

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ №3

МЕТОДИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

№3 1-15 февраля 2011

основана в 1998 г.

psy.1september.ru



ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

Первое сентября

1september.ru

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Индексы подписки Почта России 79152 (инд.) 79606 (орг.) Роспечать 32898 (инд.)

32899 (орг.)

[в номере:]

КАЛЕНДАРЬ

4

Марина СТЕПАНОВА
**Романтическая наука
Оливера Сакса**

6



Александр ШАДУРА
**О жестоком
обращении с детьми**

10

Мария ЛУЧКО
Общение онлайн

13

Марина ШАРОВА
Первые успехи

15

Ольга ВОЛКОВА
**Из записок
о двух ангелочках**

17

методическая копилка

Евгений ПЯТАКОВ

История и самотерапия

19

Ольга РЕШЕТНИКОВА
**Психология
на фестивале науки**

32

Ульяна КУХАРЕВА
**Калейдоскоп
для педагога**

34

Наталья СОЛОВЬЕВА
**Секреты
Василисы Премудрой**

37

Наталья ЯРОШУК
Дело мастера Бо

40

КНИЖНЫЙ ШКАФ

42

Янина СТЕРНИНА
Дайте порулить!

44

ИНФОРМАЦИЯ

47



К материалам, помеченным этим символом,
есть дополнение на CD, прилагаемом к № 4/2011.

обложка Ивана Лукьянова

УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ЧИСТЫЕ ПРУДЫ»
Зарегистрировано ПИ № 77-7241 от 12.04.01
в Министерстве РФ по делам печати
Подписано в печать: по графику 13.01.11
фактически 13.01.11 Заказ №
Отпечатано в ОАО «Чеховский
полиграфический комбинат»
ул. Полиграфистов, д. 1,
Московская область,
г. Чехов, 142300

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:
ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165
Тел./факс: (499) 249-3138
Отдел рекламы: (499) 249-9870
www.1september.ru
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:
Телефон: (499) 249-4758
E-mail: podpiska@1september.ru

РЕДАКЦИЯ:

Главный редактор

Игорь Вачков

Вып. редактор Э. Тахтарова

Дизайн макета И. Лукьянов

Спец. корреспондент О. Решетникова

Худ. редактор В. Солдатенко

Комп. верстка О. Анфиногенова

Корректор В. Фомичева

Иллюстрации фотобанк Shutterstock

Тел. редакции: (499) 249-3410

Тел./факс: (499) 249-3138

E-mail: psy@1september.ru

psy.1september.ru

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

Роспечать: 32898 (инд); 32899(орг)

Почта России: 79152 (инд); 79606 (орг)

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Главный редактор:

Артем Соловейчик
(генеральный директор)

Коммерческая деятельность:

Константин Шмарковский
(финансовый директор)

Развитие, IT и координация проектов:

Сергей Островский
(исполнительный директор)

Реклама и продвижение:

Марк Сартан

Мультимедиа, конференции и техническое обеспечение:

Павел Кузнецов

Производство:

Станислав Савельев

Административно-хозяйственное обеспечение:

Андрей Ушков

Дизайн: Иван Лукьянов, Андрей Балдин

Педагогический университет:

Валерия Арсланьян
(ректор)

ГАЗЕТЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

Первое сентября – Е.Бирюкова

Английский язык – А.Громушкина

Библиотека в школе – О.Громова

Биология – Н.Иванова

География – О.Коротова

Дошкольное образование – М.Аромштам

Здоровье детей – Н.Сёмина

Информатика – С.Островский

Искусство – М.Сартан

История – А.Савельев

**Классное руководство
и воспитание школьников** – О.Леонтьева

Литература – С.Волков

Математика – Л.Рослова

Начальная школа – М.Соловейчик

Немецкий язык – М.Бузова

Русский язык – Л.Гончар

Спорт в школе – О.Леонтьева

Управление школой – Я.Сартан

Физика – Н.Козлова

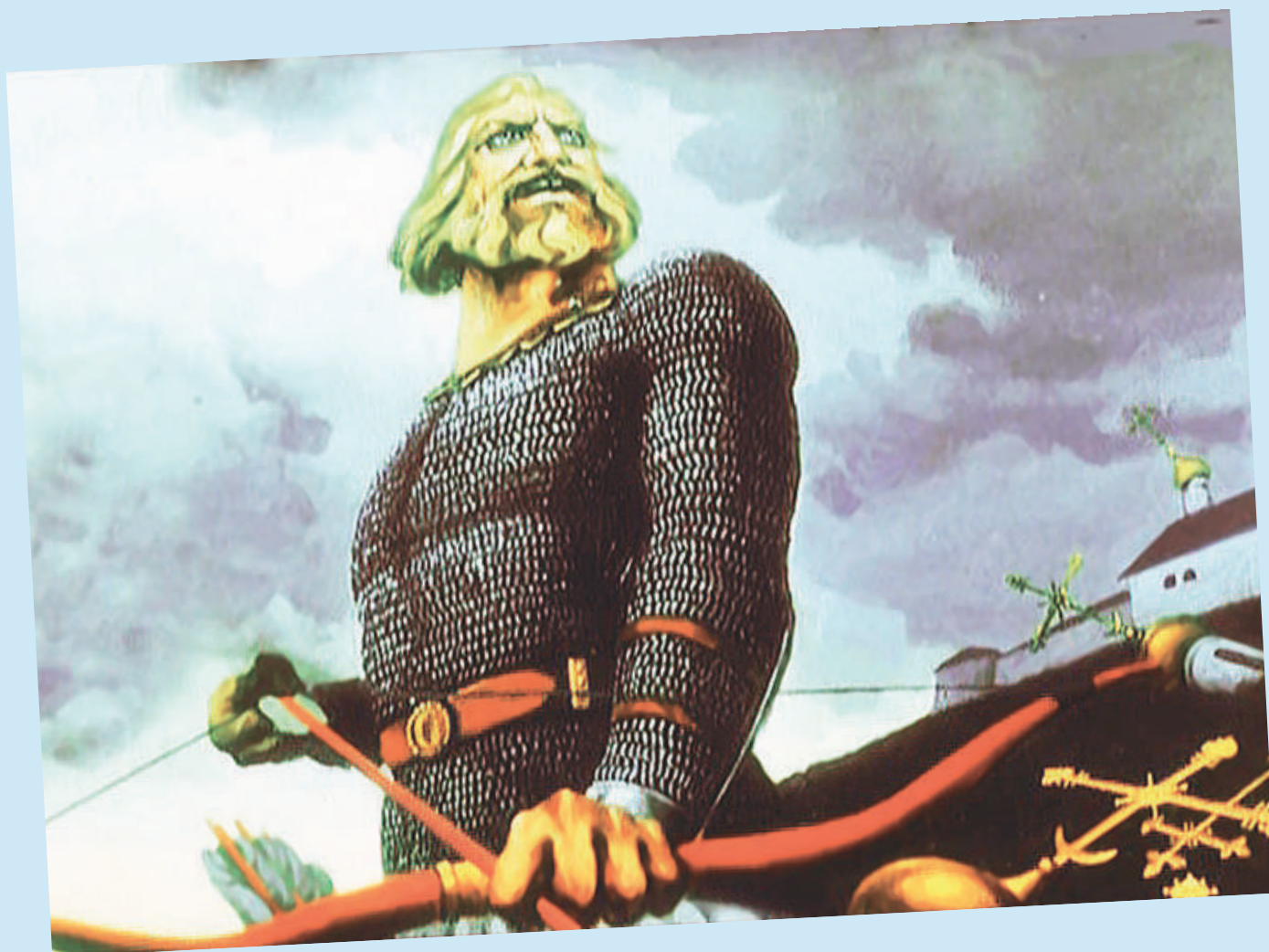
Французский язык – Г.Чесновицкая

Химия – О.Блохина

Школьный психолог – И.Вачков



Документооборот
Издательского дома «Первое сентября»
защищен антивирусной программой Dr.Web



Игорь ВАЧКОВ
главный редактор

Как много удивительных притч можно встретить в Интернете! Та, что помещена ниже, с поразительной точностью описывает позицию очень многих россиян. И даже некоторых психологов.

Один человек шел мимо некоего дома и увидел старушку в кресле-качалке, рядом с ней качался в кресле старичок, читающий газету, а между ними на крыльце лежала собака и тихонько скулила, как от боли.

Прохожий про себя удивился, почему же скулит собака, а хозяева ей

не помогут. На следующий день он снова шел мимо этого дома и увидел ту же картину. Озадаченный человек пообещал себе, что если увидит это и завтра, то спросит о причине у престарелой пары.

На третий день старушка все так же качалась в кресле, старичок по-прежнему читал газету, а собака на своем месте продолжала жалобно скулить. Прохожий больше не мог этого выдержать, открыл калитку и подошел к хозяевам.

— Извините, — обратился он к старушке, — что случилось с вашей собакой?

— С ней? — переспросила та. — Она лежит на гвозде.

Смущенный ее ответом, человек спросил:

— Если она лежит на гвозде и ей больно, почему она просто не встанет?

Старушка улыбнулась и сказала:

— Значит, голубчик, ей больно настолько, чтобы скулить, но не настолько, чтобы сдвинуться с места.

Может быть, нам тоже пора перестать скулить и жаловаться и для начала хотя бы встать с гвоздя и начать действовать? ●

[календарь]

**Рубрика «Календарь» не является рекламной, а носит информационный характер.
Просим все заинтересованные организации присылать в адрес редакции
сведения о мероприятиях для школьных психологов.
Информация будет опубликована бесплатно.**

Дата	Место проведения	Название	Условия участия	Организатор, ведущий	Контакты
15 – 16 февраля	Пенза	Международная научно-практическая конференция «Психология XXI века: теория, практика, перспектива»	оплата публикации	Российско-Армянский (Славянский) государственный университет, Витебский государственный медицинский университет, Пензенская государственная технологическая академия	(8412) 68-6845 E-mail: sociosphera@yandex.ru
15 – 16 февраля	Челябинск	Всероссийская интернет-конференция «Инновационные психолого-педагогические технологии в образовательном процессе»	300 руб.	Академия практической психологии и тренинга	(912) 798-3844 E-mail: vdy-55@mail.ru www.conf-a.narod.ru/index.htm
17 февраля	Махачкала (Дагестан)	I Международная научно-практическая конференция «Личность в меняющемся мире»	оплата публикации	Дагестанский государственный педагогический университет, кафедра общей и теоретической педагогики	E-mail: bars19832006@rambler.ru
17–18 февраля	Санкт-Петербург	II Международная конференция студентов и аспирантов «Психология: мир возможностей»	оплата публикации	Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина	(812) 346-55588 E-mail: stud_konf@psy-lgu.spb.ru
20 февраля	Махачкала (Дагестан)	I Всероссийские педагогические чтения «Педагогика и психология высшей школы»	оплата публикации	Дагестанский государственный педагогический университет, кафедра общей и теоретической педагогики	E-mail: bars19832006@rambler.ru
20 февраля	Березники (Пермский край)	Всероссийская заочная научно-практическая конференция «Качество жизни в современной России»	оплата публикации	Министерство образования и науки РФ, Березниковский филиал Пермского государственного университета	(912) 988-1121 E-mail: nauka@berezniki.psu.ru
21–23 февраля	Москва	Обучающая программа «Коррекционно-реабилитационная арт-терапия с проблемными детьми и родителями»	4000 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; канд. пед. наук Л.В. Богомолова (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru
22 февраля	Омск	IV Международная интернет-конференция «Профессиональное самосознание и экономическое поведение личности»	оплата публикации	Омский государственный технический университет, кафедра психологии труда и организационной психологии	(3812) 69-2648 E-mail: ast2@narod.ru
22 февраля	Москва	Семинар «Техники психологического консультирования: работа с травмой»	бесплатно	Центр социально-психологической адаптации и развития подростков МГППУ «Перекресток»	(495) 609-1772 E-mail: @perekrrestok.info
26 – 28 февраля	Санкт-Петербург	Семинар-тренинг «Психологическое консультирование подростков и молодежи»	4800 руб.	Институт практической психологии «Иматон»; канд. психол. наук А.Г. Грецов (Санкт-Петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru www.imaton.ru
28 февраля – 2 марта	Москва	Обучающая программа «Социально-психологические тренинги по разрешению педагогических конфликтов в школе»	4000 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; доктор филос. наук А.Б. Белинская (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru

Дата	Место проведения	Название	Условия участия	Организатор, ведущий	Контакты
28 февраля – 5 марта	Санкт-Петербург	Семинар-тренинг « Поведенческие расстройства у детей и подростков: беда или симптом? Психологическая работа с семьей » (I и II ступени)	9900 руб.	Институт практической психологии «Иматон»; И.А. Алексеева (Санкт-Петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru www.imaton.ru
15 марта	Москва	Семинар « Профилактика конфликтного поведения подростков »	бесплатно	Центр социально-психологической адаптации и развития подростков МГППУ «Перекресток»	(495) 609-1772 E-mail: @perekrestok.info
18 марта	Санкт-Петербург	VI Межвузовская научно-практическая конференция « Социальная психология сегодня: наука и практика »	600 руб.	Санкт-Петербургский гуманитарный университет профсоюзов, кафедра социальной психологии	E-mail: socpsykonf@gmail.com
24–25 марта	Луцк (Украина)	III Международная научно-практическая конференция « Здоровье, образование, наука и самореализация молодежи »	оплата публикации	Министерство образования и науки Украины, Волынский национальный университет имени Леси Украинки	(380332)22-1305 E-mail: nauka.riua@gmail.com www.univerua.rv.ua
29 марта	Москва	Семинар « Подростковая агрессия как психолого-педагогический ресурс »	бесплатно	Центр социально-психологической адаптации и развития подростков МГППУ «Перекресток»	(495) 609-1772 E-mail: @perekrestok.info
4–6 апреля	Мурманск	Всероссийская научно-практическая конференция « Актуальные проблемы психологии в образовании »	уточняются	Мурманский государственный педагогический университет	(8152) 213-819 E-mail: kafpsyh@mspu.edu.ru
10–11 апреля	Пенза	Международная конференция « Проблемы и перспективы развития образования в XXI веке: профессиональное становление личности »	оплата публикации	Российско-Армянский (Славянский) государственный университет, факультет бизнеса Высшей школы экономики (Прага), Пензенская государственная технологическая академия	(8412) 68-6845 E-mail: sociosphera@yandex.ru
14–15 апреля	Санкт-Петербург	Международная научная конференция « Социальная стратегия российской системы образования »	уточняются	Министерство образования и науки РФ, Российская академия образования, Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена	(812) 571-4662 E-mail: vorontsov@herzen.spb.ru
15–16 апреля	Пенза	Международная заочная конференция « Информационно-коммуникационное пространство и человек »	оплата публикации	МГУ имени М.В. Ломоносова, факультет государственного управления, Пензенская государственная технологическая академия	(8412) 68-6845 E-mail: sociosphera@yandex.ru www.sociosphera.ucoz.ru
15–16 апреля	Владивосток	Международная конференция « Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях »	уточняются	Владивостокский государственный медицинский университет, факультет клинической психологии	(4232) 99-0755 E-mail: rusl-kad@yandex.ru
19–20 апреля	Санкт-Петербург	Научно-практическая конференция молодых ученых « Развитие специального образования в современной России: психолого-педагогические аспекты »	300 руб.	Институт специальной педагогики и психологии	(911) 235-8063 E-mail: sptpib@wallenberg.ru



Романтическая наука Оливера Сакса

Марина СТЕПАНОВА

кандидат

психологических наук

*Теория, мой друг, суха,
но зеленеет жизни древо.
И.В. Гёте*

Некоторое время назад на страницах журнала «Иностранная литература» увидели свет несколько эссе Оливера Сакса под общим названием «Случаи из практики». Автор хорошим литературным языком описывал истории из собственного опыта врача-невролога, которые поражают своей необычностью и невольно заставляют поверить не столько в возможности современной медицины (диагностические и лечебные), сколько в силу человеческого духа. Причем включение в повествование специальных терминов нисколько не затрудняет чтение, скорее наоборот: освобождает от чувства недоверия ко всему сказанному.

Все вместе выступило доказательством того, что перед нами образец не только научной или научно-популярной литературы, но и художественное произведение, и автор его — специалист в области неврологии и нейропсихологии и писатель одновременно.

НА ПЕРЕКРЕСТКЕ ФАКТА И МИФА

На первый взгляд эта журнальная публикация сильно напоминает «Записки врача» Михаила Булгакова или Викентия Вересаева, которые

представляют собой удивительные истории исцеления от телесных недугов, к тому же облаченные в литературную форму повестей и рассказов. Однако такое впечатление складывается у человека, интересы которого ограничиваются лишь рамками художественного текста. Даже мало-мальски знакомый с азами научной психологии читатель не мог не обратить внимание на особый стиль изложения Оливера Сакса. В отличие от привычных научных текстов с подробным описанием экспериментов и результатов наблюдений, главным действующим лицом историй Сакса выступает «личность в борьбе с недугом». Автор представляет истории не болезни, а жизни людей, вынужденных справляться с выпавшими на их долю испытаниями, жить и работать вопреки тяжёлым и малоизвестным, а потому почти не подвластным медицине болезням нервной системы.

Спустя несколько лет на русском языке вышла книга Оливера Сакса «Человек, который принял жену за шляпу», куда вошли две дюжины случаев из его врачебной практики. В предисловии к русскому изданию автор признается, что главным источником вдохновения при написании книги стал А.Р. Лурия. Они не встречались лично, но переписывались, начиная с 1973 года и вплоть до кончины Лурия в 1977 году. Труды создателя нейропсихологии стали настольными для Сакса, но

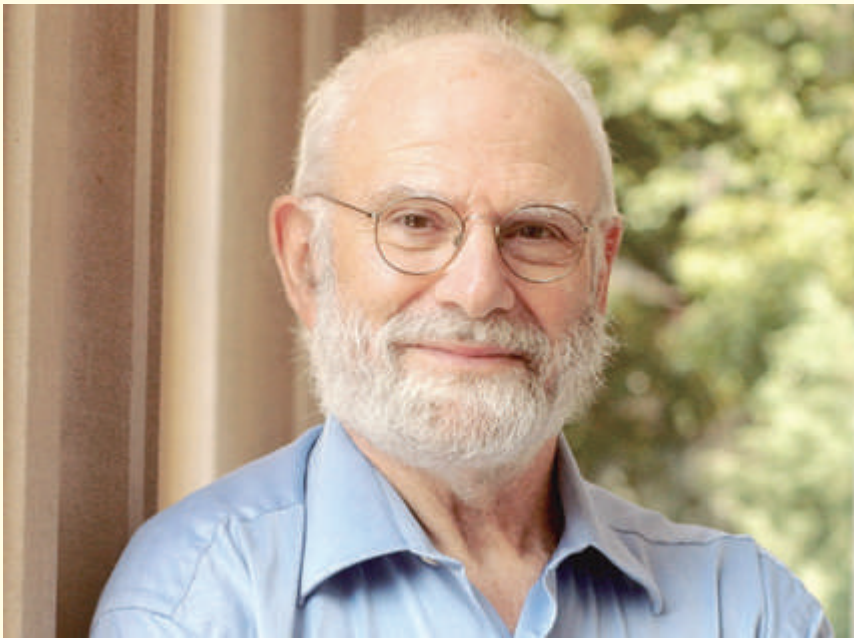
особую роль в становлении его профессиональных взглядов сыграли работы Лурия «Маленькая книжка о большой памяти» и «Потерянный и возвращенный мир». Именно они способствовали появлению романтической науки Оливера Сакса, состоящей из описаний случаев и судеб, находящихся «на перекрестке факта и мифа», судеб людей, которые смогли вернуться к нормальной жизни.

Постижение идей Оливера Сакса можно начать с чтения его собственных книг или со знакомства с некоторыми фактами из жизни и творчества ученого, заложившего основы романтического подхода к строгим психологическим данным, вроде бы никак не совместимым с романтикой. Второй путь помогает восстановить историческую логику развития научного знания и более адекватен поставленной задаче.

ЖИВОЕ ЦЕЛОЕ

В 1982 году, уже после смерти Лурия, была опубликована его научная автобиография «Этапы пройденного пути».

Это небольшое издание было задумано им самим как последовательный перечень проблем, которые он разрабатывал, итог его продуктивной жизни в науке. «Последняя книга» (а именно таким было первоначальное название этого труда) — «есть история моих дел, которые я смог совершить». Заключительная



Фотографии с сайта <http://www.myspace.com/keemytarmac>

глава «Романтическая наука» намечает перспективы последующих психологических исследований, которые должны обеспечить лучшее понимание живой реальности. В своем понимании романтической науки Лурия отталкивается от идей Макса Ферворна.

Немецкий исследователь прошлого века Макс Ферворн предложил разделить ученых на две группы: классиков и романтиков. Эти типы ученых отражают, во-первых, отношение ученого к науке и, во-вторых, его личные качества.

Классические ученые последовательно изучают явления и формулируют общие законы. Результат их труда — сведение живой действительности к абстрактным схемам. Романтические ученые отказываются от расчленения реальности и попыток рассмотрения ее с точки зрения существующих в науке классификаций и схем. Свою главную задачу они видят в сохранении богатства конкретных явлений как таковых.

По мнению Лурия, оба подхода не лишены недостатков, что значительно затрудняло выбор в пользу одного из них, и тогда ученый попытался совместить в своей работе преимущества классического и романтического типов исследования. Лурия добавляет, что иногда открывалась возможность целиком посвятить себя романтическому стилю. В.П. Зинченко утверждает, что

именно потому, что Лурия до конца жизни оставался романтиком, он смог стать классиком: анатомируя реальность, он не утрачивал перспективы живого целого. Не исключено и обратное: он смог стать романтиком благодаря тому, что был классиком.

В любом случае именно сочетание двух подходов открыло перед Лурия возможность разработать требования к научному наблюдению, которое не сводится к описанию отдельных фактов, а предполагает их анализ с различных точек зрения. Такое наблюдение, с одной стороны, достигает цели исследования классических ученых, то есть объясняет факты, а с другой — сохраняет богатство эмпирического материала, что отвечает установкам романтических ученых.

Результаты «романтических исследований» нашли отражение в двух книгах, на которые обратил внимание Оливер Сакс.

«Я БУДУ БОРЬСЯ ДАЛЬШЕ»

В работах «Маленькая книжка о большой памяти» и «Потерянный и возвращенный мир» Лурия показал, как одна особенность психики оказывается решающей и тем самым определяющей формирование личности в целом. Он поставил перед собой задачу сначала тщательно изучить эту особенность человека, а затем вывести из нее остальные черты

его личности. Он писал: «Имея дело с больными, мы никогда не должны забывать, что речь идет о человеческой жизни, а не о статистической абстракции, которая подтверждает или опровергает теорию».

Героем первой книги стал известный мнемонист С.В. Шерешевский, обладавший исключительной памятью. Однако главной задачей для Лурия было исследование не самой памяти как таковой, а ее влияния на формирование личности. Благодаря невероятной памяти Шерешевский быстро справлялся с задачами, легко представляя в воображении их условия, но те же самые яркие образы затрудняли понимание текста и абстрактных схем. Будучи мечтателем и фантазером, он с трудом отличал реальность от собственного вымысла.

Вторая книга, «Потерянный и возвращенный мир», посвящена человеку, получившему тяжелое ранение теменных отделов левого полушария. Этот человек забыл свое имя и свой адрес, потерял ощущение собственного тела, его мир распался. Как он впоследствии написал, у него долгое время не было никаких следов памяти. Он заново учился писать и читать, начал вести дневник под названием «Я буду бороться дальше».

Лурия признавался, что хотел бы написать серию подобных книг. Интересно, что в автобиографии



увидевшие свет работы он называет книжками (это нашло отражение в названии первой из них), подчеркивая тем самым их скромное место в масштабе своих замыслов. Однако он прекрасно понимал, что это потребует десятилетий изучения «невыдуманных историй» и с грустью добавлял, что такой возможности у него уже нет.

СЧАСТЛИВАЯ СЛУЧАЙНОСТЬ

Лурия действительно не успел сделать многое из задуманного, но у него оказались преданные ученики и верные последователи. Романтические труды Оливера Сакса приобрели мировую известность, и не только среди узкого круга специалистов. Сегодня и у российского читателя появилась возможность познакомиться с его поучительными историями.

Оливер Сакс — один из самых известных зарубежных исследователей в области нейропсихологии, живет в США.

В детстве он мечтал пойти по стопам матери и стать хирургом. Эта профессия, в отличие от других медицинских специальностей, привлекала его незамедлительной наглядностью результатов. Однако, признавая за собой природную неповоротливость, Сакс отказался от профессии хирурга и остановил свой выбор на неврологии. Трудно сказать, каким бы он был хирургом — не исключено, что не менее

успешным, чем его мать, но вклад Оливера Сакса в лечение заболеваний нервной системы настолько велик, что предпринятый им шаг следует рассматривать как счастливую для всех нас случайность. Следует отметить и сильное личностное влияние отца, тоже врача, который большое внимание уделял общению со своими пациентами. В одной из

Познакомившись с историями моих пациентов, читатель увидит, что неврология не сводится к безличной, полагающейся главным образом на технологию науке, что в ней есть глубоко человеческий, драматический и духовный потенциал.

Оливер Сакс,
2003 год

своих книг Сакс упоминает, что в возрасте под девяносто отец все еще не собирался уходить на покой.

В 1968 году Сакс познакомился с переведенной на английский язык «Маленькой книжкой о большой памяти» и спустя два года сам выступил в качестве автора романтических эссе. Он отмечал, что, работая с пациентами и описывая их судьбы, под влиянием луриевских идей он пришел к собственной романтической науке. В 1973 году выпустил книгу «Пробуждение», посвятив ее Лурия. Интересно, что впоследствии эта книга была экранизирована, а также легла в основу театральных постановок.

Справедливости ради следует сказать, что на страницах работ Сакса, наряду с А.Р. Лурия, довольно часто встречаются имена как зарубежных ученых — Ч. Шеррингтона, З. Фрейда Ф. Ницше, К. Гольдштейна и др., так и российских — Р.А. Лурия, А.Н. Леонтьева, П.К. Анохина, Н.А. Бернштейна. Что касается А.Р. Лурия, то ссылки на его идеи носят отнюдь не формальный ха-

рактер и есть все основания утверждать, что налицо отношения Учителя и Ученика. В качестве примера достаточно обратиться к одной из описанных Саксом историй.

Речь пойдет о «Заблудившемся мореходе» — старце, считающем себя 19-летним юношей.

В этом эссе Сакс цитирует отрывки из своей переписки с Лурия, когда на свой конкретный вопрос о восстановлении памяти получает обстоятельный ответ. Лурия отмечает, что человек состоит не только из памяти, у него есть чувства, воля, мораль и здесь, «вне рамок безличной психологии», стоит искать способ достучаться до человека и помочь ему. Слова Лурия звучат как напутствие исследователям настоящего и будущего: «С точки зрения нейропсихологии сделать почти ничего нельзя, но в области человека и человеческого, возможно, удастся многое».

БЕЗВЕСТНЫЕ ГЕРОИ НЕВРОЛОГИИ

К настоящему времени на русском языке вышли две книги Оливера Сакса, каждая из которых представляет собой описание историй его пациентов. Первая — «Человек, который принял жену за шляпу» и вторая, опубликованная совсем недавно и включающая семь врачебных историй, — «Антрополог на Марсе». Обе признаны международными бестселлерами.

У всех этих историй есть по меньшей мере три существенные особенности. Во-первых, будучи по своему содержанию историями болезни, они в то же время являют собой примеры художественного повествования. В пользу этого свидетельствуют и обращения самого Сакса к мировой литературе. Во-вторых, главным действующим лицом всех без исключения историй является человек, а не его болезнь. И наконец, чем бы ни заканчивались эти истории (а не стоит забывать, что в них речь идет о больных людях), после их прочтения не остается чувства безысходности, а наоборот — укрепляется вера в то, что душевное здоровье человека не зависит напрямую от здоровья телесного.

Чтобы получить представление о собранных Саксом историях из врачебной практики, достаточно обратиться к некоторым из них.





Название первой книги дано по названию одной из историй. Ее герой — известный музыкант и преподаватель консерватории — страдал от глубокой зрительной агнозии, при которой нарушается способность к образному мышлению и уходит переживание конкретной чувственной реальности. Он не мог идентифицировать перчатку как перчатку и называть ее мешочком, «в который кладут все, что влезет», а разглядывая фотографии, видел только детали. Выходя из дома, он в поисках шляпы схватил свою жену за голову и попытался приподнять ее, чтобы надеть на себя — он принял жену за шляпу! При этом жена оставалась спокойной, что говорило о том, что она привыкла к таким вещам. Единственное, что помогало профессору совершать самые обычные повседневные действия, — он выполнял их, напевая, и для каждого действия нашлась своя мелодия. Музыка выступала главным содержанием его жизни, что особенно остро проявилось в условиях болезни.

Другая история («Бестелесная Кристи») — о молодой женщине, потерявшей всю проприорецепцию, от макушки до пяток, которую сама пациентка называла глазами тела. Ей пришлось с помощью зрения и слуха, вестибулярной обратной связи заново учиться ходить, осваивать все движения, заниматься повседневными делами, ставить голос. Кристина выжила, и Сакс причисляет ее к когорте безвестных героев неврологии.

Однако, восстановив действие, она утратила бытие, ибо, по удивительно точному замечанию Сакса, никакие высоты духа не могут справиться с абсолютным молчанием проприорецепции.

Главное лицо еще одной истории — художник, который вследствие травмы перестал различать цвета («История художника с цветовой слепотой»). Причем дело не ограничилось тем, что томатный сок стал казаться черным, а любимый коричневый пес — грязно-серым. Еда потеряла для него вкус, ибо приобрела серый цвет, и он стал отдавать предпочтение белому йогурту, черному кофе и черным оливкам. Жена перестала его возбуждать, ибо кожа ее стала напоминать «крысиную». По его собственным словам, он жил в «свинцовом» мире, в котором даже радуга казалась невыразительным полукругом. Теперь он мог рисовать только черно-белые картины, которые выдавали его страх и отчаяние. Сакс вынужден был признать, что полноценной жизнью художник живет только в студии, за пределами которой мир остается серым, пустым и чуждым.

НЕВРОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

После прочтения книг Оливера Сакса остается странное ощущение причастности к чему-то нереальному, которое, однако, сразу развеивается, стоит только обратиться не к явлениям, а к их объяснению.

Так кто же он все-таки: врач или писатель-фантаст?

Сакс сам дает ответ на этот вопрос. Будучи в равной степени теоретиком и рассказчиком, ученым и романтиком, он исследует одновременно личность и организм и видит два начала в человеческом существовании. Сравнивая человека с животным, Сакс замечает, что животные тоже подвержены различным заболеваниям, но только у человека болезнь превращается в способ бытия.

Общаясь со своими пациентами, Сакс пытается понять, можно ли, имея дело с больными людьми, говорить об истории их жизни, а не болезни. Он анализирует, как родился жанр истории болезни, который представлял собой описание истории ее течения от появления первых симптомов до благополучного или смертельного исхода. Сакса не устраивает, что в этом случае не остается места субъекту и в анамнезах лишь вскользь упоминается о конкретном индивиде. Он призывает к тому, чтобы на фоне естественных процессов заметить живого человека, который переживает, страдает и старается справиться с собственным болезненным состоянием. Тогда появляется субъект — реальная личность, а духовное выступает во взаимосвязи с физическим.

По мнению Сакса, если болезнь затрагивает личность, то исследование болезни становится неотделимым от изучения индивидуальности и характера. Возникает необходимость создания особой научной дисциплины — неврологии личности.

Оливеру Саксу удалось показать, что болезни и недуги выполняют не только разрушающую, но и созидательную функцию. Их парадоксальная роль состоит в том, что они вызывают к жизни скрытые силы организма. Человек преодолевает свою болезнь благодаря тому, что оказывается в состоянии перестроиться и адаптироваться в соответствии с возникшими нарушениями. Чтобы это заметить, недостаточно изучать больного в условиях медицинского учреждения, необходимо наблюдать за ним в естественных повседневных условиях.

Об этом же писал А.Р. Лурия, пытаясь возродить традиции романтической науки; и эта идея выступила в качестве основополагающего принципа работы со своими пациентами Оливера Сакса. ●



О жестоком обращении с детьми

Уровни риска и критерии оценки

Александр ШАДУРА

психотерапевт,

Москва

В последнее время в России стали все больше говорить об актах насилия над детьми. Здорово, что в данном случае слова подкрепляются реальными делами и существенными финансовыми вложениями со стороны государства в сферу защиты детей от жестокого обращения. Заявляю об этом со всей ответственностью как эксперт Национального фонда защиты детей от жестокого обращения с 5-летним стажем, до этого поработавший в государственных органах социальной защиты. При всей неоднозначности государственной политики в этой сфере происходящее сейчас очень важно с точки зрения развития всего нашего общества и требует активного включения всех граждан в работу по профилактике и преодолению насилия над детьми. Ибо чужих детей не бывает.

ОТСУТСТВИЕ ИНФОРМАЦИИ

Одним из главных препятствий на пути преодоления проявлений жестокости по отношению к детям является крайне низкая осведомленность людей об этой проблеме. Многие не знают, каким бывает насилие и какие последствия оно за собой влечет. Не знают об этом в том числе и специалисты, работающие с детьми: педагоги и психологи.

Возлагать всю ответственность за работу по предотвращению насилия только на социальных работников — значит, обречь ее на неудачу. Впрочем, от школы тоже требуют активной деятельности в этой сфере, но вот только информации не хватает категорически. Эта статья — попытка хотя бы немного помочь преодолеть имеющуюся нехватку информации, чтобы психологи смогли использовать это знание как для своей работы, так и в деле просвещения учителей и родителей. Тем самым они еще раз продемонстрируют свою полезность, что при нынешнем отношении к психологу в образовании совсем не лишнее.

Я опираюсь не только на свой опыт и материалы собственных зарубежных стажировок, но и на две книги,

которые не попали к читателям из-за того, что были изданы некоммерческой организацией:

Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком: причины, последствия, помощь. — М.: Генезис, 2005. Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2010.

Райкурс Дж. С., Хьюз Р.С. Социально-психологическая помощь детям группы риска: практическое пособие. Т. 1. Концептуальные основы социальной работы с детьми. — М.: Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения, 2008.

Может быть, вы сможете их получить, обратившись непосредственно в Национальный фонд защиты детей от жестокого обращения: www.sirotsvo.ru. Этот материал был представлен в виде доклада в рамках VI Всероссийской недели школьной психологии в г. Сочи в июне 2010 года.

КОНЦЕПЦИЯ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ РИСКА

Жестокое обращение с детьми — любое действие или поступок со стороны родителей или других взрослых, которые влекут за собой риск нанесения детям серьезной физической или психологической травмы.

Обычно выделяют четыре вида жестокого обращения:

- физическое насилие;
- пренебрежение нуждами (потребностями) ребенка;
- сексуальное насилие (злоупотребление);
- эмоциональное насилие.

Здесь стоит заметить, что эмоциональное насилие может быть связано с физическим насилием или пренебрежением потребностями детей либо выступать как самостоятельный психологический феномен.

Эмоциональный вред, наносимый детям без сопутствующих видов жестокого обращения, к сожалению, часто оказывается вне правового поля органов защиты детства. Этот вид жестокого обращения стал рассматриваться

в качестве самостоятельного относительно недавно, тем не менее в ряде стран (например, в Швеции) эмоциональное насилие по отношению к детям в виде, например, крика, преследуется по закону.

Наши суды сейчас обычно отказываются рассматривать эмоциональное насилие как нанесение вреда ребенку. И все же нужно обращать внимание людей на то, что эмоциональное насилие может иметь фатальные последствия для ребенка, пусть они не всегда проявляются сразу.

В последние несколько лет в России предпринимается попытка сделать социальную работу скорее профилактической, выявляя риск жестокого обращения тогда, когда ребенку еще не нанесен значительный ущерб. Для этого была **РАЗРАБОТАНА КОНЦЕПЦИЯ РАННЕГО ВЫЯВЛЕНИЯ РИСКА ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ В СЕМЬЕ, ПРЕДПОЛАГАЮЩАЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕ СЛЕДУЮЩИХ ШАГОВ:**

1. Первичный сигнал о возможном жестоком обращении.
2. Открытие случая.
3. Проверка сигнала и оценка уровня риска ЖО и безопасности детей в семье.
4. Составление и обеспечение вместе с родителями/опекунами плана безопасности детей в семье.
5. Составление плана реабилитации.
6. Реабилитационные мероприятия.
7. Закрытие случая.

При этом 5-й и 6-й пункты применяются исключительно для тяжелых случаев, когда ситуация требует значительных изменений поведения в семье и когда дети длительное время подвергаются жестокому обращению, что уже привело к появлению отрицательных последствий в их состоянии и поведении. Но по мере того как эта система начинает работать, таких случаев становится все меньше, поскольку вмешательство на ранней стадии позволяет обеспечить безопасность ребенка минимальными средствами и затратами.

Конечно, для этого требуется время, но, как показывает опыт некоторых российских регионов, эта система начинает давать отдачу (при профессиональном подходе и последовательности в применении) в течение нескольких месяцев. Однако грамотно ее использовать надо учиться.

УРОВНИ РИСКА ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ

Высокий риск: предполагается, что, если не вмешаться в ситуацию и ребенок будет оставлен в семье, существует большая вероятность причинения ему серьезного вреда вплоть до нанесения увечий или доведения до смерти. Конструктивные схемы поведения родителей не сформировались либо семейные обстоятельства препятствуют их применению.

Умеренный (средний) риск: предполагается, что, если ребенок останется в семье, ему определенно может быть причинен вред. При этом отсутствуют признаки, указывающие на то, что ребенку грозит непосредственная опасность серьезных физических травм или смерти. Это значит, что, несмотря на присутствие факторов риска, в семье используются конструктив-

ные схемы поведения родителей и наличествуют другие факторы безопасности, которые в определенной степени позволяют держать уровень риска под контролем.

Низкий (нулевой) риск: предполагается, что ребенку в семье ничто не угрожает и вмешательства органов защиты детства не требуется.

Некоторые авторы (И. Алексеева, И. Новосельский) выделяют **критический уровень риска**, когда необходимо немедленно изъять ребенка из семьи ввиду непосредственной угрозы его жизни и здоровью. На мой взгляд, этот термин является избыточным, поскольку высокий риск также предполагает максимальные меры по защите ребенка, которые иначе чем изъятием из семьи не обеспечить.

Сам по себе процесс оценки риска требует от специалиста особой подготовки, поскольку не является линейным и строго количественным. Факторы риска обычно оцениваются и ранжируются независимо друг от друга, однако общий риск причинения ребенку вреда является результатом взаимодействия всех имеющихся факторов.

Несколько факторов умеренного риска могут в совокупности дать картину высокого риска, а присутствие одного сильного нейтрализующего фактора или факторов безопасности может снизить оценку риска с высокой на низкую.

Для того чтобы проводить такую оценку, мы должны опираться на поведенческие и эмоциональные показатели разных видов насилия. Рассмотрим их более подробно.

ФИЗИЧЕСКОЕ НАСИЛИЕ

В общем понимании физическое насилие — это применение к ребенку любого физического воздействия, приводящего к возникновению травм. Отдельно выделяются:

- преднамеренное нанесение ребенку физических травм и телесных повреждений;
- применение регулярных физических наказаний.

О факте физического насилия обычно свидетельствуют характерные физические повреждения у ребенка. Но даже если мы их не видим, мы все равно можем предположить, что по отношению к ребенку применяется физическое насилие, обратив внимание на следующие факторы.

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ

Ранний возраст

- Ребенок может вести себя отстраненно, замыкаться в себе, не проявлять любопытства, быть чрезмерно уступчивым; у него могут возникать проблемы с налаживанием отношений с другими людьми.

- Он может «безнадежно» хныкать, плакать, не ожидая утешения. Воздерживается от обращения к взрослым за помощью.

- Не проявляет никаких чувств, в то же время внимательно наблюдает за происходящим вокруг (состояние «холодной наблюдательности»).

- Ощущает неловкость или проявляет страх перед физическим контактом.

- Может вести себя так, как будто страдает аутизмом. Не в состоянии нормально взаимодействовать с другими людьми и реагировать на окружающие предметы. Часто дети, подвергшиеся или подвергающиеся физическому насилию, значительно отстают в развитии.

- Демонстрирует полную беспомощность и зависимость от взрослых, в то же время будучи неспособным к формированию нормальной привязанности к любому взрослому человеку.

- Никак не реагирует на боль или обиду, не показывает удовольствие от приятных ощущений. Не улыбается и не играет.

Дошкольный возраст

- Ребенок может быть робким или пугливым. Дети вжимают голову в плечи, съеживаются, вздрагивают, уходят из помещения, отодвигаются или иначе показывают свой страх перед родителями.

- Может проявлять чрезмерное желание угодить, настойчиво добиваться похвалы или ласки, пытаться завязать дружеские отношения со всеми взрослыми, в том числе и с незнакомыми.

- Может изо всех сил стараться удовлетворить малейшие прихоти родителей. Может «лгнуть» к родителю, подвергающему его насилию, активно выражать свою любовь словами (ролевая инверсия).

- Могут наблюдаться физические признаки стресса и тревожного состояния, включая физическое недомогание и регрессивное поведение.

- Ребенок может вести себя агрессивно по отношению к другим детям, закатывать истерики или быть чрезмерно обидчивым.



Младший школьный возраст

Для школьников характерны те же признаки, что и для дошкольников. Кроме этого:

- Ребенок может взять на себя роль взрослого в своих отношениях с родителями. Часто ведет себя как заботливый маленький помощник, демонстрирует чрезмерную озабоченность, когда родитель в плохом настроении, и необычайно уступчив и послушен.

- Проявляются трудности в общении с детьми и взрослыми. При этом ребенок может пытаться манипулировать другими или вести себя отстраненно и неприступно. Может проявлять злобу, агрессию и закатывать истерики.

- Внешне гиперактивен, рассеян, не может сосредоточиться, демонстрирует другие признаки хронического тревожного состояния.

- Ребенок может проявлять страх перед родителями, а может демонстрировать отсутствие страха и наплевательское отношение к замечаниям со стороны родителей и других взрослых.

- Носит одежду не по сезону или большего размера, чтобы скрыть следы полученных травм.

Подростковый возраст

- Склонность к вранью, воровству, агрессивное поведение.

- Злоупотребление алкоголем или наркотиками.

- Прогулы, неоднократные попытки сбежать из дома и отказ возвращаться домой.

- Общие трудности с налаживанием и поддержанием межличностных отношений.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Если педагог или психолог заметил какие-либо из этих проявлений, то стоит сообщить в социальную службу. Если таковой нет — попробовать самим аккуратно поговорить с ребенком, попытавшись выяснить, не кроется ли за его изменениями факт насилия. В любом случае, мы не должны оставаться в стороне, но следует проявлять деликатность.

Здесь может возникнуть ценностный конфликт между принципом конфиденциальности и необходимостью защитить ребенка. И к решению этого вопроса нужно подходить взвешенно, прежде всего оценивая степень реальной угрозы, существующей для ребенка, и то, насколько ситуация насилия является травматичной для него.

Если мы считаем, что ребенку действительно может быть нанесен вред, то стоит открыто заявить ему о том, что вы не можете сохранить эту информацию в тайне и вынуждены сообщить о факте насилия, но готовы помочь ребенку справиться с последствиями раскрытия этого факта.

Очень важно объяснить ребенку мотивы вашего решения и объяснить ему, какими могут быть последствия, если этого не сделать. Таковы общие правила поведения специалиста в этой ситуации, а разговор о других видах насилия и особенностях оценки риска мы продолжим обсуждать в следующих номерах. Удачи и до встречи! ●



Дополнительные материалы к статье вы найдете на диске-приложении к № 4/2011.

Общение онлайн

Сопровождение профессионального становления личности студента



Мария ЛУЧКО

педагог-психолог,
ГОУ СПО «Строительный
колледж № 26»,
Москва

*Секрет счастья простой:
выясни, чем ты действительно
любишь заниматься,
и все свои силы отдай
этому занятию.*

*Если ты помотришь
на самых счастливых,
самых здоровых
и самых удовлетворенных
жизнью людей
на нашей планете,
то увидишь, что все они
без исключения нашли
свое призвание в жизни
и все время отдавали ему.*

Робин Шарма

Современный социум становится все более жестким и агрессивным, он требует от человека максимальной концентрации. В связи с этим возрастает потребность в благоприятной обстановке на учебе и работе как источнике эмоциональной поддержки и психологической защиты.

И психологическая наука, и педагогическая практика признают тот факт, что сопровождение профессиональной ориентации играет важную роль в жизненном самоопределении подростка.

Актуальность постановки этой проблемы именно в системе среднего профессионального образования обусловлена особенностью воз-

растных новообразований старшего подросткового возраста. Подростки очень тонко чувствуют настрой современного общества, точнее сказать — состояние современного общества отражается на ценностях современной молодежи. Именно в период перехода от подросткового к раннему юношескому возрасту начинается активная фаза личностного и профессионального становления. Особенно ярко выражена данная возрастная характеристика в системе среднего профессионального образования, так как подростки уже совершили свой первый профессиональный выбор и нуждаются в поддержке и помощи со стороны родителей и педагогического коллектива колледжа.

Психологической службе колледжа необходимо не только учить, но и использовать новые возможности, связанные с появлением современных информационных технологий. Именно поэтому для работы психолога по профессиональной ориентации студентов, наряду с диагностическим материалом, консультациями обучающихся, занятиями в тренинговой форме, посвященными жизненному самоопределению, нами был разработан инновационный проект — психолого-педагогическое сопровождение обучения студентов посредством интернет-технологий (далее ППС-ИТ).

Проjekt ППС-ИТ был создан советом молодых специалистов — педагогов-психологов для системы среднего профессионального образования, который успешно реализуется в нашем колледже, являясь одной из важных составляющих работы психологов в процессе профессионального и личностного становления студентов.

Суть проекта ППС-ИТ заключается в том, что мы приглашаем обучающихся и их родителей, а также преподавателей нашего колледжа к беседе с психологами в комфортной для диалога обстановке, где они могут обратиться со своей личной проблемой и получить необходимую профессиональную психологическую поддержку для ее разрешения. Беседа проходит конфиденциально, в режиме онлайн.

Инновационный проект даст нам следующие возможности:

Во-первых, сделать общение с психологом более доступным и комфортным для студентов, их родителей, преподавателей, оно будет восприниматься как естественное, регулярное и интересное занятие. Это позволит им разумно относиться к своим неудачам, мудро — к своим кризисам и ошибкам, радостно — к своим достижениям и победам.

Во-вторых, повысить качество самого консультирования за счет

общения через Интернет (опосредованного общения) и, как следствие, увеличить временной ресурс для получения студентом обратной связи от психолога. У молодого специалиста есть возможность, при необходимости, проконсультироваться с коллегами по поводу рекомендации, что сделает психологическое сопровождение наиболее качественным.

Наши абитуриенты на сайте колледжа в разделе «Психологическая служба» могут пройти диагностику, направленную на профессиональное самоопределение в режиме онлайн и сразу же получить результат в виде рекомендации по выбору профессии, где они смогут в наибольшей степени реализовать себя и свои способности.

Основное внимание в проекте ППС-ИТ мы уделяем вопросу профессионального развития личности и поддержке профессиональной карьеры обучающихся. Психологическая поддержка профессио-

нального становления студентов является ключевой задачей учебно-воспитательного процесса, которая помогает подростку раскрыть свой потенциал и реализовать себя в процессе обучения.

Главная проблема, с которой сталкиваются подростки, когда они приходят в колледж, — это несовпадение идеалистического представления о своей профессии с ее реальными требованиями. Как следствие этого — пропуск занятий отдельными студентами, а также отклоняющееся от нормы поведение. Все это свидетельствует о внутренней напряженности, которую студент еще не может или боится обнаружить.

Статистика показывает, что старших подростков очень волнуют взаимоотношения в личностной и профессиональной сфере. Часто возникает вопросы: *«Куда пойти работать?»*, *«Зачем я учусь?»*, *«Почему так трудно учиться?»*.

В рамках данного проекта уделяется большое внимание также выпускникам колледжа. После по-

ступления на работу выпускник в период адаптации в новом коллективе может воспользоваться нашей психологической поддержкой в режиме реального времени. Данный вид консультирования поможет молодому человеку разрешать трудные ситуации как в личностной, так и в профессиональной сфере и просто почувствовать понимание и поддержку.

Данное направление работы очень перспективно для психолого-педагогического сопровождения профессионального становления личности, так как позволяет расширить границы работы со студентами. Такое взаимодействие позволяет нам говорить с детьми на «их территории», и, возможно, именно такими средствами мы достигнем наибольшего взаимопонимания. Это поможет нам выйти на качественно новый уровень развития психолого-педагогического сопровождения учебной деятельности в системе среднего профессионального образования. ●



Первые успехи



Марина ШАРОВА

кандидат психологических наук,
педагог-психолог, логопед

e-mail:

sharova.marinal3@yandex.ru

(для заинтересованных
и неравнодушных)

Однажды ко мне на консультацию пришла очаровательная мама, окончательно потерявшая надежду на помощь специалистов и веру в образовательные учреждения, с ребенком 8 лет. Одного взгляда на мальчика было достаточно, чтобы понять «букет» диагнозов: проблемы с речью, общением, эмоциональной и интеллектуальной сферами. Проведя детальную психолого-логопедическую диагностику уровня развития интеллекта, речи, готовности к школе, нейрофизиологические пробы, я поняла, что, к сожалению, не ошиблась.

ИЗ ПРОТОКОЛА ОБСЛЕДОВАНИЯ (20 апреля 2010 г.): **Моторика** — ребенок очень астенизирован, мышечная масса недостаточна, снижены как макро-, так и микромоторика. Графический правша, но скрытый левша. Мелкая моторика не развита (карандаш падает из рук), не может раскрашивать. Речь — эхолалия, дизартрия, ОНР (общее недоразвитие речи), ФФН (фонетико-фонематическое недоразвитие речи), ЗППР (задержка психического и речевого развития). Есть понимание обращенной речи, но разговорная речь затруднена.

Готовность к школе — не сформирована, произвольность некоторых действий отмечается (способность выполнять команды учителя), буквы и цифры знает, может читать слоги, математические действия не производит, самоконтроль отсутствует, задания на логику («Четвертый лишний», «Назови одним словом») не решает. Ребенок не посещал детский сад, у него не сформированы навыки общения, присутствуют капризы и поведенческие реакции на незнакомых взрослых.

Аутическая симптоматика.

Необходимо было срочно решать вопрос: в каком образовательном учреждении и по какой программе обучать ребенка. Множество комиссий, инстанций и

школ, которые прошли мама с ребенком, вынесли вердикт: коррекционная школа VIII вида (для умственно отсталых детей). Ни один специалист не захотел взять на себя ответственность и подарить малышу шанс на полноценную жизнь.

У нас в запасе были 4 летних месяца, и мы решили попытаться счастья, сделать почти невозможное — подготовить ребенка к обучению в массовой школе.

В данной ситуации есть три слагаемых успеха: серьезный, грамотный психолого-логопедический интенсив, постоянная отработка учебного материала дома, медикаментозная поддержка. Главный принцип нашей работы — это систематичность. Вместе с мамой и врачом мы приступили к занятиям. Изо дня в день мы преодолевали колоссальные трудности, терпеливо формировали те навыки и функции, которые не были развиты вовремя. И все это — чтобы дать ребенку шанс на полноценную жизнь.

Со временем появились и первые успехи — наши усилия были вознаграждены!

ИЗ ПРОТОКОЛА ОБСЛЕДОВАНИЯ (25 августа 2010 г.) **И ДНЕВНИКА НАБЛЮДЕНИЙ:** у Игоря Р. отмечаются положительные эмоциональные реакции в момент общения со взрослыми и детьми, проявляется стойкий познавательный интерес к занятиям, требует заниматься с ним дома, читает предложениями, начинаем формировать письменную речь.

Успешно раскрашивает рисунки, пытается изображать предметные картинки. Проводим массаж кистей рук и предплечий, пальчиковую гимнастику — очень доволен, не возражает против массажа рук, смеется. К маме стал относиться ласково, скучает по отцу (в разводе), стал мечтать о школе. Необходима физическая нагрузка, записались на танцы.

По решению педконсилиума записали в школу, выбрали учителя, познакомились. Обоюдное мнение позитивное. Составили программу обучения на период

адаптации: 4 учебных дня в неделю, пятница — учебный день, исключить ГПД, 3 раза в неделю индивидуальные занятия с психологом-логопедом и участие в развивающих занятиях в мини-группах для первоклассников. Обязателен дневной сон и режим питания.

НАСТУПИЛ УЧЕБНЫЙ ГОД, которого мы ожидали с трепетом и волнением. *Первая неделя* ребенка в школе: все идет благополучно, на уроках сидит спокойно, с интересом наблюдает за детьми и учителем, настроение хорошее, утром идет в школу с удовольствием. На переменах подходит к одноклассникам, пытается общаться. Как только видит учителя или психолога — бежит обниматься, радуется. С интересом ходит с классом на уроки рисования, музыки, в другие кабинеты, на завтрак.

Через месяц, несмотря на то что период адаптации еще не закончился, ситуация стала устойчиво позитивной: у Игоря успешно формируется письменная речь — он учится списывать текст, анализировать его содержание, проводить фонетический анализ слова, начинаем работать с математическими задачами. Папа вернулся в семью — ребенок счастлив. Наши надежды на уникальные возможности ребенка, на пластичность его мозга оправдались!

Следуя принципам гуманной педагогики, разработанным моим учителем академиком Ш.А. Амонашвили, мы *обязаны помочь каждому ребенку быть счастливым* независимо от его проблем развития. Предназначение учителей — «лелеять каждую частичку души ребенка!» (В. Леви).

Вот уже конец 1-й четверти — наш подопечный на переменах играет с детьми из 2–4-го классов, интересуется электронными играми, игрушками-трансформерами, активно участвует в подвижных играх, после уроков строит из лего забавные построй-

ки, играет в развивающие игры с мячом и даже называет одноклассников по имени ласково.

Конечно, проблем еще очень много, как и сил, которые придется потратить. Но для этого и существуем мы — специалисты, педагоги, психологи, учителя, преданные своему делу, увлеченные замечательной благородной профессией.

Наша работа — дарить счастье детям, а значит, делать счастливыми их семьи. Недаром кто-то из великих сказал: «Учителя ничего не производят, кроме будущего».

ОБУЧЕНИЕ ДЕТЕЙ С ТАКИМИ ОСОБЕННОСТЯМИ В КОЛЛЕКТИВЕ СВЕРСТНИКОВ В МАССОВОЙ ШКОЛЕ

, конечно, редкость, но это возможно и весьма позитивно, по нашему мнению. Рационально организованное обучение в классе, щадящий режим отдыха дома, содержательные интенсивные индивидуальные занятия с психологом, логопедом помогут получить первые положительные результаты уже в октябре–ноябре, то есть в период адаптации.

У ребенка позитивно меняются поведение и отношение к детям, учителю, родителям, к самому себе. Он счастлив, что находится в школе, рад первым проявлениям внимания к себе со стороны детей, начинает инициировать взаимодействие с ними, радуется первым удачам. Родители, которые являются важными участниками социализации ребенка, поддерживают и разделяют его первые победы.

Конечно, впереди еще колоссальное число проблем и трудностей, но первые победы окрыляют и внушают надежду родителям, которые пережили шок от диагнозов-приговоров. Но грамотный профессионал обязан помочь ребенку с такими проблемами и создать все условия для его реабилитации и социализации в массовой школе. Положительный результат обязательно будет! ●



Из записок о двух ангелочках



Ольга ВОЛКОВА

ЧТО ТАКОЕ ДЕСЯТЬ ЛЕТ

Звонит из школы разъяренный Сережа (отец двух мальчишек, преподает литературу в той же школе, где они учатся. — *Ред.*):

— МВ сказала, что Петя получил двойку по литературе — книжку не принес. Объяснил, что у нас дома нет «Руслана и Людмилы»!

Хмурый Петя встречает меня в коридоре.

— Что тухлый такой?

— Уроков много.

Ушел разбирать мои сумки, явился обратно с улыбкой.

— Знаешь, все-таки сосиски рассеивают туман уроков!

— Ну как тебе день рождения школы?

— Отлично! Особенно когда все были на капустнике!

Сначала мы играли в футбол воздушным шариком — мальчики против девочек, а потом я катал Леню на швабре! И дудел! — выхватил из кармана дуделку и изловил всех сил дунул.

ЧТО ТАКОЕ ПЯТНАДЦАТЬ ЛЕТ

— Извини!

— И долго?

— Что долго?

— Звенеть...

— Вылезай!

— Во-первых, не понимаю, почему ты обращаешься ко мне на вы, во-вторых, терпеть не могу сюсюканья. Зай тоже еще... И как будто ты не знаешь, что я не зай никакой, а Кот!

Сидит у компьютера с полуживым видом, как оплывшая свечка. Съехал под стол — иначе наушники не достают. Делает уроки. Поднимает на меня мутный взгляд и спрашивает обреченным голосом:

— Мама, почему женщины стоят у кормила?

— Мы что-то про Печорина сегодня проходили, что — не знаю.

— ?

— Ну Надежда Ароновна сказала: «А теперь, мальчики, заткните уши, я хочу сказать кое-что только для девочек». Мы с Осей заткнули. Потом она, наверное, сказала «ототкните», но мы с Осей, поскольку заткнули по-настоящему, так и просидели пол-урока с заткнутыми ушами.

Я, решительно:

— Все, покупаем такую плиту, в которой противень из духовки будет выезжать вперед на колесиках!

Кот, меланхолично:

— Можно будет садиться и кататься: в духовку — из духовки...

УПРАЖНЕНИЕ ПО САМОРАЗВИТИЮ

Встретилось мне недавно в ЖЖ описание «упражнения по саморазвитию»: нужно в течение недели на все просьбы и предложения отвечать только «да». Предполагалось, что тут-то и выяснится, мимо каких сказочных возможностей человек ежедневно проходит, как он сам свою жизнь обедняет и ограничивает. «Ну, — решила я, потирая руки, — сейчас я это выясню!»

Итог первого «да-дня» был такой:

Петя ходил в магазин в одной футболке при температуре плюс два;

Петя заказал себе на обед пиццу;

Петя ел на ужин мороженое.

Никаких других просьб и предложений, на которые я без эксперимента ответила бы «нет», не поступало.

Я благоразумно решила, что одного дня вполне достаточно. Чувствую себя теперь необыкновенно здоровой и саморазвитой.

(А Сережа, которому я пересказала результаты, возмущенно спросил: «Почему же ты нас не предупредила, что будешь на все соглашаться?!»)»



Рисунки Е. Медведева

ПРО МАРИХУАНУ

Петьке задали написать мини-сочинение на тему «На что похож кленовый листочек». Ангелочек, напомним, учится в седьмом классе.

Когда пришло время садиться за сочинение, он принялся шататься по квартире, шипя и стенам. Поскольку это клочкотание отвлекло меня от разных мудрых мыслей, я предложила ему изложить свои стоны письменно и сдать в виде мини-сочинения.

Стало тихо. Учительнице был сдан следующий текст: «Уважаемая Марина Владимировна! Вы, пожалуйста, за мной сейчас не гоняйтесь с кувалдой в руке, но мне кажется, что кленовый лист ни на что не похож, кроме себя самого.

Я бы мог, конечно, написать, что он похож на лапу какого-нибудь рыжего мохнатого животного, которое осенью ходит по газонам, а ночью стучит по водопроводным трубам, но я уверен, что весь наш класс напишет, что кленовый листочек похож на лапу какого-нибудь рыжего животного.

Или я бы мог написать, что кленовый листочек похож на лист марихуаны, но в таком случае, я думаю, вы за мной станете гоняться с табуреткой, а тогда уж мне от Вас точно не убежать».

Тут я предвижу всякие нервные возгласы, исходящие в особенности от родителей детей, еще не доросших до переходного возраста: откуда, мол, ваш ребенок знает, как выглядит марихуана? Отвечаю. Когда Кот несколько лет назад ездил — с классом — в Грецию, он привез оттуда футболочку с пафификом и надписью «Green peace». Их несколько человек таких было в классе, юных зеленых пацифистов, купивших эти футболочки и после каникул заявившихся в них в школу. Там их отловила завуч и запретила приходиться в школу в таком виде, объяснив, что листочек, нарисованный между green и peace, — это листочек марихуаны. Так вся наша семейка, включая Петю, узнала, как выглядит марихуана.

(Она нарисована весьма достоверно, во всяком случае, я сразу узнала ее кустик на посеянном несколько месяцев назад газоне около нашей детской поликлиники.)

Сегодня получила от Пети эсэмэску: «У меня «двойку» пока не ставлю» за «кленовый листочек».

И правильно, наверное. Нельзя же ставить положительную отметку за сравнение с марихуаной? Как вы думаете?



О ГЕНДЕРНОМ

Они решили мне показать, как надо правильно вести хозяйство. Для экономии пошли на рынок. Спросили, что купить.

— Помидоров, — ответила, — и яблок.

Вернулись взволнованные, как после опасного приключения, и гордые собой. Один — с рюкзаком за спиной и листочками, на которых записаны рыночные цены, в руках. Другой — тоже с рюкзаком за спиной. А в руках — картонка на три десятка яиц.

Три десятка яиц я не покупаю даже перед Пасхой.

— С яйцами мы прокололись, — сказали сразу, не давая мне опомниться. — В нашем магазине они оказались дешевле.

И стали скорее разбирать рюкзаки, чтобы похвастаться остальной добычей. Первым делом вынули килограмм вяленых килек.

— Вы собираетесь это есть? — спросила я слабым голосом.

— Не волнуйся, — утешили, — воблу мы тоже купили.

Вынули воблу. За ней — двухкилограммовый пакет муки.

— Я вчера только муку купила... — пробормотла я.

— Так откуда же мы знали!

За мукой — два килограмма сахара.

— Он же у нас кончается!

Я хотела было возразить, что не только не кончается, а, наоборот, запасен, но как-то не смогла. Потом — два килограмма репчатого лука. («Нам сказали, что он хорошо лежит!») За ним — четыре килограмма картошки.

— Картошку-то зачем было с рынка тащить? — проstonала я. — Овощная палатка в ста метрах от дома!

— На рынке, — ответили, — картошка лучше!

Три килограмма говядины (годной только на котлеты) последовали за картошкой. За говядиной — два килограмма огурцов.

— Очень дешевые!

Ну да, желтоватые огурцы всегда дешевле...

Три пачки хлебцев с морковью.

— На пробу!

Килограмм конфет «Цукерки з орехами». Килограмм печенья «Сердечки».

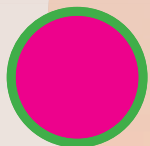
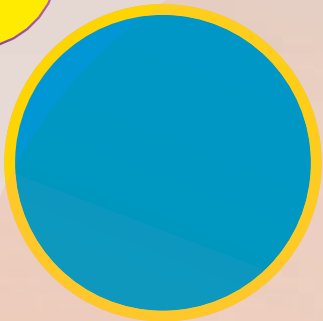
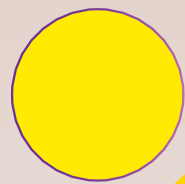
И наконец — о чудо! — помидоры с яблоками.

— Вот так я и думал, — возмущенно сказал Петя, — что у тебя будет такое выражение лица!

P.S. Как вести хозяйство, показывали вдвоем: один — Петя, а другой — не Кот. ●

История и самотерапия

Евгений ПЯТАКОВ



ЧЕМУ ИСТОРИКИ И ПСИХОЛОГИ МОГУТ НАУЧИТЬ ДРУГ ДРУГА



ЧАСТЬ I

Человечество за свою историю накопило множество мудрых поговорок, метафор и символов, которые в той или иной степени отражают простую жизнеутверждающую мысль: «Как бы тебе ни было плохо сегодня, не унывай и верь, что выход есть. Подобное не раз случилось в прошлом, и тот, кто не терял присутствия духа, все преодолевал. Значит, сможешь преодолеть и ты».

Примеры подобной мудрости: поговорка «Утро вечера мудренее», афоризм «Ничто не ново под луной» и, конечно, знаменитая легенда о кольце Царя Соломона с надписью: «И это пройдет».

К сожалению, чтобы осознать и испытать на себе исцеляющую и отвзвляющую суть этой мудрости,



иным людям требуются многие годы и много шишек, которые им набивает жизнь.

Как же ускорить процесс осознания и сделать его менее болезненным? На мой взгляд, это достаточно просто сделать с помощью... правильного применения исторических знаний, в том числе тех, которые даются на обычных школьных уроках по истории.

К сожалению, традиционная система передачи знаний по истории мало что дает для развития простой жизненной мудрости, которую человек накапливает из года в год и которая помогает ему эффективно строить свою жизнь и понимать суть социальных явлений.

Действительно, ну какая может быть связь между сухими фактами, датами, именами из учебника истории и повседневными жизненными проблемами? Результат — изучение истории превращается в нудную зубрежку, ничего не дающую ни уму, ни сердцу. И после этой зубрежки человек идет в реальную жизнь и совершает банальнейшие ошибки, которые никогда бы не совершил, если б изучал историю чуть-чуть по-другому.

Пример. Вы приходите устраиваться на работу. вам нужна СПОКОЙНАЯ, ПОНЯТНАЯ, РАЗМЕРЕННАЯ РАБОТА. По логике, она и должна быть таковой (например, работа бухгалтером). Но на собеседовании вам вскользь говорят: ваш начальник — ОЧЕНЬ ЭНЕРГИЧНЫЙ И ДЕЯТЕЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕК, у него все в руках горит, а в голове — постоянно новые идеи, проекты. Он пытается что-то изменить, улучшить и пр., в общем, уникальная личность. Вам повезло.

Если вы впервые сталкиваетесь с такой ситуацией, то легко можете попасться на удочку этой «уникальной

личности». И когда вас, вымотанного бесконечными дополнительными обязанностями, выжатого как лимон, уволят с этой работы (из этого гибрида дурдома с гестапо), вам придется винить только себя. В том числе потому, что вы ПЛОХО ЗНАЕТЕ ИСТОРИЮ. А ведь она изобилует биографиями подобных «энергичных преобразователей»: князь Владимир, Петр I, Павел I и т.п. Что отличало всех этих деятелей? Глобальные преобразовательские замыслы на фоне наплевательского отношения к простому человеку с его простыми «обывательскими» потребностями. От последнего требовалось полное и беспрекословное подчинение, самопожертвование, работа на износ.

Преобразователям были «по барабану» страдания подчиненных, что неизбежно проявлялось в повышенной смертности населения в эпоху их правления — от голода, войн, разрухи. И это не столько результат злого умысла «преобразователей». Просто такова типичная психологическая черта подавляющего большинства из них. Прошлых, настоящих и будущих (масштабы их деятельности не так уж и важны). И зная об этой черте, почти всегда можно заранее предугадать, каково работать под их началом или жить рядом с ними. И стоит ли...

Как же, на мой взгляд, стоит повисить эффективность преподавания истории, чтобы сделать ее не только бо-

лее интересной, но и реально полезной? Я предлагаю изучать исторические события не только как результат взаимодействия безликих политических, экономических, социальных факторов, но и как результат взаимодействия ЖИВЫХ ЛЮДЕЙ, наделенных простой человеческой психологией, имеющих простые человеческие интересы и потребности. Людей, в самой своей основе мало изменившихся за многие века, людей, совершающих одни и те же ошибки и пожинаящих в результате одни и те же плоды. Сколько раз люди сознательно вступали в силовые конфликты, надеясь этим быстро и эффективно решить свои проблемы (чистая психология)? А в итоге получали еще большие проблемы. И только после этого (опять же чистая психология) приходили к здравой мысли: а может, стоило попробовать договориться по-хорошему?

Что дает использование подобного подхода учителю истории? Возможность актуализировать и оживить материал, ведь любому человеку гораздо интереснее слушать о других ЖИВЫХ ЛЮДЯХ, о реальных условиях их жизни, об их интересах, мечтах, верованиях, взаимоотношениях, стиле мышления.

Отдельный ресурс такого подхода — возможность провести параллели между жизнью людей прошлого и настоящего. В этом, на мой взгляд, и заключается постижение «живого духа истории», что помогает понять не только прошлое, но и настоящее и будущее.





Пример. Не надо быть политическим стратегом, чтобы заранее понять очевидный факт: вторжение армии США и ее союзников в Ирак в 2003 году и свержение Саддама Хусейна не принесет этой стране ни мира, ни благоденствия. Только хаос, нищету, разгул как стихийной, так и организованной преступности. (А в ходе «мирной оккупации» Ирака погибнет во много раз больше «хороших американских парней», чем в ходе собственно боевых действий по свержению режима Саддама.) Такое происходило в истории десятки раз, когда рушились традиционные институты власти и подавления, выросшие из ЭТОГО конкретного общества и «заточенные» под психологию ЭТИХ конкретных людей. Новая же власть со всеми ее благими намерениями воспринималась в штыки уже потому, что это была власть чужаков.

И самое главное — психологизация исторического знания дает возможность использовать это знание как эффективное средство патриотического воспитания. Последнее практически невозможно без вживания детей в роль тех героев, которые когда-то совершили подвиг. Подвиг, который позволил этим детям сегодня жить.

Пример. Ну подумаешь, несколько бойцов добровольно остались прикрывать отход товарищей. Ну подумаешь, погибли. Это был их воинский долг... Но ведь эти люди САМИ вызвались, хотя могли бы просто промолчать и дожидаться, пока шаг вперед сделают другие. И при этом они были такими же простыми людьми, как и все остальные. Им тоже отчаянно хотелось жить, вернуться домой, обнять жену и детей... А они обрекли их на сиротство... Теперь понятно, какой чудовищно тяжелый выбор им пришлось сделать? Понятно, в чем СУТЬ их подвига?..

Школьному же психологу знания из области истории (а также литературы, обществознания и других гуманитарных дисциплин) могут помочь резко повысить эффективность своей работы. В этой работе важное место занимает обсуждение с ребенком его проблем, путей их решения и др. Для этого необходимы аргументы, иллюстрация, сравнения, метафоры. В этом отношении история — неисчерпаемый кладезь интересных, поучительных и убедительных примеров и фактов.

Пример. Многие современные люди думают и рассуждают точно так же, как рассуждали предки. И

не просто рассуждали, но имели из-за своих рассуждений точно такие же проблемы, в которых обвиняли всех, кого угодно, только не себя. Вот, например, ты говоришь, что в вашем классе с недавнего времени стали поколачивать слабых (компания из нескольких хулиганов). Но при этом ты сам, физически крепкий парень, не вместишься на смех. И при этом ты считаешь себя ни в чем не виноватым, поскольку сам никого не бьешь.

Ты ошибаешься. Ты тоже виноват, поскольку твое невмешательство дает хулиганам сигнал, что они могут тебя не опасаться и продолжать свое дело. Мало того, если так будет продолжаться и дальше, скоро эта банда разрастется и начнет терроризировать и бить всех. И тебя — тоже. Не веришь? Вот пример того, как попустительство таких, как ты, приводит к нарастанию насилия.

Из курса истории Средних веков мы все помним о таком мрачном институте церковной власти, как инквизиция. Карательный суд, боровшийся со всяким инакомыслием и отправивший за несколько веков на костер сотни тысяч людей всех званий и сословий. При поверхностном обзоре кажется, что это была какая-то почти сверхъестественная демоническая сила, пришедшая извне и терзавшая невинных. Но так ли это? Как показывают архивные исследования, подавляющее большинство доносов, по которым агенты инквизиции хватали людей, писались ближайшими соседями.

Мало того, люди с удовольствием видели, словно на развлечение, ходили смотреть на публичное сожжение своих ближних и детей тоже брали с собой. То есть сами «невинные люди» и поддерживали — морально, а значит, и экономически — существование инквизиции.

А ведь начиналось все в XIII веке с маленькой агрессивной организации, первоначально не имевшей ни силы, ни власти. Но «простые люди» своим попустительством и одобрением (кому не интересно посмотреть, как сжигают ведьму?) позволили ей разрастаться. А когда по обвинению в ведьмовстве стали хватать их собственных матерей, дочерей и жен, было уже поздно.

Но заметь — такое происходило не везде. В Венеции, например, где люди отличались свободолобивым нравом и не стеснялись давать отпор тем, кто покушался на их права, свободу и достоинство, инквизиция вела себя тихо. Публичные сожжения были крайне редки.



А теперь более подробно отвечу на вопрос: какова же практическая польза указанных исторических знаний? Польза тройная.

1. Духовно-мировоззренческая.
 2. Повседневна успокоительная и повседневна вдохновляющая.
 3. Прогностическая.
- Рассмотрим эти пункты по порядку.

ПОЛЬЗА ДУХОВНО-МИРОВОЗЗРЕНЧЕСКАЯ

Понимая людей прошлого, начинаешь лучше понимать собственных современников, чувствовать себя частью живой истории.

В то же время многие вещи и явления в жизни начинают играть новыми красками, обогащать внутренний мир.

Пример № 1 (отрицательный). Читаем средневековую поэму «Сказание о Нибелунгах». Страшная, трагическая история. Подробности опустим. Суть трагедии в том, что десятки, если не сотни рыцарей и простых воинов двух соседних королевств, первоначально не имевших друг к другу никаких личных претензий, были спровоцированы на бессмысленную схватку до полного взаимного истребления. Спровоцированы королевой, обезумевшей от жажды мести одному конкретному человеку. Причем именно спровоцированы. Их не подкупали, им не угрожали, а просто ловко сыграли на определенных психологических слабостях, свойственных их сословию.

Первая слабость — гипертрофированное чувство рыцарской чести, перед которой меркнет ценность собственной и чужой жизни. Вторая — самолюбование и пизонство (как бы его назвали сейчас), часто приводившие к грубому поведению. Третья — «горячая голова» и слабые «тормоза». Типичный случай: встречаются два рыцаря, которым вроде бы незачем ссориться. Первый задает нейтральный по сути вопрос, но в несколько развязной манере. Второму кажется, что к нему обратились недостаточно уважительно, а значит, его честь рыцаря задета, поэтому отвечает он тоже не очень вежливым тоном. Первый обижается. Начинает откровенно хамить. Второй хамит в ответ. Слово за слово, мечи вылетают из ножен. В одно мгновение словесная перепалка перерастает в смертельную схватку. Первый падает мертвым. Победа второго? Нет. Горя жаждой мщения, появля-



ются товарищи первого. Второй зовет подмогу. Его противники тоже. И вот уже происходит массовая резня там, где несколько минут назад двое всего лишь «зацепились языками».

Какое отношение этот эпизод имеет к нашей жизни? Самое прямое: поведение этих горе-воjak — пример типичного поведения многих современных подростков, любящих, где надо и не надо, «отстаивать свою честь» кулаками и не желающих думать о последствиях. Используя эту историю как художественную метафору, мне удалось в свое время охладить не одну горячую молодую голову.

Пример № 2 (положительный). Что скрашивает нашу повседневную жизнь? Воображение и любопытство, позволяющие пожить в иных мирах, путешествовать во времени и пространстве. Не для этого ли мы читаем книги, изучаем произведения искусства, смотрим кино, совершаем туристические поездки, занимаемся художественным творчеством, играем в компьютерные игры и даже, к сожалению, принимаем наркотики. В эти «иные миры» мы отправляемся как поодиночке, так и с друзьями. И в значительной мере нас с друзьями связывают именно воспоминания об этих совместных путешествиях.

В этом отношении развитое историческое сознание позволяет многократно усиливать получаемое интеллектуальное и духовное наслаждение, поскольку мы начинаем видеть не только то, что находится перед нами, но и то, что было раньше. Стоя перед развалинами замка, мы видим его на пике величия и славы; читая исторический роман, понимаем, что было раньше изображаемых событий, что будет после, что происходит «за кадром». Кроме того, мы начинаем понимать эти миры гораздо глубже, чем люди, у которых историческое сознание не развито. А вместе с этим — лучше понимать и свой собственный реальный мир.

Так, читая тех же «Трех мушкетеров» в зрелом возрасте, мы уже не столь сильно симпатизируем главным героям (д'Артаньяну и К°) и не столь сильно не любим отрицательного — кардинала Ришелье, как в детстве. Тогда мы воспринимали мушкетеров как «клевых крутых ребят», которые весело «мочили» «придурков-гвардейцев». Кардинал же казался нам старым мерзким занудой, запрещающим дуэли под страхом смертной казни и тем самым не дававшим «клевым ребятам» вдоволь повеселиться.

Теперь же, набравшись жизненного опыта, мы смотрим на ситуацию несколько иначе. Кардинал для нас — пусть не очень приятный, но очень «грамотный мужик», эффективно боровшийся с дуэлями, как с бедствием, уничтожившим армию государства изнутри. Мушкетеры же, при всем их обаянии, начинают все более походить на «тупых отморозков», которым наплевать на все, кроме желания подраться. Благодаря этому пониманию мы уже не «ловимся» на внешнюю «крутизну», как в детстве, — ни в литературе, ни в реальной жизни.

ПОЛЬЗА ПОВСЕДНЕВНО УСПОКОИТЕЛЬНАЯ И ПОВСЕДНЕВНО ВОДХНОВЛЯЮЩАЯ

В обычной жизни на всех нас иногда накатывает хандра, связанная с негативными переживаниями. Последние бывают вызваны как объективными обстоятельствами — реальными проблемами, обидами и пр., так и переживаниями социально-мировоззренческого характера. (Ах, я к нему со всей душой, а он меня обидел. Где же справедливость? Кому же после этого можно верить? Да куда мы идем? Да вообще, куда мир катится? Какие ужасные времена настанут! Как хорошо было раньше!)

Общая особенность этих переживаний заключается в том, что человек ставит во главу угла себя любимого пострадавшего, а также свои мысли о том, как все должно быть согласно законам гармонии и всеобщей справедливости.

При этом он забывает — временно или насовсем, что живет в реальном мире с иными законами. А то, что он

имеет на текущий момент, — это не навечно. Ситуация может стать как лучше, так и хуже.

В этом отношении история дает множество примеров, способных реально «прочистить мозги», дать человеку новые силы для борьбы с внешними обстоятельствами и направить их в нужное русло. Это, скажем, относится к фактам, которые доказывают:

— не все так плохо, бывало и похуже;

— и не из таких передраг люди выпутывались, просто сложа руки не сидели.

Пример № 1 (отрицательный). Ты жалуешься, как тяжело стало жить в веке XXI: экология плохая, жизнь — сплошные стрессы, преступность растет и пр. Думаешь, раньше было проще? Ничего подобного. Давай-ка представим, что однажды утром ты просыпаешься не в своей уютной теплой квартирке с электричеством, отоплением, телевизором, Интернетом, а в грязной, холодной, пропахшей дымом и потом лачуге. Вместе с тобой там живет несчастная, сварливая, некрасивая, забытая жизнью женщина — твоя жена. Да еще целая орава грязных, вечно орущих и вечно голодных ребятишек. Каждый день с утра до вечера — тяжелый труд в поле. Под солнцем и дождем. Зимой — промозглый холод, набегу волков, нередко нападающих на людей прямо на улице посреди деревни. Летом — палящая жара, норвящая высушить посевы, вечный страх перед голодом, войной, произволом властей и собственных недружелюбных соседей.

Никакой социальной защиты, никакой профессиональной медицинской помощи, никаких развлечений, кроме попок в местном кабаке да пьяных драк. Никакой информации о том, что происходит в





окружающем мире, каких угроз ждать, к чему готовиться. Только слухи.

Спросишь, что за ужасы я тебе рассказываю? Никаких ужасов. Самая обычная жизнь средневекового крестьянина. Для справки: тогда жили в среднем 36 лет. Ну так что? Так ли тяжела твоя жизнь сегодня?

Пример № 2 (положительный). Как встретила Япония начало 1946 года? Полнейшей послевоенной разрухой. Причем такой безнадежной, что, казалось, «выползти» из нее придется десятилетиями.

Чем встретила страна начало 1980-х? Экономическим процветанием и высочайшей конкурентоспособностью. Кто-нибудь помогал японцам отстраиваться? Нет. Сами справились. Просто, в отличие от тебя, они не стали жаловаться, какие они бедные-несчастные, а засучили рукава и начали работать.

ПОЛЬЗА ПРОГНОСТИЧЕСКАЯ

В молодости хочется экспериментировать, протестовать, показывать себя. Молодым людям кажется, что они знают и понимают нечто такое, чего не понимают взрослые, вечно всего боящиеся и вечно «достающие» своими предостережениями: этого нельзя, это опасно. Юные бунтари уверены, что их мысли и чувства уникальны, что ничего подобного не испытывал до них никто и никогда. Поэтому все предостережения, по их мнению, — это просто проявление трусости старшего поколения.

Вот и стремятся все попробовать: небывалых ощущений через наркотики (я сильный и умный, у меня все под контролем), вкус борьбы через участие в раз-

личных экстремистских группировках (все наши проблемы от «инородцев», их всех побьем, выгоним, и проблемы исчезнут), почувствовать запах свободы...

В этом смысле история дает огромное количество фактов, способных стать мощнейшей «информационной прививкой» против различных опасностей и заблуждений, которые таит в себе излишняя свобода. Общая особенность этих «прививок» в том, что все они доказывают одну простую мысль: подобное уже было. И начиналось оно почти точно так же, и заканчивалось одними и теми же последствиями.

Главное, о чем не стоит забывать во всех случаях применения исторического знания, это о том, что история — не набор мертвых протокольных фактов, а картина реальной жизни реальных людей, мало чем отличающихся по своей сути от людей современных. И те и другие подчиняются в своем поведении одним и тем же законам — психологическим и социальным. И эти законы приводят к тому, что схожие поступки приводят к схожим последствиям — хорошим или дурным, в том числе и глобального масштаба (вспомним известную фразу «любая война начинается в головах людей»). Как говорится, история не может дать точный ответ, что НУЖНО делать в той или иной ситуации. Но может подсказать, чего наверняка делать НЕ НУЖНО.

Пример № 1 (отрицательный). Ты говоришь, что хорошо относишься к националистам и их вожакам, которые не боятся давать «простые честные» ответы на сложные вопросы, призывают к активным решительным действиям против «чужаков» и «выродков», обещают своему народу благоденствие



и процветание, после того как «чужаки» будут «выставлены вон». Ты им веришь? А может, тебе просто хочется верить? Послушай тогда «веселую историю», случившуюся в первой половине XX века. Начало ее очень похоже на то, что рассказываешь ты.

Жил-был в Германии «добрый дядя». Звали его Адольф Гитлер. Да-да, тот самый, что потом развязал Вторую мировую войну и чуть не утопил мир в крови. Но это случилось гораздо позже. А пока это был, по сути дела, бомж. Никому не нужный, никому не известный. Без работы, без жилья, без семьи. Но бомж особый — испытывающий жгучую жажду власти, презрение к человеческой жизни, обуреваемый мессианскими идеями и наделенный даром оратора и демагога.

К власти он шел долго, через позорные поражения и неожиданные победы. И вот цель достигнута. Он во главе страны. Сотни тысяч германских детей и молодых людей узнали «великого доброго фюрера». Он действительно казался добрым и великим, он дал своему народу веру в великую миссию Германии, он дал простые ответы на животрепещущие вопросы (все зло от евреев, Германия для немцев и др.). Но главное — он дал детям из «низов» реальную возможность получить образование, заниматься спортом, строить карьеру.

Под чутким руководством Гитлера выросло целое поколение мальчиков с горящими собачьей преданностью глазами, для которых слово «фюрер» стало вторым после слова «мама». Не удивительно, что они были готовы за него в огонь и воду. Для этого-то в них и вкладывал «бабки» добрый дядя Гитлер. Он устроил им «огонь и воду» под лозунгом «Завоеем мир» — Вторую мировую войну. Особенно в бескрайней заснеженной России.

После этих водно-огненных процедур на чужбине легло столько мальчиков первого призыва, что в конце войны дяде Гитлеру пришлось вербовать в армию их младших братьев — даже пацанов 13–14 лет. Кинохроника хранит «трогательные» кадры. Усталый, сутулый Гитлер медленно бредет вдоль строя последних защитников великого рейха. Эти мальчишки еще верят в него и смотрят на него сияющими глазами. Многие не достают Гитлеру до плеча. Каски на детских головах выглядят нелепо огромными.

Он останавливается то перед одним, то перед другим мальчишкой. Хлопает по плечу, о чем-то говорит. На его лице — устало-добродушная улыбка забот-

ливого дедушки. Не хватает только шубы, бороды и мешка с подарками — прекрасный получился бы Дед Мороз. С одной лишь разницей: Гитлер дарил этим детям не подарки, а почетное право умереть ради того, чтобы он смог прожить еще несколько часов. УМЕРЕТЬ, ТАК И НЕ НАЧАВ ЖИТЬ.

И это не единственный грязный штрих в портрете «великого фюрера». Когда союзники уже подходили к границам Германии, Гитлер стал требовать от своих офицеров организации тотального самоуничтожения страны — подрыва и сожжения заводов, коммуникаций, дорог, целых городов. На возражение «А как же люди?..» ответил, что германский народ оказался НЕДОСТОИИН великой миссии мирового господства, а значит, — и это совершенно естественно — должен погибнуть.

Слава богу, глобальный самоубийственный приказ удалось саботировать. Но открытия шлюзов и затопления берлинского метро (ставшего бомбоубежищем во время последнего штурма Берлина для простых граждан и раненых солдат), где в итоге погибли тысячи немцев, Гитлеру удалось добиться.

А теперь ответь: если такой «великий человек», как Адольф Гитлер, оказался жалким подонком и эгоистом (даже в отношении преданных ему людей), то где гарантия, что так же не поступят твои любимые вожаки-националисты (которые к тому же ни копейки в тебя не вложили)? Ведь они его уменьшенные копии — те же лозунги, цели и призывы к насилию как нормальному средству решения проблем. И где гарантия, что, точно так же как Гитлер, они не пустят «в расход» твою собственную жизнь?

Как? Очень просто. Сначала тебя заставят кого-то избить или убить. А потом ты, как непосредственный исполнитель, будешь убит в отместку товарищами твоей жертвы или посажен в тюрьму, совершенно законно, на долгие годы. Твои же вожаки при этом палец о палец не ударят, чтобы тебя выручить. Им дешевле завербовать новое «мясо».

Пример № 2 (положительный). Ты говоришь: зачем «рыпаться», проявлять какую-то инициативу, бежать впереди паровоза, а тем более — идти одному против всех ради каких-то своих идей. Лучше сидеть тихо и не высовываться, быть «как все». Я мог бы тебе посоветовать пробежаться по биографиям



известных людей, чтобы ты понял: **ПОЧТИ ВСЕ** они стали великими потому, что когда-то не побоялись «быть не как все».

Но я лучше приведу другой пример: как смелость и независимость одного человека может привести к глобальным последствиям и спасти тысячи людей.

История смелого поступка «маленького человека». Опять же начало Великой Отечественной войны. Наша страна на грани краха. Немцы наступают на всех фронтах. Мы отступаем. На многих участках фронта, да и в тылу — неразбериха. Пользуясь ею, немцы в массовом порядке забрасывают к нам диверсантов — одиночек и целые группы. Иногда их, переодетых в форму военных чиновников и снабженных великолепными поддельными документами, отлавливают чуть ли не в самом Кремле. Соответственно, главный карательный орган СССР — НКВД — не дремлет, всех проверяет, постоянно кого-то арестовывает. Люди почти на всех уровнях власти (не говоря уже о простых гражданских и военных) настолько запуганы, что когда к ним приходят люди из НКВД, они не возмущаются, не протестуют. Молча встают и уходят под конвоем.

И однажды этим страхом решили воспользоваться диверсанты. В одном большом городе шла срочная эвакуация. Главный начальник, ответственный за эвакуацию, и его помощники работали как проклятые — бесконечные телефонные звонки, распоряжения, согласования, всё в бешеном темпе. Немцы уже у самого города, дорога каждая минута. Внезапно открывается дверь, входят люди в форме НКВД. «Вы такие-то? Вы арестованы... пройдемте». Все замирают в ужасе. Ситуация дикая. Без начальника и помощников вся эвакуация остановится. Под угрозой окажутся жизни тысяч людей. Но это же НКВД... Значит, они знают, что делают.

Так думали все. И лишь один молодой чиновник, преодолев сомнения и смертельный страх (а это было реально смертельно опасно), позвонил в НКВД и закричал: «Что вы делаете?! Зачем сейчас арестовываете? Сейчас же вся эвакуация встанет!..» И в ответ услышал: «Кого арестовываем? Мы никого не посылали. Это диверсанты. Немедленно взять их. Мы сейчас будем». Так катастрофы удалось избежать.

К сожалению, создать четкую технологию, позволяющую легко и быстро подбирать исторические примеры под конкретные психологические проблемы



конкретного человека, на мой взгляд, практически невозможно. ведь вариантов проблем очень много, исторических фактов — еще больше. А уж вариантов их оценки — бесконечное количество.

Пожалуй, в данном случае можно дать лишь пару рекомендаций, как переводить обсуждение конкретной психологической проблемы человека в историческую плоскость.

Во-первых, находить такие исторические моменты и места, когда от похожей проблемы начинали страдать большие массы людей (народы, этносы). Эти люди, естественно, шли по наиболее легкому — чаще разрушительному — пути, что, в свою очередь, приводило указанные народы в движение и влекло за собой известные исторические события. Как правило, трагичные для самих народов.

Пример. Человек считает правильным решать проблемы кулаками и искренне не понимает, что рано или поздно неизбежно получит от общества (в лице конкретного человека, группы людей, правоохранительных органов) сокрушающий ответный удар. Такому можно рассказать, что в начале многих войн (можно привести конкретную) нападающая сторона искренне и глубоко верила в свое подавляющее силовое превосходство. Однако, столкнувшись с реальным противником, обнаруживала, что сильно просчиталась, что не знала о многих его сильных сторонах и дополнительных ресурсах.

В итоге — либо безнадежно затягивала войну, неся огромные непредвиденные потери, либо проигрывала (вспомним сокрушительный крах гитлеровского плана молниеносной войны с Россией).

Заканчивая историческую лекцию, можно задать простой вопрос: «А ты сам-то, размахивая кулаками, уверен, что знаешь, с кем и чем будешь иметь дело завтра, каковы могут быть последствия твоих сегодняшних агрессивных поступков и что ты будешь делать, когда с ними столкнешься?..»

Примечание. Кстати, очень многие успешные «крутые братья» 1990-х годов об этом не думали. И где они все сейчас?

Во-вторых, последствия неправильного решения психологической проблемы можно продемонстрировать на примере биографии того или иного известного исторического деятеля.

Пример. Страдая патологической подозрительностью и недоверием к людям, Сталин шел по наиболее простому пути решения этой проблемы (хотя, наверняка, и проблемой-то это не считал) — он запугивал и «травил» людей, держал их в постоянном страхе. И этот страх в конечном итоге убил его самого. Ведь неважно, ЧТО заставило Иосифа Виссарионовича в ночь на 2 марта 1953 года рухнуть на пол в столовой в собственных охраняемых аппаратах и застыть в парализованном и онемевшем состоянии — собственный insult или чья-то рука, подсыпавшая яд. Важно то, что из-за страха перед «хозяином» его собственная охрана несколько часов не решалась войти в «святая святых» — уже после того, как утром «хозяин» не вышел из покоев в свое обычное время. А когда охрана все-таки решилась, было поздно. «Отец народов» был еще жив, но многие бесконечные часы, проведенные им в полном одиночестве без медицинской помощи, «не способствовали» его выздоровлению.

Итак, основные мировоззренческие проблемы подросткового и юношеского возраста:

1. Я и мое место в мире («Полет к солнцу» или «сидение в пыли»).
2. Отношения «отцов и детей».
3. Свобода и ответственность.
4. Диктатура или демократия.
5. Прагматизм или романтизм.

Крайности

1. Стремление в короткие сроки достичь огромных успехов — в бизнесе, в искусстве, в общении с противоположным полом — обычно бывает связано с некоторыми романтическими заблуждениями, недооценкой сложности реальной жизни, избытком молодой энергии.
2. Досрочная сдача позиций еще до начала борьбы с жизненными трудностями — связана с общей неуверенностью в себе, с избыточными для данного возраста знаниями о том, как сложен мир и как много в нем недостатков.

Среднеадекватная позиция

С точки зрения исторической есть времена относительно стабильные и «вылетающие», есть времена хаоса, переходные, смутные — те самые, к которым относится знаменитое древнекитайское проклятие «чтобы жил в эпоху перемен». В первой ситуации великие (да и просто средние) достижения возможны. Например, карьерные. Но они в большинстве случаев результат многолетнего упорного труда с поэтапным движением вверх «по лестнице успеха».

Минусы такой ситуации — все происходит гораздо дольше, чем хотелось бы некоторым. Многим просто не хватает терпения. Плюсы — на каждой ступени приобретает многогранный надежный опыт, происходит полноценное взросление человека в психологическом, социальном, профессиональном аспекте. По сути дела, каждая ступень становится фундаментом, а не зыбкой болотной кочкой. В результате все те сложности и испытания, которых заранее боятся молодые люди, на деле оказываются не такими уж и страшными,

поскольку обрушиваются на человека не все сразу, а с большим разрывом по времени.

Пример. Китай по праву считается одной из самых древних и самых стабильных цивилизаций в истории человечества. Во многом это связано с вековыми традициями подготовки чиновничьего аппарата. Весьма, как может показаться современному человеку, застенчивыми, рутинными. Но тем не менее именно эти «рутинные» традиции не только сохранили устойчивость государственной машины, но и сделали возможными великие достижения для отдельных людей, сочетавших в себе трудолюбие и усидчивость с (внимание!) ответственностью и инициативностью.

Примечание. Могут возразить, что в наше суперпеременчивое и суперкреативное время усидчивость и упорная работа в одном направлении — это уже не актуально, поскольку конкретные знания быстро устаревают. На это можно возразить, что перемены ради перемен, креатив, не подкрепленный глубокой компетентностью, — уже никому не нужны. Необходимы универсальные качества, которые будут востребованы всегда: аналитический ум, умение видеть суть глобальной проблемы за мишурой мелких и частных, умение доводить идею до конца и пр. А эти умения создаются опять-таки продолжительным упорным трудом, а не кавалерийским наскоком. Всё, как и в прежние времена.

К счастью, современный мир предоставляет огромные возможности и тем людям, которые не могут и не хотят достигать успехов путем медленного подъема по лестнице, тем, кто готов прыгать через ступени. Но... с полным осознанием соответствующего риска и готовностью к нему. Например, никто не мешает сегодняшнему младшему секретарю, мечтающему о кресле генерального директора, не карабкаться долгие годы вверх внутри чужой фирмы, а уволиться, заложить квартиру, взять кредит, организовать маленькую фирму с собой во главе и, отправившись в плавание по бурному морю бизнеса, вырасти в достойного конкурента бывшего работодателя. В этом случае придется учиться работать сразу как генеральный директор, минуя промежуточные стадии — помощник, заместитель. Однако риск провала очень велик. И сама работа требует полной самоотдачи и отказа от многих жизненных благ (немало успешных бизнесменов так и не заводят прочную семью, хотя и желают этого).

Такие авантюры чаще всего завершаются удачно именно в смутные времена, в условиях хаоса и нестабильности, когда некомпетентность в некоторых вопросах можно прикрыть «грязными» методами и хитростью. Скажем, пользуясь массовой безработицей, нанимать людей без трудового договора и увольнять без выходного пособия. Но в стабильные времена такие номера уже не проходят, поскольку общественный и государственный контроль усиливается.

Пример. Значительная часть известных исторических деятелей, появившихся на арене в смутные времена (вспомним тех же якобинцев, возглавивших Великую французскую буржуазную революцию), были выходцами из низов, о которых еще вчера никто не знал.

Они мгновенно взлетали вверх, пользуясь стечением обстоятельств (иногда за счет умения красиво и убедительно выступать перед толпой). Но если не справлялись со своими новыми задачами, например восстановления стабильности и благополучия в государстве, то скоро летели обратно вниз, нередко теряя при этом (в прямом и переносном смысле) собственную голову, как это и случилось с якобинцами.

ОТНОШЕНИЯ «ОТЦОВ И ДЕТЕЙ»

Крайности

1. Убежденность в том, что родители (и вообще взрослые) «отстали от жизни», не понимают многих новых вещей, что мир принципиально и необратимо изменился со времен ИХ молодости, а значит, прежние правила безнадежно устарели. Стало быть, следование указаниям взрослых не приведет ни к чему хорошему.
2. Убежденность в том, что родители все знают и понимают лучше, поскольку они много прожили. Поэтому надо просто делать то, что они говорят, а не рваться к самостоятельности.

Среднеадекватная позиция

О мире в целом. Мир действительно постоянно меняется. Как в техническом отношении, так, частично, и в отношении нравов, психологии отношений и др. Особенно интенсивно это происходило в XX веке и происходит сейчас. По сути дела, общество регулярно ставит само на себе эксперименты. (Один из наиболее известных – сексуальная революция, заявившая, что все прежние «ханжеские» сексуальные табу надо отвергнуть и открыто практиковать все мыслимые формы сексуальных отношений).

Эпицентрами таких изменений, как правило, становятся наиболее «продвинутые» страны. Как правило, «заболев» новомодным веянием первыми, они волнообразно заражают весь мир. При этом часто происходит так, что, в то время как эпицентр уже переболел новомодной идеей, понял ее пагубность и вернулся в прежним «патриархальным» нормам, на другом конце света, в той же матушке России, болезнь только начинает набирать обороты. А могла бы не набрать, если бы люди задумались, принимать ли «новую идею», и ознакомились с опытом тех, кто идеей уже переболел.

Вывод: неважно, что большинство сверстников твердят: «это круто», «это модно», нечего «тормозить», наплюй на «предков», айда с нами. КАЖДЫЙ ОТВЕЧАЕТ ЗА СВОЮ ЖИЗНЬ САМ. Поэтому и думать должен сам. А материал для раздумий в наше время достать совсем несложно. Правда заключается в том, что, какими бы модными ни были веяния, базовые законы биологии, психологии, социального развития остаются неизменными всегда. И больно бьют тех людей, которые их нарушают. Рано или поздно. Как отдельных людей, так и целые сообщества и даже цивилизации.

НЕКОТОРЫЕ ПРИМЕРЫ ЗАКОНОВ, ИХ НАРУШЕНИЙ И ПОСЛЕДСТВИЙ

1) Человек — часть общества, поэтому не может чувствовать себя комфортно без полноценного эмоционального взаимодействия с людьми.

Пример 1 (отрицательный). В США с их идеей «уважения к индивидуальному пространству», личной свободе и независимости, по свидетельству психологов, огромной проблемой стало чувство одиночества людей, что приводит к депрессии, психосоматическим



заболеваниям и др. Произошла так называемая атомизация общества. Сегодня в стране вновь во главу угла поставлены «устаревшие» традиционные семейные ценности.

Пример 2 (положительный). В сохранившихся до сих пор сообществах с традиционным общинным укладом, где все всё друг про друга знают, неврозы и прочие психологические «болячки» встречаются сравнительно редко.

2) Полноценная человеческая жизнь невозможна без удовлетворения всех заложенных природой потребностей — физиологических, психологических, духовных. Акцент только на одной из них неизбежно ведет к атрофии всех остальных, а затем — к несчастью, даже если внешне человек выглядит успешным и благополучным. Наше тело нуждается в регулярных физических нагрузках, наша душа требует простого открытого эмоционального общения с близкими людьми (а не только переговоров с деловыми партнерами), а также регулярных «встрясок», эстетических удовольствий. Наш мозг требует регулярной интеллектуальной нагрузки.

Пример 1 (отрицательный). Знаменитый Джакомо Казанова неплохо повеселился в первой половине жизни — пока был молод, физически и интеллектуально силен. Но он растратил свои силы на удовольствия и авантюры. А когда пришла старость и силы иссякли, то обнаружилось, что он никому не нужен, потому что ничего реально не умеет. Он, ранее входивший в королевские дворцы, теперь мог окончить жизнь как бродяга под забором. Казанове еще повезло. Его взял хранителем библиотеки мелкий провинциальный дворянин. В благодарность бывший суперлюбовник развлекал хозяина и его гостей рассказами о своих похождениях. А чаще всего рассказывал те же истории слугам на кухне, терпя их колкости и насмешки.

Пример 2 (положительный). Знаменитый римский император Диоклетиан был успешным и эффективным политиком (а значит, властные амбиции у него имелись). Но однажды он бросил все, уехал в свое поместье и занялся сельским хозяйством. И был счастлив, видя, какая у него вырастает капуста, настолько, что отправил восвояси делегацию, приехавшую звать его обратно на трон.

3) Общество (да и небольшой коллектив людей) может долго и благополучно существовать тогда, когда придерживается определенных, по сути дела единых для всех традиционных обществ, законов. Например: кто не работает, тот не ест (за исключением отдельных случаев), старших (по возрасту или званию) надо уважать, другой человек достоин уважения и вежливого обращения просто за то, что он человек (за исключением отдельных случаев), чужая собственность достойна уважительного отношения, свои агрессивные порывы нужно стараться держать в узде и др. В тех ситуациях, когда один из этих законов нарушается в массовом порядке, общество неизбежно ввергается в хаос (разгул преступности, падение нравов, экономический раз-

вал). А коллектив разваливается или превращается в «серпентарий». Пример тому — любая страна после революции, массового восстания, войны.

Пример 1 (отрицательный). Великая французская революция, как и революция в любой стране, отменила многие традиционные нравственные законы как «отжившие». Итог — чудовищный кровавый террор, десятки тысячи казненных. Подавляющее большинство из них оказались отнюдь не богачами, против которых была официально направлена «чистка», а простыми людьми — крестьянами, ремесленниками, рабочими.

Пример 2 (отрицательный). В результате отступления от традиционных ценностей под влиянием моды общество может разлагаться не только «громко» (как указано выше), но и «тихо». А иначе как можно расценить тихую гибель сотен тысяч, если не миллионов молодых людей от наркотиков во второй половине XX века. А ведь все начиналось с безобидной «революции цветов», движения мирных хиппи и иже с ними, заявивших о своем отказе от старых ценностей в угоду ценностям «абсолютной свободы».

Пример 3 (положительный). В отличие от западного мира, традиционный мир Востока предпочитает ориентироваться на вековые традиции, новшества воспринимает спокойно, берет их на вооружение взвешенно и расчетливо.

Пример 4 (положительный). Оглядываясь сегодня на историю XX века с его военным безумием и гонкой вооружений, невольно задаешься вопросом: неужели люди сошли с ума? Цитата из книги Луи Повеля и Жака Бержье «Утро магов»: «...Древние, несомненно, были столь же глупы, как и мы, но их мудрость как раз и заключалась в том, что они знали об этом и потому сдерживали себя в определенных границах. Одна папская булла осуждает употребление треноги, предназначенной для укрепления лука: эта машина, увеличивающая естественные данные лучника, делает бой бесчеловечным. Булла соблюдалась на протяжении двухсот лет. Роланд Ронсельский, убитый толпами сарацинов, воскликнул: «Будь проклят трус, который изобрел оружие, способное убивать на расстоянии». Ближе к нашему времени, в 1775 году, французский инженер Дю Перрон представил молодому Людовику XVI «военный орган», приводимый в действие рукояткой, который выбрасывал одновременно 24 пули. Этот инструмент, прототип современных пулеметов, изобретатель сопроводил инструкцией. Но машина показала королю и его министрам Мальзербу и Тюрго такой убийственной, что была отвергнута, и ее изобретателя сочли врагом человечества. В неумном стремлении к эмансипации мы эмансипировали саму войну, которая прежде была инструментом защиты или нападения для некоторых, а теперь стала проклятием для всех...» ●

(Окончание следует)

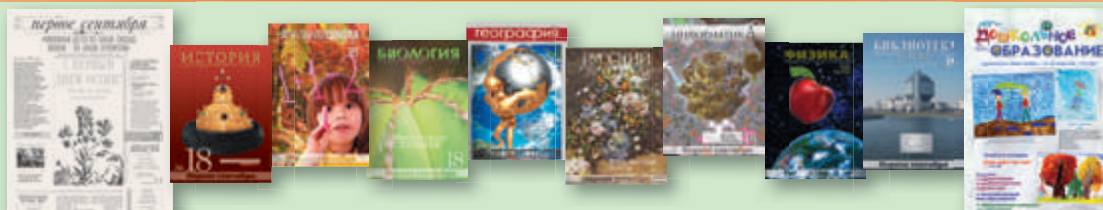
В статье использованы фото с сайта <http://www.google.ru.wikipedia.ru>



Издательский дом

ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ

представляет



Льготная редакционная подписка на II полугодие 2011 года



Подпишитесь на нашем сайте
www.1september.ru

и вы получите скидку на подписку!

БУМАЖНАЯ ВЕРСИЯ



~~1200
рублей~~

1080
рублей

- льготная цена
на полгода

960
рублей

- льготная цена на полгода
для тех, кто подписывался
через сайт на первое
полугодие 2011 года

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ



~~780
рублей~~

699
рублей

- льготная цена
на полгода

599
рублей

- льготная цена на полгода
для тех, кто подписывался
через сайт на первое
полугодие 2011 года

Справки по телефону: 8-499-249-31-38, e-mail: podpiska@1september.ru

Психология на фестивале науки



Под девизом
«Прикоснись к науке»
в Москве прошел
V Фестиваль науки

Ольга РЕШЕТНИКОВА
Фото автора

Первый был проведен в 2006 году в МГУ им. М.В. Ломоносова. Его опыт оказался настолько удачным, что уже начиная со следующего года это мероприятие приобрело статус городского. В этом году на центральных площадках фестиваля: в интеллектуальном центре — Фундаментальной библиотеке МГУ, Первом учебном корпусе университета и Экспоцентре работали более 80 организаций-участников. Параллельно научные фестивали прошли в 14 регионах и 25 городах России. Впервые в рамках московского фестиваля при поддержке Межгосударственного фонда гуманитарного сотрудничества стран СНГ прошел I Фестиваль науки в странах СНГ. В нем приняли участие студенты и аспиранты из 20 ведущих вузов стран Содружества Независимых Государств.

В программе — научно-популярные лекции российских и зарубежных ученых, демонстрация научных экспериментов и техники, выставки инновационных достижений разных областей науки. Чтобы фестиваль был не только познавательным, но и привлекательным, организаторы запланировали разнообразные интерактивные мероприятия, многочисленные конкурсы, концерты. Прошли экскурсии по музеям и научным лабораториям, дни открытых дверей вузов-участников. Программа V Фестиваля была построена с учетом интересов людей разного

возраста — от юных посетителей до представителей старшего поколения.

В самом центре событий — Фундаментальной библиотеке МГУ среди многочисленных стендов с яркими движущимися и интерактивными экспонатами я обратила внимание на оживление вокруг одной из экс-



С.А. Исайчев уверен, что можно избежать любых зависимостей

позиций. Это была площадка, где демонстрировались научные разработки факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова.

На волне кардинальных преобразований нашего общества о психологии как науке все чаще стали забывать. Во многом этому способствовал расцвет прикладных направлений и технологий, часто не имеющих под собой серьезной методологической базы.

Психолог все чаще стал ассоциироваться если не с человеком в белом халате, то с неким субъектом, вооруженным бланками тестов, или тренером-гуру. Подтверждение этому можно найти, заглянув на стенды психологических факультетов, центров и лабораторий на различных выставках, которые, как правило, заполняются рекламными листовками и книгами. Поэтому меня удивило, что стенд факультета психологии оказался одним из наиболее привлекательных, особенно для молодых людей. Здесь были представлены разработки кафедры психофизиологии — компьютерные установки, работу которых каждый желающий мог испытать на себе. Молодежь привлекало и то, что работали с ними их ровесники-студенты.

О том, что же вызвало такой интерес у посетителей стенда, я решила узнать у координатора экспозиции Сергея Александровича Исайчева, кандидата психологических наук, доцента кафедры психофизиологии

МГУ. По его мнению, интерес связан с тем, что на стенде демонстрируется несколько новейших компьютерных программ, созданных сотрудниками кафедры психофизиологии совместно с программными разработчиками.

С помощью одной из них в условиях виртуальной реальности проходит обучение саморегуляции путем отслеживания ритма сердечных сокращений. Это очень эффективно, например, при снятии различных фобий у человека: с помощью специальной программы можно научиться справляться со своими эмоциями. После серии занятий у человека может навсегда исчезнуть страх полета, боязнь высоты, замкнутого пространства.

Здесь же был представлен и ставший ныне популярным детектор лжи. Полиграфический опрос активно используют силовые структуры и даже серьезные фирмы при приеме сотрудников на работу. Чаще всего работодателей интересует наличие судимости, склонность к воровству, употреблению алкоголя и наркотиков.

По мнению Исайчева, обмануть полиграф крайне трудно и все зависит от квалификации полиграфолога. Студенты факультета психологии проходят серьезную подготовку к работе на этом приборе.

Еще одна установка позволяет сочетать возможности полиграфа и ап-



Психология — точная наука

паратного психологического тестирования. При ответе на стандартные тесты, например ММРІ, идет отслеживание психофизиологических показателей испытуемого. При этом тестирование проходит не только по вегетативным показателям, но и по показателям активности головного мозга. Это позволяет оперативно выявлять имеющиеся у тестируемого блоки проблем.

На стенде была представлена и установка для работы с психосоматическими расстройствами: тревогой, депрессивными состояниями, бессонницей.

Последняя разработка кафедры — программа компьютерной диагностики и коррекции игровой зависимости. В процессе игры у испытуемого регистрируется уровень эмоционального напряжения, задаются дополнительные вопросы по выявлению интернет-зависимости. Программа позволяет определить и то, насколько правдиво человек отвечает на задаваемые ему вопросы.

Сергей Александрович уверен, что по результатам такой работы с вероятностью 98% можно определить склонность человека к игровой зависимости. К сожалению, многие считают этот вид зависимости не столь опасным. Но если учесть, что большинство играющих — дети, то основания для беспокойства более чем серьезные. Ведь именно игра формирует поведенческие и личностные качества ребенка.

Коррекционная работа основана на том, что все психологические механизмы имеют в своей основе биохимические процессы, проходящие на нейронном уровне, поэтому человека можно избавить от зависимости с помощью изменения активации головного мозга.

Длительные тренировки по регуляции мозговых ритмов восстанавливают первоначальную структуру мозга. Если человек долго играет, то он получает подкрепление в виде эмоционального напряжения, сопровождающегося усиленным синтезом различных веществ, включая адреналин. Постепенно он к ним привыкает, а значит — становится химически зависимым.

Представленная на стенде установка обучает человека поддерживать ровное и спокойное состояние во время игры, поскольку при превышении допустимого уровня игра прекращается.

Мы привыкли к тому, резюмирует Исайчев, что психолог работает с тестами или ограничивается общением с клиентом. Но сейчас люди становятся все более прагматичными: им важно видеть показатели своего состояния до и после тренинга. А компьютеризированные методы современной психодиагностики, представленные на стенде, красивы и убедительны.

К тому же они наглядно демонстрируют, что современная психология занимает достойное место среди других наук. ●



Можно ли обмануть детектор лжи?

Калейдоскоп для педагога



Ульяна КУХАРЕВА

*педагог-психолог,
ГБОУ СОШ № 639,
Москва*

Термин «эмоциональное сгорание» был введен американским психиатром Х. Дж. Фрейденом в 1974 году. Термин характеризует психическое состояние здоровых людей, находящихся в интенсивном общении с клиентами, пациентами в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи.

Эмоциональному выгоранию способствуют следующие личностные установки, которые особенно присущи педагогам.

- мне нельзя ошибиться;
- я должен быть сдержанным;
- я не имею права быть предвзятым;
- я обязан во всем быть примером для подражания.

Выделяют три основные стадии синдрома профессионального выгорания.

1-я стадия

Поведение характеризуется на уровне произвольного: забывание каких-то моментов, говоря бытовым языком, провалы в памяти (например, выключен ли дома утюг, внесена ли нужная запись в документацию и пр.), сбои в выполнении каких-либо двигательных действий. Обычно на эти первоначальные симптомы мало кто обращает внимание, называя это в шутку «девичьей памятью» или «склерозом».

В зависимости от характера деятельности, величины нервно-психических нагрузок и личностных особенностей педагога первая стадия может формироваться в течение 3–5 лет.

2-я стадия

Наблюдается снижение интереса к работе, потребности в общении (в том числе и дома, с друзьями): «не хочется видеть» тех, с кем специалист общается по роду деятельности (школьники), «в четверг ощущение, что уже пятница», «неделя длится бесконечно». Нарастает апатия к концу недели, появляются устойчивые соматические симптомы (нет сил, энергии, особенно к концу недели, головные боли по вечерам; «мертвый сон, без сновидений», увеличение числа простудных заболеваний), повышенная раздражительность, человек «заводится», как говорят, с полоборота, хотя раньше подобного он за собой не замечал.

Время формирования данной стадии в среднем от 5 до 15 лет.

3-я стадия

Собственно личностное выгорание. Характерна полная потеря интереса к работе и жизни вообще, эмоциональное безразличие, постоянное ощущение отсутствия сил. На этой стадии педагогу гораздо приятнее общаться с животными и природой, чем с людьми. Стадия может формироваться от 10 до 20 лет.

Кроме личностных, внутренних причин, эмоциональное выгорание педагога обусловлено целым рядом внешних факторов. Это и отсутствие права на ошибку, приводящее к расширению трудового времени за счет работы на дому, и неудовлетворенность профессиональным статусом, и отсутствие условий для самовыражения и самореализации, и низкая зарплата.

Все эти факторы приводят к высокой напряженности в работе учителей, что, в свою очередь, может способствовать появлению подавленности, апатии, чувству постоянной усталости, а иногда и грубости, несдержанности, оскорблений в адрес учеников.

Подобные эмоциональные срывы не приносят облегчения, заставляя испытывать чувство вины, так как профессиональный долг педагога предполагает, что он обязан держать себя в руках.

Попытки сдерживаться, «загонять» проблему внутрь себя приводят к равнодушию учителя или агрессивным реакциям и становятся причиной стрессов для учителей и детей.

В профилактике синдрома эмоционального выгорания педагогов могут быть использованы **МЕТОДЫ ГРУППОВОЙ АРТ-ТЕРАПИИ**. Как известно арт-терапия — один из самых мягких и в то же время глубоких методов воздействия на состояние человека, особенно на его эмоциональное состояние. Арт-терапевтические методы позволяют снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться, они не имеют ограничений и противопоказаний.

Цикл групповых занятий с использованием методов арт-терапии помогает развитию эмоциональной устойчивости педагогов и активизации внутренних ресурсов для сохранения и восстановления своих эмоциональных сил.

В результате занятий возникают три основных эффекта:

- эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности);
- эффект восстановления (ослабление проявлений утомления);
- эффект активизации (повышение психофизиологической реактивности).

Методы, используемые в арт-терапии, предполагают создание и работу с визуальными образами, и одновременно с этим осуществляется взаимодействие между автором работы, психологом и другими членами группы. Таким образом, решаются сразу несколько задач. Изобразительная деятельность дает возможность участникам группы активизировать и использовать свои внутренние ресурсы, предоставляет дополнительные возможности для самовыражения, причем эти возможности многие никогда ранее не рассматривали как способ релаксации или восстановления своих сил.

Творческая деятельность в группе влияет также и на внутригрупповую коммуникацию, и на коммуника-

ционные возможности участников вне группы. По оценкам участников, творческая деятельность создает комфортную атмосферу внутри группы, благоприятно отражается на состоянии самих педагогов и их отношениях друг с другом, а также способствует позитивному взгляду на окружающий мир.

С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ

эмоционального выгорания педагогов в школе были созданы две группы. Первая состоит из администрации школы, заместителей директора. В ней занимается пять человек. Во вторую группу входят учителя, в ней — шесть человек. Занятия проводятся один раз в неделю в течение одного часа. Всего было проведено 12 занятий. Встречи в группах продолжаются до конца учебного года.

Опрос участников группы и наблюдения свидетельствуют о хорошей динамике эмоционального состояния участников. Как показывает практика, упражнения несут в себе положительный заряд, который чув-

ствуется в течение нескольких дней. Раскрываются и активизируются коммуникативные ресурсы. Участники группы отмечают атмосферу доверия, комфорта, повышение интереса к работе, желание общаться с коллегами не только во время учебного процесса, но и вне его, снижение раздражительности.

Для выполнения заданий и упражнений от участников не требуется художественных способностей и навыков в изобразительной или другой творческой деятельности. При работе в такой группе используются не только традиционные бумага, карандаши и краски, но и различные природные материалы, которые могут быть заготовлены заранее самими участниками.

В одной из групп участники сами заготовили всё, что может потребоваться им для будущих занятий. Время прогулки и сбора различных растений, кусочков коры и других природных материалов также может быть использовано для занятия. По отзывам участников, эта встреча была наиболее запоминающейся



и доставила всем большое удовольствие.

Помимо известных в литературе методик и упражнений в работе описываемых групп применялись и **РАЗРАБОТКИ АВТОРА СТАТЬИ**.

Волшебный песок

Участникам предлагается создавать различные объекты, придумывать истории, используя песочницу. Песочница представляет собой ящик размером 60 x 50 x 15 см, плоскость для песка из белого непрозрачного оргстекла, подсвеченного снизу двумя желтыми лампочками по 15 Вт.

Участники группы создают «волшебный остров», «волшебный сад», пишут на песке различные варианты своего имени и пр. Во время работы с такой песочницей происходит своего рода регресс, возвращение в детство, возникает чувство покоя, защищенности, ощущение беззаботности и легкости бытия.

Калейдоскоп

Материалы: бумага для рисования формата А3, большая кисточка для рисования, акварельные краски.

Участникам группы предлагается сделать рисунок.

Инструкция

1-й этап. *Обратите свой взгляд на ваш внутренний мир. Рассмотрите себя внутренним взором и изобрази-*

те в абстрактной манере всё, что вы увидели, на бумаге.

2-й этап. *Расскажите о том, что вы нарисовали. Где вы на этом рисунке? Что означает для вас то, что вы нарисовали?*

3-й этап. *Расскажите, что вы увидели на рисунках других. Представьте, что вы выбираете себе картину. Какой из рисунков вы бы приобрели?*

4-й этап. *Сверните рисунок в широкую трубку, изображением вовнутрь, рассмотрите этот «калейдоскоп» со всех сторон, расскажите о ваших впечатлениях.*

5-й этап. *Передайте свернутый в трубку рисунок соседу слева, возьмите рисунок своего соседа, рассмотрите его со всех сторон, расскажите о ваших впечатлениях.*

6-й этап. *После того как ваш рисунок вернулся к вам, разверните его и сверните снова, но изображение должно быть на внешней стороне трубки. Теперь мы выворачиваемся «наизнанку», покажите себя другим. Рассмотрите все рисунки.*

7-й этап. *Расскажите о ваших впечатлениях. Изменялось ли ваше внутреннее состояние? Каким образом? Что было самым приятным в вашей работе?*

Волшебный сад

Материалы: лист бархатной бумаги, природные материалы — засушенные растения (цветы, листья и т.п.), клей ПВА, кисточка для клея.

Инструкция

1-й этап. *Создайте для себя волшебный сад. Этот сад только ваш и только для вас. Он будет таким, каким вы захотите. С помощью природных материалов на бархатной бумаге сотворите свой волшебный сад.*

2-й этап. *Покажите ваш волшебный сад, расскажите о нем. Какой он? Что в нем есть? Как вы себя чувствуете в этом волшебном саду?*

3-й этап. *Посмотрите на работы других участников группы. Расскажите о своих впечатлениях.*

4-й этап. *Изменилось ли ваше внутреннее состояние? Каким образом? Что было самым приятным в вашей работе?*

Радуга

Материалы: бумага для рисования формата А3, кисточки для рисования, акварельные краски.

Инструкция

1-й этап. *Встаньте, закройте глаза, сделайте глубокий вдох и представьте, что вместе с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, а выдыхая — съезжаете с нее, как с горки.*

Упражнение повторить трижды.

2-й этап. *Нарисуйте вашу радугу и себя, нарисуйте то, что вы сейчас представляли, взбираясь на радугу и съезжая с нее.*

3-й этап. *Расскажите о том, что вы нарисовали. Где вы на этом рисунке? Что означает для вас то, что вы нарисовали?*

4-й этап. *Расскажите, что вы увидели на рисунках других. Расскажите о своих впечатлениях.*

5-й этап. *Изменилось ли ваше внутреннее состояние? Каким образом? Что было самым приятным в вашей работе?*



Наблюдая **РЕЗУЛЬТАТЫ ЗАНЯТИЙ**, во время которых применялись описанные выше арт-терапевтические методы групповой работы, психолог заметила, что эти упражнения помогают педагогам снять напряжение, способствуют разрядке и повышению тонуса, устранению эмоциональной напряженности, ослаблению проявлений утомления. Они нормализуют эмоциональный фон, усиливают мобилизацию ресурсов организма и могут с успехом применяться в дальнейшей работе. ●



Секреты Василисы Премудрой

Коррекционно- развивающая программа

Наталья СОЛОВЬЕВА

педагог-психолог,
сказкотерапевт,
частный психологический центр
«Калейдоскоп»,
г. Волгоград

Цель:

- осознание девочками младшего школьного возраста особенностей своего гендера, ролевой модели поведения;
- развитие женского начала;
- формирование нравственных качеств;
- формирование адекватной самооценки;
- формирование позитивных детско-родительских отношений.

ЗАНЯТИЕ 1 «Мир для девочек»

1. Знакомство

Психолог. *Представьтесь. Выберите героиню сказки, которая вам нравится и в которую вы бы хотели превратиться. Почему именно в нее?*

Девочкам предлагается список с именами героинь сказок, как положительных, так и отрицательных:

Баба-Яга, Дюймовочка, Красная Шапочка, Василиса Премудрая, Фея, Лисица, Бабка, Крошечка-Хаврошечка, Царевна-Лягушка, Колдунья, Бастинда, Эли, Белоснежка, Красавица.

2. О премудрости...

Психолог. *Сегодня мы познакомимся с одной из героинь русских народных сказок. А почему именно с ней, вы, думаю, сами догадаетесь.*

Сказка о Василисе Премудрой

В некотором царстве, в некотором государстве, где много прекрасных лесов, населенных неведомыми животными, жила очень необычная девушка. Она умела понимать не только язык людей, но и язык зверей, птиц, язык ветра и солнца, язык огня и воды, язык матушки-земли. Звали ее Василиса Премудрая.

Расписной терем, где она жила, был всегда открыт, и любой путник мог в него зайти и отдохнуть. Не было в тереме слуг, всё Василисушка делала сама: еду готовила, в комнате убирала, мыла да вязала, песни сочиняла, зверушек лечила. И славилась она своей мудростью. Ее так и звали все — Василиса Премудрая.

Психолог. *Что значит мудрая или премудрая?*

(Она умеет научить другого, много знает, хорошие советы дает, много читает, много размышляет, много наблюдает за всеми, **УМЕЕТ СОБОЙ УПРАВЛЯТЬ, НЕ ДЕЛАЕТ ГЛУПОСТЕЙ.**)

Много чудес ей было подвластно: в один миг легкий ветерок по приказу Василисы мог перенести ее в другое место, а чистая водица могла показать ей, как на экране телевизора, любого человека или зверя, ею загаданного. И видела Василиса много красивых девочек, что могли бы стать ее ученицами, перенять ее мудрость, стать ей помощницами, тех, что смогут научиться быть счастливыми и сделают счастливыми всех, кто рядом.

Психолог.

— *Готовы ли вы стать ученицами Василисы Премудрой?*

— *Готовы ли вы трудиться, чтобы овладеть всеми секретами?*

— *Нарисуйте Василису, ее терем.*

Обсуждение

- Покажите, как Василиса ходит.
- С кем она дружит? Почему?
- Какие у нее увлечения?
- Почему она всех понимает?

- Почему все делает сама и редко пользуется волшебством?
- Почему захотела поделиться с вами секретами?
- А какие у вас есть секреты? Можете вы поделиться ими с Василисой?
- Хотели бы вы стать премудрыми? Для чего?

3. Правила знакомства

Психолог. Вы отлично выдержали испытания вопросами. А вот и Василиса (кукла).

Дети проигрывают встречу с незнакомым человеком — для этого можно взять двух марионеток, с каждой проиграть определенную ситуацию.

Первый вариант:

- поздороваться;
- разговаривая, смотреть в глаза собеседнику;
- разговаривать спокойно, уверенно и доброжелательно;
- выслушать собеседника, не перебивать;
- предложить игру или иное занятие.

Второй вариант игры: дети делают все наоборот

Психолог. *С кем из девочек вам бы хотелось подружиться? Почему?*

4. Построение картины в песке «Мир для девочек»

Обсуждение работы.

5. Рефлексия

- Чему научились у Василисы?
- Какой секрет она вам открыла?
- (Уметь себя оценить и быть честным в этой оценке; правила знакомства.)
- Кто вам сегодня оказывал помощь? А вы кому?

ЗАНЯТИЕ 2 «Волшебная нить»

1. Закрепление прошлого опыта

Психолог. *Что вы узнали на прошлом занятии?*

Дети. *Как надо знакомиться: поздороваться, разговаривая, смотреть в глаза собеседнику, разговаривать спокойно, уверенно и доброжелательно, выслушать собеседника, не перебивать, предложить игру или иное занятие.*

2. Игра-разминка «Волшебный веник»

(Идея игры: Фопель, ч. 2.)

Психолог. *Вы знаете, что Василиса обладает большими способностями: обычное превращает в необычное. Сегодня мы с вами потренируемся. Постараемся не подвести Василису.*

Перед вами обычный лист бумаги. Чем он может стать? Как его можно использовать? (Ответы детей.)

А вот и веник. Никому не говорите, чем он должен стать, а просто покажите, какие действия вы будете с ним выполнять.

Обсуждение игры.

2. Упражнение «Волшебная нить»

Психолог. *Достаем из шкатулки волшебную ниточку.*

(Психолог рассказывает сказку о волшебной ниточке отношений.)

— *Для чего использует ниточку Василиса? С кем она держит связь?*

— *Всех ли людей надо одаривать своей ниточкой? Почему?*

— *Почему у некоторых ребят ниточка вся в узлах или порванная?*

— *Приведите примеры, когда ваша ниточка напряжена или может порваться в отношениях с родителями. (Из-за непослушания, непонимания.) Как избежать напряжения?*

3. Диагностика семейных отношений

Задание

● Нарисовать себя (круг). Рядом круги — родственники. Подписать, чей круг. Обсудить.

● Карандашом синего цвета провести линию, обозначающую натянутую ниточку, которая готова порваться, а красным — ниточку дружбы. Объяснить, почему.

● Обратить внимание на связь с мамой. Какого цвета ниточка? Почему? Легко ли вам поддерживать отношения? Что вы для этого делаете?

4. Упражнение: «Спасибо!»

Психолог.

— *Часто ли вы говорите это волшебное слово? Кому и за что?*

— *Что оно обозначает?*

— *Как сказать спасибо без слов? (Записка, рисунок, прикосновение, сюрприз, взгляд.)*

— *Проиграть этюд «Благодарность без слов».*

— *Нарисовать маме «спасибо». Рассмотреть рисунки, обсудить.*

5. Создание песочной картины «Мир семьи»

Идея: ниточки взаимоотношений между членами семьи.

6. Рефлексия

— *Какие знания помогут вам налаживать отношения с близкими людьми?*

ЗАНЯТИЕ 3 «Волшебное зеркало»

1. Закрепление прошлого опыта

Психолог. *Как вы применяли знания, полученные на прошлом занятии, в жизни? Приведите примеры.*

2. Игра «Отражение»

Водящий загадывает движения, участники его повторяют (можно ходить, бегать, стоять, корчить рожи). Затем на роль водящего выбирают того, кто лучше всех справился с заданием.

Психолог.

— *Всё ли вам хотелось повторять вслед за водящим? Почему?*

— *Часто ли вы повторяете что-то за другими детьми или взрослыми? Приведите примеры.*

— *Всё ли достойно повторения? Приведите примеры.*

Дети. Грубость, злые шутки, обзывалки недостойны повторения; достижения в учебе, в спорте, проявление доброты, женственности, нежности, заботы о ближнем — достойны.

3. Шкатулка Василисы

Психолог. Василиса предлагает угадать, что лежит в шкатулке. Этот предмет связан с нашей игрой.

(Девочки открывают сундучок, там зеркало.)

Для чего девочкам зеркало? Чем оно помогает девочке, а чем мешает?

(Ответы детей.)

Если вы — зеркало, то за кем из членов семьи вам хочется что-то повторить, быть таким же? Кому хочется подражать?

Нарисуйте маму. Нарисуйте рядом себя. Чем вы похожи? Чему можно научиться у мамы, только наблюдая за ней?

4. Сказка

о печальной маме

Солнечный лучик любил путешествовать по самым непроходимым тропинкам в лесу. Однажды он накнулся на терем Василисы, долго наблюдал за ней и



Фото предоставлено автором

решил подружиться, уж больно она ему понравилась. Великий путешественник знал много разных историй, и Василиса часто обращалась к нему за советом: как поступить в трудной ситуации?

Расскажу об одном из таких случаев.

Хмурым летним вечером дверь в тереме Василисы открылась и на пороге оказалась красивая молодая женщина с длинными светлыми волосами и большими карими глазами.

Пригласив незнакомку в терем, Василиса отметила странную походку гостьи: ноги с трудом отрывались от поверхности земли, их тянуло вниз, словно магнитом.

— Здравствуйте, милая незнакомка, чем я вам могу помочь? — спросила Василиса.

— Ой, красавица, устала я, сил больше нет! Подскажи мне, как быть? Тебя все Премудрой называют... — ответила женщина и заплакала.

Успокоившись, поведала она Василисе свою историю.

— Семь лет назад я была самой счастливой: у меня родилась дочка — умница, красавица, певунья-хохотунья. Думала, что помощница растет, что будем мы с ней подругами верными. Но... Чем старше становилась дочь, тем мне становилось труднее жить. Никуда она меня от себя не отпускает, не дает и шагу ступить, не позволяет сделать то, чего мне хочется. Требуется, чтобы я всегда рядом была, нигде одна не остается. Капризами и слезами меня замучила! Но ведь люблю я ее, во всем стараюсь угодить. А тут еще беда приключилась — ноги отяжелели, ходить не могу!

Внезапно небо пронзил Солнечный луч, он смело открыл окошко терема и застыл на волшебном зеркале.

Поняла Василиса совет Лучика, взяла зеркало волшебное, поднесла к гостье, и обе они увидели страшную картину: в отражении на ногах женщины висели цепи.

Обсуждение

— Что это за цепи? Откуда они?

— Почему ниточка отношений превратилась в цепь?

— Если ты любишь человека, следует ли его приковывать к себе невидимыми цепями?

— Какие поступки превращают нить в цепь?

— Легко ли жить, выполняя только чужие желания?

— Что вы посоветуете маме? Что — дочке?

— Можно ли сказать, что дочка любит маму? Почему?

— Придумайте окончание сказки (как маме избавиться от цепей).

5. Создание песочной картины

«Моя мама и я»

Психолог. Покажите, есть ли между вами ниточка. Может, между вами цепи? Знаете ли вы, какие желания и увлечения у ваших мам? Есть ли у вас общие желания?

6. Рефлексия

— Что нового вы сегодня узнали, как будете использовать знания в жизни?

(Окончание следует)

Дело мастера Бо

О жизни и притчах,
которые придумывает
она сама



Наталья ЯРОШУК

психолог-консультант

ПОСЛЕДНЯЯ КАПЛЯ

Недавно позвонила знакомая — школьный психолог, студентка старшего курса педагогического вуза. Оптимистка она, каких мало, и к тому же работяга. Грамотная, умеющая к человеческому труду и опыту относиться с уважением, а к любому недостатку — с редкой терпимостью. Отсюда и умение ладить со многими — от завуча школы (тетки дюже вредной) до последнего распустехи-старшеклассника. В общем, знакомая моя — человек толковый и увлеченный работой. А еще очень эмоциональный и во всем ищущий разума и смысла. О работе с подростками она мечтала давно и в школе была на своем месте.

А тут позвонила и говорит: всё, не могу больше, увольняюсь. Оказалось, что добила, как это часто бывает, сушая ерунда.

Во исполнение очередного указания сверху начали в школе делать официальный сайт. Работа была неинтересная, оплачиваемая «на усмотрение администрации», а значит — почти никак, к тому же сайт работал из рук вон плохо. Приходилось бесконечно перекраивать уже существующие документы, сидеть над ними часами, а потом видеть, что вся работа пошла насмарку — таблицы «ломались», фотографии не хотели грузиться и пр.

Как-то в кабинет информатики, где преподаватель и психолог «валяли сайт», зашли старшеклассники. Посмотрели, прослезились и вдруг... предложили свою помощь, но только с условием, что разместят не только таблицы школьной

нагрузки, но и собственные заметки, и фотографии со школьных вечеров. Ребята согласились даже на «цензуру» — понятно, что раз сайт официальный, надо будет все показать «старшим по званию». Попробовали — получилось. Материалов собрали предостаточно. Да и «цензор», та самая заведующая учебной частью, практически все одобрила, даже похвалила.

И тут приходит с совещания директор и говорит, что вся эта самодетельность сворачивается. Вроде бы не разобрались, кто и как обслуживание сайта будет оплачивать. Короче, есть приказ сверху — закрыть, и никаких вопросов. Но вопрос у моей коллеги все же возник. Простенький такой и разумный: а как объяснить это детям? Вот это банальное: кто-то что-то недоделал, кто-то кому-то не проплатил... Нынешние школьники и без того реальною товарно-денежной накормлены по горло.

Подростки хоть и хорохорятся, но они максималисты. Если они наделали фотографий с мероприятий и даже принесли свои стихи, то хотят убедиться, что смогут эти материалы увидеть. А теперь им надо сказать: идите-ка вы, дети с вашими затеями в свою песочницу. Нам не до вас: взрослые дяди и тети запутались!

Вот и сломалось что-то внутри у коллеги. Ну действительно: где брать силы на постоянное преодоление трудностей? В чем искать ресурс для этих бесконечных вдохновений, когда и рукопись не продашь, и уважения к твоему труду никакого?

И тогда мне вспомнилась эта история.

БО! Е!

Случилась она во времена незапамятные — лет двадцать тому назад. Моя подруга вышла в перекопанный и грязный подмосковный дворик, переходящий в лесопарк, — прогуляться с двумя своими детьми. А я к их симпатичной компании с радостью присоединилась.

Денек был не очень. Осенний такой, морозящий, без малейшего повода для радости. «Без числа», одним словом. Не было в нем ни природной яркости, ни социальной заметности, обозначаемой в календарях как День космонавтики или День радио. И от этой бесцветности становилось особенно грустно.

Не ощущали ее только дети, которые радостно бороздили заброшенный дворик и неумоимо подбирали с тяжелой глинистой земли предметы разнообразные и загадочные. Их радовали и банальный бутылочный осколок, и сдувшийся мячик, и потерянная кем-то погрешка, и невестка как сохранившая яркость. Дети отыскивали все эти предметы и с радостью неслись к нам — показать, как прекрасен их и наш мир.

Но нам было невесело, да и находки порой пугали своей чумазостью и небезопасным блеском. «Не знаю, что и делать, — не к ноге же детей привязывать, — посетовала подруга, — двор еще два года назад обещали привести в порядок, но не случилось. Все время нервничаю на прогулке: то коляска в рывтине

застрянет, то мальчишки грязный шприц подберут, то обнаружится какой-нибудь неучтенный колодец с открытой пастью — падайте, дорогие граждане, сколько влезет».

Между тем дети приблизились к симпатичному кустарнику, за которым проглядывались старая беседка и качели. Младшенький подругин сынишка, Сережа, увидев милый уголок, припустил по рытвинам действительности с утроенной скоростью и вдруг — остановился как вкопанный. Мы поспешили следом.

Глазам открылась кривенькая беседка и в ней три не менее косых мужика. Дядьки банально выпивали, несмотря на явное отсутствие поводов и дат.

Сначала мы настороженно замерли всей компанией — что называется, напряглись. Потом картина изменилась. Женщина с коляской и рассматривающий «дядей» мальчонка мужичков умилили. Они заулыбались, зашевелились и стали звать Сережу: «Подходи, пацан, не пугайся! Мы не тронем, мы хоть и не в форме, но люди с понятием».

Но не тут-то было! Мальчик, уже знакомый с кривизной реальности, застыл на месте. Он внимательно рассмотрел нехитрое застолье, дядек этих, подмокшую районную газетку, бутылку на столике. А потом вдруг весь подобрался и, подняв ручонку к небу, внятно произнес:

— Бо! Е!

Дядьки переглянулись. Мы тоже.

Но малыш не собирался отступать. Он потыкал ладошкой в низкое небо и снова воскликнул:

— Бо! Е!

Взрослые пожали плечами.

— Оль, это он о чем? — спросила я. Ребенок явно хотел сказать что-

то очень для него важное. Мама малышка только покачала головой: она тоже была в недоумении. Дядьки смешались и захихикали.

А мальчик снова потряс рукой, подался всем тельцем вперед и снова, к ним, непонимающим дурням, со всей своей детской силой обратил это свое патетическое

— Бо! Е!

Сцена была гоголевская. Все молчали. И вдруг подругу, женщину с детства верующую, осенило:

— Наташ, а ведь это он про Бога!

Он им говорит, что Бог есть! Ему это бабушка когда-то прямо такими словами объясняла!

Сережа радостно обернулся, понятый, счастливый. Дядьки замерли и как-то вдруг обмякли и застеснялись.

«Бо! Е! Бо! Е!» — повторял ребенок. И все стали радостно с ним соглашаться: и мы, и эти всеми презираемые алкаши из беседки. Мол, правильно говоришь, парень, Он — есть, Он все видит, Он, может быть, даже нас учтет и простит, потому как любит детей своих и в душу каждого проникнуть способен. И сразу стало легко и весело, и лица у всех посветлели.

...Потрясение, испытанное в морозящий серый денек, я запомнила надолго. И этот детский порыв, желание до всех донести Истину. Простую истину, которая должна бы сделать этих странных взрослых чище и лучше, но почему-то не делает.

Как-то стало ясно, что в каждой душе, даже самой слепой и заблудшей, есть светлое и главное. И оно дает силы, очищает совесть, помогает найти выход из самых запутанных ситуаций. Не всегда. Не всем. Но все же...

И если в какой-то момент удастся ощутить себя крошечной песчинкой, которая не даст дамбе глупости и злости человеческой прорваться... Если спокойно, без самоуничижения, понять, что надо просто делать свое дело, не слишком обольщаясь на счет возвышенных материй и великих результатов... Может быть, тогда будет легче находить силы, ресурсы, тащить свою ношу?

ИДИТЕ И РАБОТАЙТЕ!

Маленький Сережа с тех пор здорово подрос и стал красивым молодым парнем. И мне бы очень хотелось, чтобы он не запутался во множестве правд. Хотя я понимаю, как трудно его брату, сестре и матери находить опору в нашей каждодневной жизни, располагающей очень малой долей любви и поддержки для каждого.

...А моя знакомая пришла к директору школы со своими вопросами. Но оказалось, что сайт... снова будет работать. Взрослые дяди и тети подняли серьезные документы и отменили объявленное во всеуслышание закрытие интернет-лавочки. Вот только не учли моральных затрат. Как обычно. Ведь Бог далеко, а делами распоряжаются люди. А они до обидного часто ошибаются и про главного, Вышестоящего и Всевидящего, не помнят. Куда им до маленького мальчика из подмосковного городка!

Что касается внутренних ресурсов и сил... Они, наверное, черпаются из сфер высших и очень «вневедомственных», не зависящих ни от каких приказов и распоряжений разнообразных начальств.

Директор школы, в которой работает до сих пор моя коллега, оказалась женщиной мудрой. Она решила проблему легко, сказав: «Каких только приказов я не читала за время своей работы! Но если вы переживаете о том, что сказать детям, то надо... идти и говорить. Объяснять, искать слова, свои какие-то смыслы придумывать, в том числе и для себя самой. Короче, идите и работайте!»

Вот такая странная мораль. Ведь если мастер «Бо», пусть даже самый неведомый и абстрактный, все-таки обитает в душе, то он и сил даст, и заступится, когда надо. Надо только получше к нему прислушаться. ●





**Словарь-справочник
по психоанализу**

В. Лейбин

М.: АСТ, АСТ Москва, 2010

Психоанализ настолько прочно вошел в профессиональный обиход психолога, что трудно поверить (или поверить легко, но трудно признаться): имеющиеся у нас представления не только отрывочны и непоследовательны, но зачастую ошибочны.

Возникшая еще в прошлом столетии мода на психоанализ до сих пор прочно сохраняет свои позиции, что, к сожалению, не способствует ни дальнейшему развитию и углублению научного психоанализа, ни его адекватному применению в психотерапевтической практике. В силу этого особую практическую ценность приобретают справочные издания, с помощью которых появляется возможность проникнуть в теоретические основания психоанализа.

В аннотации к словарю-справочнику отмечается, что он полезен как для повышения общего уровня образования, так и для последующего глубокого изучения психоаналитической теории и практики. Не исключено, что занятым в образовании психологам потребуется второе, однако в необходимости знакомства с психоаналитическим направлением всем без исключения психологам сомневаться не приходится.

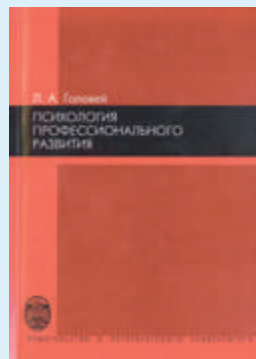
Насчитывается не один десяток изданий по психоанализу, но данное существенно выделяется среди остальных. Автор словаря Валерий Лейбин — один из самых почитаемых в нашей стране специалистов в области классического и современного психоаналитического течения в философии и психологии. Он известен многочисленными публикациями (в том числе на иностранных языках) по вопросам истории фрейдизма и его последующих модификаций; у нас он снижал популярность на ниве исследований по психоанализу в России. Все это позволяет с полным основанием утверждать, что авторский словарь по психоанализу Лейбина — надежный путеводитель по одному из ведущих течений мировой психологической мысли.

Это — второе издание книги, первое увидело свет в 2001 году и с тех пор, во-первых, стало библиографической редкостью, а во-вторых, обогатилось новыми сведениями. Как отмечает автор словаря, материал представлен таким образом, чтобы восстановить, с одной стороны, исторические, а с другой — логические связи психоанализа, а это своим результатом имеет особое внимание к анализу положений З. Фрейда. В то же время автор существенное место отводит представлению идей К. Абрахама, А. Адлера, Д. Винникотта, М. Кляйн, Э. Фромма, К. Юнга и многих других.

Толкование психоаналитических терминов построено таким образом, чтобы вернуть читателя к их классическому использованию. Свое профессиональное кредо автор характеризует как «вперед с Фрейдом!», подчеркивая тем самым потребность для психоанализа на современном этапе его развития в возвращении на круги своя, противопоставляя свою позицию призыву Ж. Лакана «назад к Фрейд!».

Такая точка зрения наверняка уязвима для критики, но неукоснительное следование заявленным принципам делает изложение строгим, последовательным и, как следствие, — доступным пониманию.

Марина СТЕПАНОВА



**Психология
профессионального
развития**

Учебное пособие

Л.А. Головей

СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та, 2009

Не будет преувеличением сказать, что на протяжении последних лет вопросы профориентации подростков и их профессионального самоопределения находятся в центре внимания педагогов, психологов, родителей, а также преподавателей вузов и работодателей. Беседы со старшеклассниками, нацеленные на выявление их индивидуально-личностных особенностей и склонностей, с одной стороны, и ознакомление с миром профессий — с другой, стали одним из приоритетных направлений работы школьного психолога.

Эта проблематика получила отражение на страницах методических пособий и периодических изданий (в том числе и в нашей газете). Однако создается впечатление, что с окончанием школы и выбором даже не профессии, а всего лишь учебного заведения все проблемы, связанные с будущей профессиональной карьерой, уже решены.

Принципиальное отличие данной книги от многочисленных подобных изданий состоит в том, что в ней профессиональное самоопределение молодежи рассматривается как начальный этап профессионального развития личности. Последнее включает в себя все изменения, происходящие с человеком в процессе профессиональной деятельности на протяжении всей его жизни.

Психологическое консультирование по широкому спектру вопросов профессиональной занятости в разные возрастные периоды, начиная от знакомства с профессиями и готовности к выбору предпочтительной области труда и завершая окончанием трудовой деятельности, выступает предметом исследования автора. В силу этого данное (учебное по замыслу) пособие может быть рекомендовано всем практикующим психологам, вне зависимости от области их занятости.

Пониманию основных положений книги способствует тщательно продуманная структура изложения.

Самостоятельная глава посвящена вопросам профессионального развития человека. В ней, в частности, даются понятия профессиональной направленности и профессионального типа личности и приводятся получившие широкую известность классификация типов профессиональной направленности Е.А. Климова и профессионально-личностная типология Дж. Холланда.

Особое внимание в книге уделено проблеме психологического сопровождения профессионального развития личности. Трудно не согласиться с мыслью, что психологическая помощь не сводится ни к информированию, ни к диагностике. Результативность консультирования определяется теми изменениями, которые наблюдаются в мировоззрении человека, что особенно верно по отношению к подросткам. Принятие подростком ответственности за сделанный им самостоятельно профессиональный выбор становится главным позитивным итогом работы психолога.

В заключение следует отметить, что почерпнутые из книги сведения помогут школьному психологу разработать свой курс подготовки старшеклассников к профессиональному выбору.

Марина СТЕПАНОВА



**Введение
в общую психологию**
Курс лекций
Ю.Б. Гиппенрейтер

М.: АСТ: Астрель, 2009

Книги Ю.Б. Гиппенрейтер читают все: профессионалы и непрофессионалы, теоретики и практики, психологи, специалисты, занятые в бизнесе, спорте, медицине и др. Это «Введение...» неоднократно переиздавалось, но число желающих познакомиться с ним по-прежнему не уменьшается. В силу этого есть все основания заключить, что данная книга — как и другие работы автора — не нуждается в специальном представлении и тем более обосновании своей значимости и полезности. Тем не менее хочется обратить на нее особое внимание школьных психологов, с тем чтобы показать, в каких случаях и с какой целью ее не помешает взять в руки.

Это издание — учебное в истинном смысле этого слова. Оно наглядно демонстрирует, как следует говорить о психологии с людьми, для которых знакомство с наукой о душевной жизни человека сводится в лучшем случае к прочтению нескольких научно-популярных статей и брошюр. Книга написана, как отмечается в предисловии, на основе вводного курса лекций для первокурсников (автору данных строк посчастливилось слушать самый первый цикл этих лекций) и потому выступает средством приобщения читателей к научной психологии.

Извлечет ли что-то полезное для себя из чтения учебного пособия для первокурсников дипломированный специалист? Можно назвать, по меньшей мере, три типичные ситуации, когда это будет оправдано.

Во-первых, работающим в образовательных учреждениях психологам приходится выступать перед педагогами и родителями, и в этих случаях от них требуется не только найти представляющую интерес информацию, но и преподнести ее в доступной слушателям форме. В частности, в качестве средства, облегчающего понимание психологических терминов и закономерностей, по мнению автора книги, допустимо использовать иллюстрации из художественной литературы и повседневной жизни.

Во-вторых, когда психологу предстоит подготовить беседу со школьниками, то перед ним также встает задача отбора соответствующего материала. Опыт показывает, что нынешние дети не отличают психологию от астрологии, а психолога от психиатра. Поэтому психолог вынужден сочетать психологическое просвещение подростков с очищением их сознания от заблуждений и суеверий, что также можно сделать с опорой на данное издание.

Наконец, в-третьих. Вступившего на путь практической психологии специалиста рано или поздно в той или иной форме подстерегает профессиональный кризис, когда он приходит к выводу, что наука очень далека от действительности и потому от нее можно отказаться, доверившись собственной интуиции и опыту. Чтобы этого не произошло, необходимо иметь четкие представления о том, где пролегает граница между житейским и научным психологическим знанием и каковы преимущества последнего. Об этом идет речь в самом начале пособия.

Игнорирование ведущей роли научного знания дорого обходится психологам, но еще дороже тем, кому адресована психологическая помощь.

Марина СТЕПАНОВА



Парадокс времени
Новая психология
времени, которая
улучшит вашу жизнь
Ф. Зимбардо, Дж. Бойд

СПб.: Речь, 2010

Американский психолог Филипп Зимбардо вот уже 40 лет гастролирует по свету с публичными лекциями, снимая сливки с репутации, заслуженной благодаря знаменитому Стэнфордскому тюремному эксперименту. Увлечение Зимбардо проблемой застенчивости прибавило к списку его сочинений пару небезы-interесных, но ничем не выдающихся книжек, знакомых и российскому читателю. Широко разрекламированный «Эффект Люцифера» перевода на русский даже не удостоился. И совершенно справедливо.

И вот пару лет назад в гастрольном репертуаре «лица и голоса современной психологии» произошло обновление: увидела свет новая книга «Парадокс времени», написанная звездой в соавторстве с молодым коллегой Джоном Бойдом. В богатой палитре зарубежных новинок питерское издательство «Речь» обратило внимание именно на эту и с завидной оперативностью выпустило весьма достойный перевод.

Есть, однако, подозрение, что в наших краях (как, впрочем, и на родине) книга бестселлером не станет несмотря на звездную репутацию автора и беспроигрышное, казалось бы, обещание лучшей жизни. Беда в том, что авторы, кажется, сами не определились в жанре своего сочинения — то ли академическая монография на интересную и важную тему, то ли карнегианская поп-психология. В результате разочарование грозит как ценителям академического стиля, так и искателям простых и легких рецептов. Несмотря на это книга получилось по-своему интересной и заслуживающей прочтения.

Изюминками таких сочинений обычно являются описания ярких экспериментов, подсказывающие поучительные выводы. Пожалуй, главная такая изюминка в данном случае — знаменитый «зефирный» эксперимент Уолтера Мишеля. В этом опыте дети ставились перед выбором между сиюминутным удовольствием и удвоенным, но отсроченным. Последующие замеры показали более высокие жизненные достижения тех, кто еще в детстве умел сориентироваться на многообещающее будущее.

Вывод кажется простым. Однако этот пример — лишь повод для пространных рассуждений о нашей склонности жить прошлым, настоящим или будущим. Какой вариант предпочтительней? Со времен Карнеги психологи повторяют на все лады мантру «здесь и теперь». А как же позитивный прошлый опыт? Отвергнуть вместе со старыми обидами и огорчениями? А мечты, планы на будущее?..

Зимбардо с соавтором предлагают свою гармоничную схему, позволяющую обратить временную ретроспективу и перспективу в инструмент полноценной счастливой жизни. Представленная ими концепция не имеет отношения к столь популярному ныне тайм-менеджменту — системе рационального и максимально эффективного использования личного времени. Научиться извлекать максимум выгоды из каждой секунды эта книга не поможет. Она вообще не об этом. Это книга о содержании и ритме нашей жизни, хоть и вынуждена притворяться книгой о выгоде.

Впрочем, не пожалевшие несколько часов на прочтение 350-страничного тома в убытке не будут.

Сергей СТЕПАНОВ

Дайте порулить!



Янина СТЕРНИНА
психотерапевт,
Москва

Н и для кого не секрет, что одной из основных проблем во взаимоотношениях является борьба за власть и контроль, которая может протекать скрытно или приобретать гигантские масштабы. И даже желающие освободиться от власти и контроля в отношении себя, не отказались бы иметь некие рычаги управления в отношении других.

Любой родитель мечтает иметь послушного (власть) и понятного ему (контроль) ребенка. «Если я сказал(а) — он(а) делает! Если он(а) делает, я знаю, что и когда». Любой ребенок не отказался бы от покладистого (власть) и предсказуемого (контроль) взрослого — родителя, учителя.

Что же говорить о партнерских отношениях? Практически в любой паре можно услышать коронную фразу: «Все было бы прекрасно, если бы он(а) делал(а), как я говорю. И — спокойно, если бы я знала (знал) что он(а) делает (думает, чувствует)». Ну и, разумеется, есть желание подрегулировать, ежели чувствует не то, а думает ерунду!

Если оглянуться вокруг — кого мы увидим? Начальников, мечтающих о всевидящем оке и кнопке усиления работоспособности подчиненных, которые, в свою очередь, изобретают навигатор перемещения и индикатор настроения начальства. Дети бы тоже не отказались от обладания подобными приборами в отношении родителей, учителей и др.

И вот приходят к нам на прием такие вот мечтатели и начинают причитать:

— Ой, как трудно мне с ним (с ней)! — имеются в виду ребенок, муж, босс.

— А чего трудно?

— Да не слушается и неизвестно чем без меня занимается!

А другой сразу подпеваает:

— Ой, а мне как трудно с ним — везде нос сует, не по делу орет, вздохнуть не дает!

И оба в один голос, тыча пальцем друг в дружку:

— Вот почините мне его (ее), гражданин психолог, и будет у нас не жизнь, а малина! Слабо? Да чему там вас учат вообще?! Доверие?! Вы о чем? Вот своих детей нарожайте (вариант: мужа заведите) и тогда попробуйте сами, доверяйте! А при чем тут моя самооценка?! Со мной все в порядке! Его (ее) чините!

Что, знакомая ситуация? И сколько нашей психологической энергии приходится тратить на работу с проекциями да на разворот клиента «к лесу задом, а к себе передом»? А наша энергия — на вес золота.

Предлагаю **«ЭРГОНОМИЧНЫЙ» ВАРИАНТ СТРАТЕГИИ** в данной ситуации. Ни в коем случае не бороться с проективными установками и сопротивлением клиентов, а... всеми силами поддержать все это! И в игровой форме довести их позиции до абсурда!

Итак, игра «Дайте порулить!».

Понадобится бумага А4 и карандаши.

Игру можно проводить в паре, в семейном или групповом формате. Групповой формат предполагает несколько пар или семей одновременно. Могут быть пары родитель–ребенок или мужчина–женщина. В группе состав пар должен быть однородным (только родительско-детские или только женско-мужские). Возможны и другие варианты пар — прояснение отношений между коллегами или друзьями.

Инструкция крайне проста. После обозначения конфликтной ситуации и желания клиентов изменить друг друга им предлагается представить, что это вполне вероятно и что прямо сейчас это можно будет сделать.

Представьте, что ваш партнер (родитель, ребенок) готов полностью соответствовать вашим представлениям и ожиданиям. Ему нужны только ваши четкие указания. И для этого прямо сейчас в ваших руках скоро появится волшебный пульт управления... нужным вам человеком. Как телевизором, например! И если представить, что пульт будет точно работать, какими бы кнопками вы оборудовали его? Нарисуйте макет пульта на листе бумаги.

Для облегчения мук творчества можно дать некоторые шуточные заготовки, например:

Пульт управления детьми

- Регулятор звука, с функцией «выкл./вкл.»
- Программы повышения аппетита: «Закрой рот и ешь что дают».
- Навигатор саморазвлечения: «Играй сам и тихо», «Отстань от взрослых».

● Регулятор уровня интереса к учебе: минимальный — «Ладно, погляжу в учебник», максимальный — «Боже, как интересно!».

Пульт управления родителями (для детей)

- Выключение звука.
- Режим невидимки: «Тут нет никого».
- Сигнализация: «Они приближаются».
- Регулятор лояльности: «Не хочешь — не ешь».

«Пора гулять», «Как же ты столько без компа?!».

- Кнопка «Выдать карманные деньги».

Пульт управления мужчиной:

- Кнопка-усилитель внимания и интереса.
- Кнопка — выдать комплимент, цветы.
- Вынести мусор.
- Сформировать страстный взгляд.
- Навигатор перемещения с работы домой.
- Простой киватель.
- Кнопка «Ты совершенно права, дорогая».
- Регулятор выдачи денег в семью.
- Рычаг управления уровнем отвращения к футболу

(рыбалке, пиву).

Пульт управление женщиной

- Поискник женской логики.
- Ускоритель приготовления обеда.
- Кнопка восхищения зарплатой мужа.
- Выбор дежурной фразы, варианты: «А давай я сбегаю за пивом», «Мы молча посмотрим футбол», «Да ладно, ты уже мылся на днях!».
- Регулятор звука с функцией «выкл.».
- Пауза и стоп.

После изготовления пульта следующим заданием становится его **ПРАКТИЧЕСКОЕ ОСВОЕНИЕ**.

Инструкция. По очереди один из пары нажимает все свои воображаемые кнопки пульта по очереди, озвучивая их, а другой беспрекословно подчиняется. Каждый имеет уникальную возможность осуществить свою заветную мечту — власть «поругать» другим!

Оба отслеживают свои чувства с последующим обязательным обсуждением вслух. «О, сколько нам открытий чудных...»

Задача психолога: поддержать конструктивный диалог с упором на чувства и Я-высказывания, а также с проверкой «Что вы сейчас услышали?» и «Правильно ли вас поняли?».

Следующий шаг — создание собственного пульта саморегуляции с учетом предыдущего опыта.

Инструкция. Теперь вы обладаете полным спектром познаний о пожеланиях друг друга, о реакциях партнера на свои желания и свои реакции на пожелания другого. Исходя из этих знаний попробуйте придумать новый прибор под названием «пульт саморегуляции», благодаря которому вы сможете управлять собой так, чтобы ваша жизнь и ваши отношения стали более комфортными. Рисуйте!

Заготовка пульта может выглядеть так:

- регулятор самооценки,
- усилитель уровня доверия к другому,
- кнопка выпуска пара из головы,
- кнопка «стоп»,
- регулятор настроения,
- дезинтегратор дурных мыслей,
- генератор любви к себе,
- рассеиватель страхов,
- переключатель внимания и т.д.

После первых набросков можно предложить расширенные варианты **ПУЛЬТА РЕГУЛЯЦИИ СЕБЯ** на темы:

«Здоровье» — регулятор давления, очиститель кишечника (печени, кожи), сжигатель лишнего веса, усилитель иммунитета.

«Материальное благополучие» — синтезатор денег, расширитель жилплощади, ускоритель карьерного роста, усилитель везения и др.

Далее следует обсуждение полученного волшебного механизма с попытками освоения и фиксацией на чувствах. Уф, свершилось! То, что грозило долгой и трудной работой, превратилось в веселую игру!

Домашним заданием должно стать изготовление красочного и прочного пульта саморегуляции с обязательными свободными кнопками для творческих мыслей!

Успехов!



Рисунки Е. Медведева



ВСЁ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

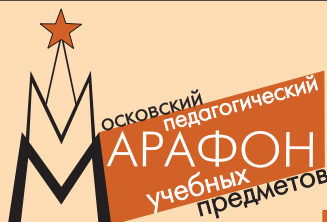
- КНИГИ • ДИСКИ
- МЕТОДИКИ • ПЛАКАТЫ
- РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ

В ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ ПРИ ИЗДАТЕЛЬСТВЕ «ГЕНЕЗИС»

www.genesisbook.ru

г. Москва, ул. Б. Галушкина, д.10 корп.1
 Тел./факс: (495) 682-5442, тел.: (495) 682-6051
 E-mail: info@genesis.ru, sale@genesis.ru

Адрес для писем: 125464 г. Москва, а/я 32, Издательство «Генезис»



-2011 С 22 МАРТА ПО 15 АПРЕЛЯ

в московском лицее № 1535

РАСПИСАНИЕ ДНЕЙ МАРАФОНА

22 марта	ОТКРЫТИЕ. День классного руководителя
23 марта	День школьного психолога
24 марта	День здоровья детей, коррекционной педагогики, логопеда, инклюзивного образования и лечебной физической культуры
	День учителя технологии
25 марта	День учителя начальной школы
27 марта	День дошкольного образования
29 марта	День учителя географии
30 марта	День учителя химии
31 марта	День учителя биологии
1 апреля	День учителя информатики

2 апреля	День учителя физики
3 апреля	День учителя математики
5 апреля	День учителя истории
6 апреля	День учителя МХК, музыки и ИЗО
7 апреля	День школьного и детского библиотекаря
8 апреля	День учителя литературы
9 апреля	День учителя русского языка
10 апреля	День учителя английского языка
12 апреля	День учителя французского языка
13 апреля	День учителя немецкого языка
14 апреля	День учителя физической культуры
15 апреля	День школьной администрации. ЗАКРЫТИЕ

Адрес лицея: ул. Усачева, дом 52 (в 3 минутах ходьбы от станции метро «Спортивная»).

Участие бесплатное. Обязательная предварительная регистрация на все дни марафона откроется с 20 февраля 2011 года на сайте www.1september.ru.

Условия регистрации и подробные программы каждого дня Марафона будут опубликованы в газетах нашего Издательского дома и на сайте www.1september.ru.

В дни Марафона ведущие издательства страны представят книги для учителей.

Начало работы – с 9.00. Открытие дня – в 9.30. Начало лекций и семинаров – в 10.30. Закрытие дня – в 15.00.

Каждому участнику Марафона, посетившему три мероприятия одного дня, будет выдан официальный именной сертификат о повышении квалификации (6 часов).

По всем вопросам обращайтесь по телефону: 8-499-249-31-38 или по электронной почте: info@1september.ru

**Центр психологического
сопровождения образования «Точка ПСИ»,
Издательский дом «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»**

объявляют о проведении

III Всероссийской психолого-педагогической мастерской «ГРАНИ РАЗВИТИЯ»

Тема мастерской: «Педагогика как искусство»

Время проведения:
10 – 14 марта 2011 года

Место проведения:
г. Нижний Тагил, Свердловская область

К участию в мастерской приглашаются педагоги, классные руководители (освобожденные воспитатели), воспитатели ДОУ, психологи, завучи и методисты, преподаватели вузов и студенты психолого-педагогических специальностей.

Мастерская — это уникальная возможность для педагогов и психологов повысить свою квалификацию, пройти обучение у известных специалистов, соотнести свой опыт с наработками и опытом коллег.

Программа составляется с учетом интересов и **педагогов**, и **психологов**. Состоятся обучающие мастер-классы и лекции ведущих специалистов по актуальным проблемам обучения, воспитания, развития учащихся: современные образовательные методы и технологии, ценностное развитие современных детей и подростков, инклюзивное образование, психолого-педагогическая подготовка школы к ЕГЭ, адаптация мигрантов и решение межкультурных конфликтов в школе, мониторинг качества образования и др. Будут организованы психологические занятия по профилактике эмоционального выгорания и поддержке психологического здоровья педагогов.

По итогам мастерской участники получают пакет научно-методических материалов и разработок, СЕРТИФИКАТ УЧАСТНИКА, удостоверение о повышении квалификации (72 часа).

Дополнительную информацию и содержательные материалы по теме мастерской можно найти на сайте центра «Точка ПСИ»: **www.tochkapsy.ru**.

Организационный взнос с учетом проживания и питания в течение 4 дней составляет 16 000 рублей. Для участников, представляющих на мастерской авторский опыт, предусмотрена скидка. Возможны участие без оплаты проживания и заочное участие. Стоимость заочного участия — 3000 руб. Заявки принимаются специалистами центра «Точка ПСИ» по электронной почте: **tochkapsi2009@mail.ru**, по телефону **+7 (495) 748-91-98**.



Абрахам Маслоу

*видный
американский психолог,
один из основателей
гуманистической
психологии
(1908–1970)*

► Жизнь — это процесс постоянного выбора. В каждый момент человек имеет выбор: или отступление, или продвижение к цели. Либо движение к еще большей боязни, страхам, защите, либо выбор цели и рост духовных сил. Выбрать развитие вместо страха раз десять в день — значит десять раз продвигнуться к самореализации.