против здорового внешнего вида.
Против активной жизни.
Против хорошего самочувствия.
Против крепкого здоровья своих детей.
Оставь свой автограф здесь. ●

Дополнительный материал см. в Личном кабинете

Педагогический университет
Первое сентября

Лицензия 77Л01 №0007183, рег. №036377 от 23.07.2015, выдана Департаментом образования г. Москвы

КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

(с учетом требований ФГОС и профстандарта педагога)

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПРИЕМ ЗАЯВОК

Формы обучения:

- ДИСТАНЦИОННАЯ
- ОЧНО-ЗАОЧНАЯ

Образовательные программы:

36 ЧАСОВ

72 ЧАСА

108 ЧАСОВ

для психологов:

- Психолого-педагогическая компетентность современного педагога: организация взаимодействия участников образовательного процесса
- Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога
- Сказкотерапевтические технологии в работе школьного психолога
- Психологическое консультирование: от диагностики к путям решения проблем
- Большая психологическая игра как метод и технология в работе психологов образования

УДОСТОВЕРЕНИЕ –

сразу после успешного выполнения итоговой работы!

Посмотреть полный перечень курсов и подать заявку можно на сайте: http://курсы.1сентября.рф

Горячие линии поддержки:

телефон: (499) 249-47-82 (с 10 до 17 по мск.)

электронный адрес: edu@1september.ru

Всем педагогам образовательных организаций, вошедших в проект «Школа цифрового века» (шцв.рф) предоставляется один 36-часовой курс по выбору бесплатно.