

# ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

ИЗДАЕТСЯ С 1998 г.  
№ 14 (492)

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



**с. 27** Как справиться с конфликтом в школе?  
Крупницы полезного опыта

**с. 4** Что мешает включению психолога в учебный процесс

**с. 43** С какого возраста следует начинать выбирать профессию?

**с. 36** Межнациональные отношения: обсуждаем проблему с учениками и учителями

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ

1september.ru | **Первое сентября** | сентябрь 2011

1september.ru

школьный психолог

Индексы подписки по каталогам: Роспечать 32898 (бумажная версия), 26122 (электронная); Почта России 79152 (бумажная версия), 12769 (электронная)

[ в номере: ]

*Гильдия*

Марина СТЕПАНОВА

**Правило  
предполагает  
исключения** 4

Марина БИТЯНОВА

**В центре внимания —  
мониторинг** 9

Галина РЕЗАПКИНА

**Школа перед фактом  
суицида** 12

*Точка зрения*

⊙ Кирилл КАРПЕНКО  
**Гражданский брак** 15

*Метод в теории и на практике*

Оксана ГОЛУБЬ  
Анна БЕЗРУКОВА,  
Татьяна ПАЛКИНА  
**Ролевая игра  
в образовательном  
процессе** 20

Ирина СТИШЕНОК  
**Использование сказок  
при индивидуальном  
консультировании** 24

Евгений ПЯТАКОВ  
**О технологии разбора  
и погашения  
конфликтов** 27

⊙ К материалам, помеченным таким символом, есть дополнение на CD-диске.

УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ЧИСТЫЕ ПРУДЫ»  
Зарегистрировано ПИ № ФС77-44311 от 18.03.11  
в Министерстве РФ по делам печати  
Подписано в печать: по графику 15.08.11,  
фактически 15.08.11 Заказ №  
Отпечатано в ОАО «Чеховский полиграфический комбинат»  
ул. Полиграфистов, д. 1,  
Московская область, г. Чехов, 142300

*Документы*

Татьяна АРЖАКАЕВА

⊙ **Новые задачи  
и новые компетенции  
при переходе  
на ФГОС НОО** 32

*Вместе с учителем*

Елена ОСЬКИНА

**Темы предлагает жизнь** 36

Татьяна ЩЕРБАКОВА

⊙ **Как снять напряжение  
с помощью сказки** 39

*Вместе с родителями*

Марина СЕЛИВАНОВА

**Разговор в семье  
о выборе профессии** 43

*Конкурс*

Наталья АДЮШЕВА

⊙ **Путешествие  
в Песочный город** 46

Елена ШАРЫПОВА

⊙ Юлия УДАЛОВА  
**С красками  
на физкультуру!** 49

*Календарь*

*Книжный шкаф* 60

*Игротека*

Елена БОЕВА

Марина УКОЛОВА,

Ольга ФИРСОВА

**Осенний калейдоскоп** 62

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

## РЕДАКЦИЯ:

Главный редактор

**Игорь Вачков**

Вып. редактор Э. Тахтарова

Дизайн макета и обложка 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 (бумажная версия)

26122 (электронная версия)

Почта России: 79152 (бумажная версия)

12769 (электронная версия)

## 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

Главный художник: Иван Лукьянов,

Педагогический университет:

Валерия Арсланьян

(ректор)

ГАЗЕТА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

**Первое сентября** – Е.Бирюкова

ЖУРНАЛЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

**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

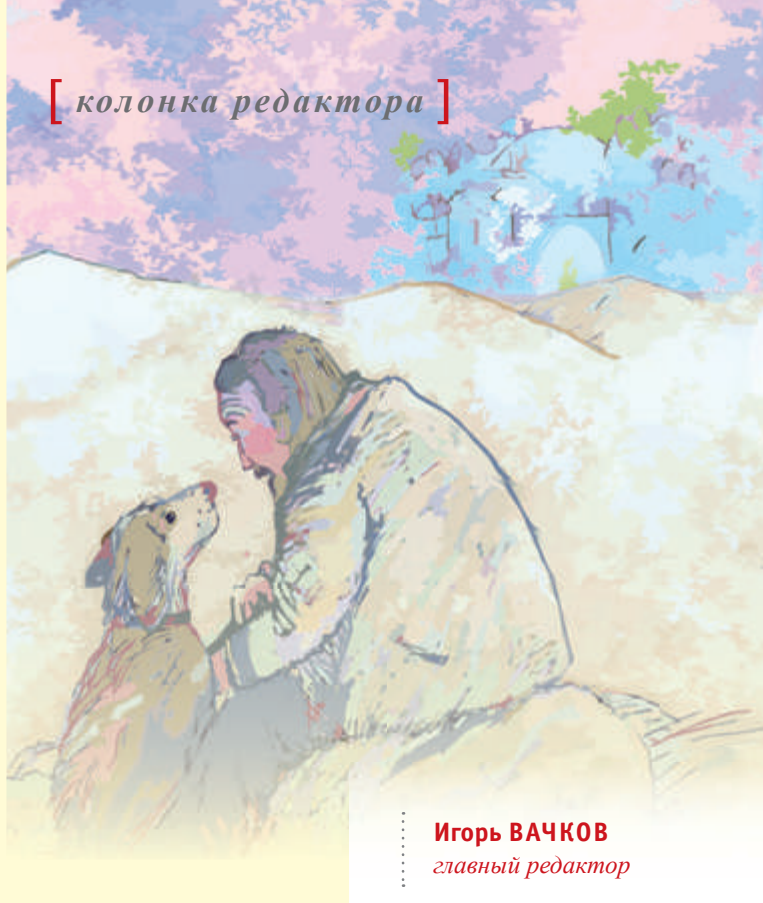
**Физика** – Н.Козлова

**Французский язык** – Г.Чесновицкая

**Химия** – О.Блохина

**Школьный психолог** – И.Вачков

## [ колонка редактора ]



**Игорь ВАЧКОВ**  
главный редактор

Притчи очень помогают в психологической работе. Бывают ситуации, когда вовремя рассказанная притча заменяет полдюжины консультаций. Думается, и вот эта притча вам пригодится.

Случилось так, что в человека и собаку, отдыхавших под деревом, попала молния, и оба умерли. Но они не поняли, что наступила смерть (такое порой случается), и продолжили свой путь. Они очень долго шли по длинной, дикой, утомительной дороге. Стояла жуткая жара, и им очень хотелось пить. Вдруг они увидели перед собой оазис. За прозрачной оградой — музыка, цветы, журчание фонтана.

— Что это такое? — спросил путешественник у привратника.

— Это рай, и теперь ты можешь войти и отдохнуть по настоящему. Тут есть сколько угодно питья и еды. Но войти может только человек, а зверям вход запрещен.

— Но можно я хоть вынесу собаке воды?

— Сожалею, но вошедший сюда выйти уже не может.

И путешественник пошел дальше. Через некоторое время дорога привела его к другому оазису. У прозрачных ворот тоже сидел привратник, а за его спиной бил фонтан и стояли столы со всевозможной едой.

— Заходите, — сказал привратник. — Ты и твоя собака здесь могут напиться и поесть.

— А что это за место? — спросил человек.

— Это рай.

— Как так? Привратник у первого оазиса сказал мне, что рай там, и нас туда не пустили.

— Нет. Он сказал неправду. Там не рай, там ад.

— Но как же вы в раю терпите их ложь, ведь возникает путаница!

— Что вы! Они нам очень помогают. Ведь там остаются те, кто способен предать своих лучших друзей. ●



# Правило предполагает исключения

## Уроки психологии для психологов

**Марина СТЕПАНОВА**

кандидат психологических наук,  
педагог-психолог  
московской гимназии № 1541

*Профессиональные обязанности педагога-психолога — это догма, постоянно меняющиеся ориентиры, источник для саморазвития или что-то еще? Что мешает включению психолога в учебный процесс?*

*Понять по-настоящему человека и межлюдские отношения, чтобы сделать их совершеннее, — это все же самая человеческая и самая прекрасная из всех задач.*  
**С.Л. Рубинштейн.**  
**Выдержки из дневника**

**С** началом нового учебного года перед школьными психологами встает задача определения своих ближайших и перспективных целей, основных направлений работы, а вместе с ними и своих обязанностей. Тот, кому предстоит впервые переступить порог школы в новом качестве — не ученика, а

педагога, точнее говоря, педагога-психолога, — вправе рассчитывать на помощь опытных коллег, с тем чтобы следовать их советам и рекомендациям. Школьный психолог, имеющий опыт практической работы, оказывается в более сложном положении, так как вынужден держать ответ перед самим собой: а насколько меня самого устраивают результаты того, чем я занимаюсь уже который год подряд? А может быть, следовало бы пересмотреть список привычных дел? В то же время в такой ситуации велик соблазн открыть папку с планом работы за прошлый год и действовать по знакомой схеме — вариант, возможно, и не самый хороший, но надежный, проверенный.

Не будем спешить с выводами и тем более упреками в адрес психолога, не готового к переменам. Не всегда перемены — это перемены к лучшему. Не исключено, что стремление к консерватизму говорит об устойчивости и зрелости профессиональной позиции. Однако верно и обратное: нежелание (неумение, неготовность и другие «не») психолога пересматривать круг своих профессиональных обязанностей в связи с появлением новых образовательных задач об-

ладает, по меньшей мере, двойным негативным эффектом. Оно мешает ощутимому, а не номинальному включению психолога в учебный процесс и не прибавляет уважительного отношения ни к отдельно взятому психологу, ни к профессии в целом.

### **ДИЛЕММЫ КОЛЬБЕРГА**

Психологу приходится заниматься диагностикой и коррекцией, проводить консультации и тренинги. Его рабочий день заполнен до отказа, а сколько еще остается несделанного! И при этом такого нужного и важного: с учителем поговорить, администрацию успокоить, ребенку объяснить...

Аналогичная ситуация складывается и у учителя-предметника, и у классного руководителя. Уроки, домашние задания, классные часы, дни здоровья — список необходимых дел увеличивается, а отведенное на них время сворачивается, как шагреновая кожа. Однако отношение ребенка к учителю находится в какой-то иной, явно не прямой зависимости от числа успешных ответов у доски и отличных отметок. Какой учитель оставляет след в душе ребенка, к кому приходят выпускники 10–15-летней давности? А кого

в лучшем случае забывают, а в худшем — вспоминают нелестным словом? В поисках честного ответа на этот трудный вопрос, рано или поздно встающий перед неравнодушным к своему делу учителем, обращаются к опыту известных педагогов и тех, кому в свое время очень повезло со школой и учителями.

В этой связи на память придут слова Валентина Распутина из ставшего в наше время программным произведением «Уроки французского»: «...почему мы так же, как и перед родителями, всякий раз чувствуем свою вину перед учителями? И не за то вообще, что было в школе, — нет, а за то, что случилось с нами после». Хочется добавить: и за то, что с нами не случилось, несмотря на усилия, душевные старания и страдания и тех и других.

Выросший в послевоенные годы мальчик на всю жизнь запомнил «уроки французского» молодой учительницы Лидии Михайловны. Узнав о бедственном положении своего постоянно недоедавшего пятиклассника, отказывавшегося принимать от кого-либо помощь, она решила на крайнюю меру — начала играть с ним на деньги. На них мальчик покупал молоко. Директор школы назвал поступок учительницы преступлением, растлением и соvrращением. Лидия Михайловна была вынуждена уехать и впоследствии напомнила о себе лишь посылкой с макаронами и красными яблоками, которые раньше мальчик видел только на картинке. Есть все основания утверждать, что рассказ основывается на реальных событиях из жизни будущего писателя, школьные годы которого пришлось на голодное послевоенное время. Короткий эпизод из далекого детства занял место одного из самых важных и значительных событий всей жизни. Каким, оказывается, мощным и глубоким может быть влияние педагога на душу ребенка, если поступок учителя стал тем идеалом, на соответствие с которым

проверялись дела и свершения его последующей взрослой жизни.

Психологический взгляд на все и вся вокруг невольно побуждает к вопросу в духе известного американского психолога Лоренса Кольберга: «Кто в этой ситуации прав — директор или учительница?» Интересно, что анализирующие «Уроки французского» шестиклассники, не задумываясь, встают на сторону учительницы. Можно, конечно, предположить, что в данном случае действует стереотип, согласно которому учительница все-таки своя, а директор — чужой. Однако дело, пожалуй, не только в этом — дети не терпят фальши, они особенно чувствительны к проявлениям искренней доброты, вызывающей в их душах ответные переживания.

Оказывается, дилеммы Кольберга — не изощренная выдумка исследователя, а наша с вами повседневная жизнь.

### **ОДИН В ПОЛЕ ВОИН**

С подобными моральными проблемами в школе сталкивается не только учитель или администратор — приходится их решать и психологу. И перед ним — вне зависимости от того, осознает он это или нет, — также встает задача выбора со всеми вытекающими последствиями. Нам хочется верить, что сложная ситуация имеет только один выход — единственно возможный и потому правильный. На самом деле мы видим или делаем вид, что видим, лишь один из вариантов поведения. Можно — и, главное, нужно ли — действовать если не вопреки неким общим правилам, то хотя бы в соответствии с собственным пониманием происходящего? Нужно — с тем чтобы показать, что один в поле тоже воин. Прежде всего это нужно самому психологу как способ формирования профессиональной целостности и становления профессиональной позиции. Ибо, согласно нашему классику С.Л. Рубинштейну, человек в поступках не только проявляется, но и создается. В ко-

нечном счете это приводит к обретению значимости в собственных глазах и глазах коллег — педагогов и администрации.

Прежде чем говорить о некоторых общих особенностях таких ситуаций и о профессиональных правах и обязанностях психолога, несколько примеров из опыта работы. Наверняка школьные психологи в описанных случаях узнают и своих учителей, и администрацию, а может быть, и себя. С чем-то захотят согласиться, а что-то оспорить или посоветовать — мы, психологи, не меньше других нуждаемся в словах поддержки.

### **ИСТОРИЯ ПЕРВАЯ — САМАЯ ОБЫЧНАЯ**

Учителя бывают разными: одни не стесняются лишней раз посоветоваться с психологом, другие, наоборот, считают это проявлением собственной беспомощности и несостоятельности. Поэтому обращение и тех, и других само по себе выступает для психолога надежным показателем важности проблемы и связанных с ней переживаний.

На этот раз речь пойдет об учителе, не стремившемся к общению с психологом. Проработав два года в школе и имея при этом за плечами достаточно солидный общий педагогический стаж, этот учитель не может похвастаться достижениями: объективные результаты учеников выглядят скромно, да и сами дети не считают нужным скрывать свою нелюбовь к учителю по причине излишне строгого, с их точки зрения, выставления отметок. Нелишне добавить, что в другом классе, заменяя уехавшего на длительный срок преподавателя, этот учитель вызвал к себе похожее отношение учеников. Кроме того, будучи по совместительству еще и классным руководителем, он не может не замечать, что отношения с классом не складываются, о чем уже не один раз доложили директору школы обеспокоенные родители учеников.

В результате встал вопрос об освобождении этого учителя от классного руководства. В отчаянии он был готов уйти из этой школы вообще, но прежде все-таки решился на разговор с психологом. Инициатива педагога, избегавшего обсуждения профессиональных проблем даже с коллегами-учителями, в данном случае дорогого стоила. По ходу беседы выяснилось, что обида и разочарование в себе (именно в себе, а не в данной школе!) переполняют его душу, и уходить из школы ему совсем не хочется. А потому уговоры разобраться в собственных чувствах и найти в себе силы не делать поспешных шагов упали на благодатную почву. Более того, оказалось, что учитель искал в лице психолога союзника, готового поддержать его в оппозиции к школьной администрации. Не исключено, что учителю все-таки придется подобрать себе другое место работы и уйти из школы, в которой не удалось найти единомышленников среди коллег и снискать любовь учеников. Однако это будет уже не бегство от проблем и самого себя — как это выглядело изначально, а осознанный выбор после использования всех имевшихся возможностей.

Надо ли было в этом конкретном случае отговаривать учителя от напрашивающегося решения, и вообще — насколько допустимо психологу вмешиваться и занимать ту или иную позицию? Не проще ли посоветовать опытному учителю самостоятельно решать проблемы, выходящие за рамки чисто профессиональных?

### **ИСТОРИЯ ВТОРАЯ — БОЛЬШЕ ЧЕМ ШКОЛЬНАЯ**

Аналогичная история произошла с совсем молоденькой учительницей, за которой числилось такое количество грехов, что приходилось диву даваться, как можно было столько успеть за один учебный год. Это и недобросовестное отношение к своим обязанностям,

и равнодушие к ученикам, и непонимание содержания классного руководства, и пр. Первая возникшая у руководства реакция — уличить, наказать, а может быть, даже изгнать из школы. Реакция, надо признаться честно, адекватная. Оставить такой случай без внимания было бы равнозначно признанию незаинтересованного отношения к происходящему в школе.

Эта же учительница неожиданно обратилась к психологу по совсем другому поводу — ни она, ни муж не справлялись с четырехлетним сынишкой. Мальчуган действительно оказался развитым не по годам, подвижным и активным, очень общительным, но при этом он с трудом занимал себя сам, игнорировал просьбы взрослых, упорно отстаивал свои права на свободу действий и передвижений.

Сравнение двух ситуаций — профессиональной и личной — позволило заметить, что молодая учительница оказалась не готовой к решению навалившихся на нее задач. Будучи по природе своей тихой и весьма пассивной (по ее собственному признанию, росла спокойным ребенком, не причинявшим неудобства окружающим взрослым), она не находила в себе сил выдерживать напор как собственного четырехлетнего ребенка, так и тем более двадцати шести пятиклассников. Ни семейная жизнь, ни учительствование не способствовали обретению жизнестойкости.

Вне сомнения, любая школа заинтересована в преподавании учебных предметов на достойном уровне, а учительница с этой задачей справлялась не очень хорошо, как, впрочем, и со всеми остальными. Ее уход не будет большой потерей для школы, и от психолога в данном случае ждали поддержки именно такого решения. Но возможна и другая стратегия — защита молодой учительницы от нее же самой, от охвативших ее беспомощности и растерянности.

Чтобы почувствовать себя учителем, нужным школе и детям, ей придется кое-что изменить в себе и своем отношении к профессиональным обязанностям. Насколько справедливо отказывать еще не состоявшемуся учителю в праве стать им?!

При этом появляется надежда, что успех в любой области — в деле воспитания своих или чужих детей — будет способствовать позитивным сдвигам в плане восприятия собственных возможностей и перспектив, а в конце концов обретению спокойствия и уверенности.

### **ИСТОРИЯ ТРЕТЬЯ — ОБНАДЕЖИВАЮЩАЯ**

Еще один пример касается уже учеников. В школе тишина, середина урока, по лестнице неслышно спускается девятиклассница — не надо ничего объяснять, и так ясно, что она прогуливает урок, скорее всего контрольную. А может быть, таким образом спасается от нежелательного вызова к доске — домашняя работа ведь опять не выполнена. Что делать — разоблачить, срочно сообщить классному руководителю, родителям, силой привести ее в класс или... ничего не делать? Девочка на цыпочках прошла мимо, ее глаза и вся съежившаяся фигурка молли о молчании. Известно, что она уже не раз прогуливала уроки и получала за это сполна и дома, и в школе. Получала, конечно, справедливо, но, как показала практика, без видимых последствий.

Что в данном случае дороже — желание показать, что пора уже отвечать за свои поступки, или сохранить внезапно возникшее доверие? Про это небольшое происшествие — такое рядовое для школы, пожалуй, следовало бы забыть, если не одно «но». Спустя некоторое время классный руководитель и учителя-предметники с удивлением обратили внимание на то, что не отличавшаяся особым рвением в посещении занятий и тем более усердным отношением к выполнению заданий учителя девятиклассница «начала



учиться», перестала «забывать» тетради с конспектами и сочинениями.

Что это — только ли случайное совпадение?

### **КАК СТАТЬ ПОСРЕДСТВЕННЫМ ПСИХОЛОГОМ**

Отдельного рассмотрения и потому специального разговора заслуживают конфликтные ситуации, когда психологу приходится выбирать — встать на сторону правого или слабого. Первое, конечно, и легче, и понятнее с точки зрения пользы дела, да и поддержка педагогического коллектива будет обеспечена. А как быть слабому и неправому? Кто его поддержит, поможет спастись от отчаяния и непонимания?

Предвижу возражения: а стоит ли вмешиваться в решение проблем, которые можно обойти стороной? Не лучше ли ограничиться молчанием? Тем более что такое поведение вовсе не противоречит тому функционалу, который каждый из нас обязался выполнять.

Действительно, описанные выше ситуации отличаются тем, что не вписываются в рамки инструк-

ций и предписаний, и каждый раз психологу приходится самому делать те или иные выводы, ошибаться, исправлять ошибки, находить новые решения. Опыт их разрешения у каждого психолога свой. При этом велик соблазн уклониться от подобных проблем. Можно, конечно, расписать свою рабочую неделю по конкретным видам проводимых мероприятий: в понедельник тренинги для старшеклассников, во вторник — для малышей, в среду — консультирование педагогов и родителей, если, конечно, придут, ну а четверг и пятницу можно посвятить диагностике и коррекции. Такой план и выглядит пристойно, и вполне соответствует записанным должностным обязанностям.

Немного поиграем словами: если заниматься консультированием лишь в строго отведенные часы по средам, то велика вероятность прослыть посредственным консультантом, а заодно и посредственным психологом вообще.

Совсем не хочется оказаться посредственным психологом. Припомним слова Альфреда Адлера, утверждавшего, что легче сражаться за свои принципы, чем

иметь их и жить в соответствии с ними. Так, может быть, дело в отсутствии не желания или умения бороться за свое мнение, а самого мнения? Внимательно присмотревшись, можно заметить, что следование инструкциям зачастую предполагает безоговорочное принятие профессиональных ориентиров, а ситуации, аналогичные представленным, побуждают действовать как-то иначе, с учетом собственных представлений и предпочтений. Правило предполагает исключения.

### **ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ В ЧЕЛОВЕКЕ**

Профессия психолога особая, с трудом описываемая казенным языком должностных инструкций. Не составит большого труда перечислить, что входит в обязанности психолога, но как же трудно обозначить, что ему приходится делать, помимо официальных предписаний. На это селят практики, подчеркивая тем самым необходимость включения в решение не только сугубо образовательных, но и интимных, личностных проблем.

По сути, об этом же пишут и теоретики, представители гуманистического направления в психологии, обращая наше внимание на необходимость изучения целостного человека в его высших специфически человеческих проявлениях. Гуманистическая психология, сформировавшаяся полвека назад, объединяет исследователей высших ценностей и смыслов: любовь, самость, бытие, рост, свобода, ответственность, творчество выступают предметом их специального исследования и толкования. Изучение человеческого в человеке — вот чем может и должна заниматься психология. Это общее направление исследований объединило Оллпорта и Мюррея, Маслоу и Франкла, Мэя и Рождерса, получив название Третьей силы (или ветви) в психологии, которая поставила своей целью исправить перекосы бихевиоризма и психоанализа.

Виктор Франкл пришел к выводу, что стремление к смыслу выступает движущей силой развития личности, в то время как его отсутствие глубоко переживается человеком, обуславливает потерю жизненных перспектив. Обретение смысла — очень сложная задача, решение которой возможно только при условии включения, а не исключения человека из активной жизни.

По мнению Абрахама Маслоу, вошедшего в историю нашей науки прежде всего благодаря иерархической модели мотивации личности, высшим является стремление к реализации своих способностей и талантов, творческих потенций, иначе говоря, потребность в самоактуализации. Несмотря на то что самоактуализировавшихся личностей не так уж и много, Маслоу говорил о необходимости создания внешних и внутренних условий, способствующих движению к самоактуализации. Не случайно его последняя книга получила название «Новые рубежи человеческой природы». Речь в ней идет о профессиональном и личностном самоопределении, о творчестве и психологических преградах на его пути.

Постепенно интерес гуманистических психологов все более смещается в сторону практики, прежде всего в область психотерапии и решения проблем образования. Человеко-центрированный подход Карла Роджерса и его принципы недирективного общения учителя с учеником, логотерапия Виктора Франкла — эти идеи заслуживают внимательного и глубокого изучения с целью последующего использования на практике.

Обо всем этом не стоит забывать занятому в образовании психологу. Было бы недопустимой ошибкой рассматривать эти положения как далекие от повседневной школьной практики и потому игнорировать их. «Человеческое в человеке» — ориентир не только для занятых научными исследованиями, но и для тех, кто работает с этим самым человеком. Гумани-

стическая психология и педагогика помогают психологу (если он, конечно, того хочет) разобраться в собственных профессиональных установках и ценностях, для того чтобы действовать в соответствии с ними.

Пользуясь случаем, хочется еще раз напомнить, что постижение идей великих психологов нужно не само по себе, а как средство обретения опор в профессиональной и личной жизни. Чтение их трудов предполагает установление диалога между читателем и автором, вызывает сопереживание и позволяет проникнуть в суть человеческой природы — это чтение, которое Эрих Фромм назвал чтением по принципу не обладания, а бытия.

### ИДЯ НАВСТРЕЧУ, СМОТРИШЬ ВСЕМ В ЛИЦО...

От «Уроков французского» и уроков, которые мы извлекаем из общения с учеными — представителями гуманистического направления, можно наконец перейти к урокам психологии для школьных психологов.

Должностные обязанности школьного психолога не могут быть представлены только в плоскости инструкций и предписаний. От него совершенно справедливо ждут большего, надеются на его умение увидеть то, что другим недоступно. Да, учитель должен хорошо учить, а ученик должен посещать уроки. Но если неопытный педагог допускает ошибки, которые не самым благоприятным образом сказываются на учениках, это значит лишь то, что он еще не стал педагогом, а не то, что он им не станет. Если старшеклассник пропускает уроки без уважительной, с нашей взрослой точки зрения, причины, а лишь с целью избежать позора перед учителем и учениками, то из этого не следует делать вывод, что он неисправимый прогульщик. Для психолога поступок — не более чем факт, побуждающий к размышлениям, а не к окончательным выводам.

Если проводить аналогию с врачами, то можно припомнить слова выдающегося кардиохирурга Николая Амосова, который призывал относиться к каждому больному как к своему родственнику. Насколько это возможно? Психологу приходится общаться с учениками и учителями. Не означает ли это, что каждый раз наш собеседник становится если не родным, то по меньшей мере не чужим? Или, может быть, не каждый, но если возникает желание поддержать какого-то ребенка, вряд ли стоит отказывать и себе, и ему в такой небольшой радости.

Возвращаясь к поставленному в начале публикации вопросу об отношении психолога к профессиональным обязанностям, приходится напомнить, что их обратной стороной выступают права. У психолога не так уж много прав, но они есть. В данном случае речь шла лишь об одном праве, которое не надо отстаивать ни перед кем, кроме как перед самим собой, — право определять границы своей работы. Какими бы совершенными ни были инструкции, за психологом — равно как и педагогом — остается право решать, когда следует от них отступить и где заканчиваются (если заканчиваются) наши профессиональные владения.

Насколько правильным оказался выбор — покажет время. А в утешенье всем нам, задумавшимся о своей миссии и своем участии в жизни окружающих нас людей, приведу поэтические строки:

*При всем своем  
к закону уваженьи,  
По улицам хожу не так, как все:  
Поправ собой  
все правила движенья,  
По встречной пешеходной полосе.  
Тому я вижу лишь одну причину,  
Простую, как колумбово яйцо:  
Идя в потоке,  
видишь только спины,  
Идя навстречу,  
смотришь всем в лицо...*  
Андрей Макарович ●





# В центре внимания — мониторинг

**Марина БИТЯНОВА**

кандидат психологических наук,  
руководитель Центра «ТОЧКА ПСИ»

Мониторинг — как понятие, как вид деятельности — прочно входит в профессиональную жизнь школьного психолога. Если честно, это вызывает противоречивые чувства. С одной стороны, оптимистические: если психологи научатся проектировать и реализовывать мониторинговые исследования, они станут объективно востребованными современным образованием. С другой стороны, возникает много опасений. В профессиональном сознании мониторинг часто тождествен диагностике, в программах мониторинговых исследований можно увидеть такой пункт, как «гипотеза исследования», а в качестве процедур используются и личностные тесты, и проективные методики, и клинические пробы... Говоря простым языком, «всё в кучу». В результате то, что могло бы повысить наш профессиональный рейтинг, работает против нас.

Разобраться в разных видах деятельности, найти каждому место и определить его специфику — очень важная задача. При этом в центре нашего внимания будет именно мониторинг.

## ЧТО ЭТО И КОМУ ОН НУЖЕН?

Прежде всего мониторинг — это вид профессиональной деятельности. Об этом важно сказать, чтобы мониторинг не представлялся непосвященным простенькими картинками социологических опросов или тестирования.

В систему деятельности под названием «мониторинг» входят: сбор, обработка, хранение и распространение информации о состоянии изучаемого объекта (явления) и прогнозе его развития. В целом, это деятельность сложная, развернутая во времени, дорогостоящая. Нужна серьезная причина для того, чтобы тратить на нее ресурсы.

Одной из самых серьезных является необходимость как-то управлять процессом, чтобы, например, избежать опасных путей развития или достичь изначально поставленных целей. Тот, кто чем-то управляет, может нуждаться в мониторинге как инструменте принятия своевременных и точных решений.

Мониторинг может выполнять три функции: а) диагностическую, то есть измерять параметры объекта; б) контрольную, в частности — дать возможность осуществлять контроль за отклонениями от нормативных параметров; в) оценочную.

Например, мониторинг в сфере метеорологии дает возможность отслеживать показатели климата из сезона в сезон для одной и той же территории, фиксировать случаи отклонений от нормы и давать прогноз на их повторение или закрепление в качестве новой нормы.

Оценочную функцию такой мониторинг выполнять не может, так как погодой человек, к счастью, пока не управляет. А вот для мониторингов в сфере образования оценочная функция очень важна, например, при изучении эффективности нововведений.

Таким образом, основная функция мониторинга — информационное обеспечение управления, а главное назначение — возможность судить о состоянии объекта, осуществлять прогноз и, как следствие, — обеспечивать эффективность последующих проектировочных и управленческих шагов. Это касается любого мониторинга в системе образования.

Что же должен представлять из себя психологический мониторинг? И насколько в этом деле нам могут быть полезны уже имеющиеся у нас профессиональные умения и инструменты?

## МОНИТОРИНГ И ДРУГИЕ ВИДЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

Что же это к нам пришло под видом мониторинга: новое модное слово? Новый вид диагностического измерения? Вообще «зверь новый и невиданный»? Я склоняюсь к последнему, но давайте рассмотрим мониторинг в соотношении с другими видами деятельности психолога: МОНИТОРИНГ — ИССЛЕДОВАНИЕ — ЭКСПЕРТИЗА — ИЗМЕРЕНИЕ — ДИАГНОСТИКА.

**Исследование.** *Исследование — характерный для науки способ порождения, получения, производства нового знания.* Если согласиться с такой дефиницией, то мониторинг может быть причислен к эмпирическим исследованиям, но весьма специфическим. Такое исследование не опирается на гипотезу, основная причина его проведения — не поиск истины, как в уважающем себя научном исследовании, а получение информации о качестве осуществляемой деятельности. Кроме того, ценность мониторинговых данных объективно весьма ограничена по времени, а процедура не предполагает манипулирования условиями и показателями. Это очень стабильная процедура, воспроизводимая раз за разом без изменений.

**Экспертиза.** *Психологическая экспертиза — это комплексное психологическое обследование человека, где решающую роль играет заключение психолога-эксперта, отвечающего на ясно сформулированный практический вопрос.* Цель психологической экспертизы в системе образования может быть определена как установление соответствия между социально-педагогическими условиями и требованиями к деятельности и поведению учащихся и их психологическими возможностями (или задачами) развития. Объектами психологической экспертизы могут выступать: образовательная среда учреждения; урок или другая форма обучения и воспитания; педагогическая программа; выбранный педагогом способ воздействия на ребенка и др. Мониторинг и экспертизу роднит наличие у специалиста, создающего мониторинговые и экспертные процедуры, глубоких знаний и психологии, и педагогики, и практики образования, а также конкретность запроса (особенно в проблемных мониторингах). Вместе с тем экспертиза не ориентирована на прогноз, и это разовая процедура, а не систематическая отслеживающая деятельность.

**Измерение.** *Измерение — процедура качественной и количественной оценки определенного свойства, в процессе которой числа или порядковые величины приписываются вещам или явлениям по особым правилам.* Вспомните о функции оценки, которую выполняет мониторинг! Мониторинг обязательно содержит в себе процедуры измерения, но по своей сути он более широкая и сложная деятельность, в которой процедура измерения подчинена общей задаче получения информации об объекте.

**Диагностика.** Сравнение мониторинга и диагностики представляет особый интерес. Для начала

вспомним, что понятие «психологическая диагностика» имеет, как минимум, два различных толкования.

**Толкование первое:** *это деятельность по выявлению и изучению индивидуально-психологических и индивидуально-психофизиологических особенностей человека.* Если так, то нам необходимо сравнить между собой два разных вида деятельности. Сближает их то, что оба они родом из исследовательской деятельности. Но на генетическом родстве сходство, пожалуй, и заканчивается.

Диагностика ориентирована преимущественно на констатацию, выявление актуальных характеристик. В ряде случаев есть возможность сравнить актуальные характеристики с некоторым эталоном (нормой развития, например), то есть, по сути, поставить психологический диагноз. Мониторинг же ориентирован на прогноз и обеспечение функции управления ситуациями и процессом. Существуют и другие важные различия этих *видов деятельности*.

В диагностическом исследовании цели формулируются самим специалистом на основе проведенного им анализа существующих проблем и их психологической «подоплеки». Цели мониторинга всегда лежат вне деятельности психолога. **Второе.** Результаты диагностики — это рекомендации и выводы, которые психолог адресует другим специалистам и на которые опирается сам при выстраивании практической работы по решению проблем. Они непосредственно вытекают из тех данных, которые были получены в процессе исследования (наблюдений, тестирования, опроса и др.). Результаты мониторинга проходят ряд фильтров, прежде чем они лягут на стол заказчика. Сначала первичный анализ, который проводит сам психолог, далее — обсуждение данных с экспертами, специалистами в той или иной области, и лишь затем предоставление результатов заказчику. Выводы и управленческие решения осуществляет сам заказчик. То есть данные мониторинга добываются психологом, но принадлежат не ему и свою окончательную «обработку» проходят уже в кабинете управленца.

Можно привести пример диагностической деятельности психолога, которая, с одной стороны, ближе всего к мониторингу, а другой стороны, иллюстрирует все описанные различия. Это *психологический скрининг*. Скрининг — это особым образом выстроенная экспресс-диагностика. Она позволяет из всей группы обследованных выделить учащихся, испытывающих различные психологические трудности в решении задач образования и развития. Скрининг не отвечает нам на вопрос, в чем причина этих трудностей (это задача последующих диагностических этапов), но он позволяет: а) обнаруживать проблемы здесь и сейчас; б) фиксировать динамику развития учащихся по определенным значимым показателям; в) проводить сравнительный анализ.

Похоже на мониторинг? Немного да, но не по существу дела. Скрининг не является мониторингом. По задачам он ориентирован на деятельность самого психолога, обеспечивает его информацией для

организации развивающей, коррекционной, консультативной и иных видов деятельности. А вот другим специалистам результаты скрининга, как правило, ясности не добавляют. Это вполне объяснимо: результаты скрининга сформулированы на профессиональном языке психолога и ему самому и предназначены.

**Толкование второе:** *психологическая диагностика — совокупность специальных процедур, позволяющих выявлять и измерять те или иные психологические свойства и состояния человека.* То есть существуют различные методы и конкретные приемы психологического диагностирования. Вот здесь-то и происходит «склейка»! Собственно, большинство психологических мониторингов и представляют собой большие и малые исследования, построенные на основе батарей психологических опросников и тестов.

Мы ставим знак равенства между мониторингом и диагностикой, потому что используем приемы психологического диагностирования для сбора информации. Давайте рассмотрим ситуацию повнимательнее. Во-первых, в любом случае диагностика получается подчиненной мониторингу, как любые средства подчинены цели. Мы можем использовать процедуры психологической диагностики. Другой вопрос: целесообразно ли это? Мы сталкиваемся с большими сложностями, применяя сложившиеся психологические методики в таком качестве. Иногда удается эти сложности разрешить, подобрав или (чаще) модифицировав имеющиеся инструменты. Так мы поступаем в тех случаях, когда предметом мониторинга является психологическое развитие (например, скрининг может при необходимости превратиться в мониторинг). А порой... порой проще создать свой, отвечающий задаче инструмент. Но об этом чуть позже, а пока: чем же мониторингу «не угодили» имеющиеся у нас психологические инструменты диагностирования?

### ТРИ ПРИЧИНЫ

**1** *Имеющиеся средства диагностики были разработаны для других целей.*

Все известные нам психодиагностические процедуры созданы под конкретные задачи. Задачи эти преимущественно носили либо исследовательский, либо клинический характер. Это значит, что ученый создал психологическую концепцию, объясняющую нечто в устройстве психики, человеческих отношений и прочее, а затем придумал методический прием, позволяющий это свойство выявлять, изучать или даже изменять. Так появились методы исследования локуса контроля, мотивации достижения, Я-концепции, тревожности, личностных черт и профиля личности и др. Такую методику в данном случае мы и называем исследовательской по своему происхождению.

Теперь вернемся к нашей работе. Как часто к нам обращаются с запросом изучить локус контроля школьников, выявить особенности оперативной памяти, исследовать склонность младших школьников к экстрапунитивным реакциям в ситуации фрустрации, изучить потребность в самоактуализации педагогов?

Да не обращаются к нам с такими запросами. От нас хотят изучения особенностей мыслительной деятельности, понимания причин межличностных конфликтов в классе и пр. Значит, мы должны либо найти в арсенале уже известных процедур те, которые были созданы под аналогичные или близкие задачи, либо создать свою процедуру.

Природа клинической методики иная. Специалист, работающий с психическими нарушениями, постепенно нарабатывает представления о том, какими специфическими особенностями поведения, деятельности, восприятия сопровождаются эти состояния. Затем он создает прием, позволяющий эти специфические свойства выявлять и определяться с диагнозом. В системе образования вряд ли будут востребованы мониторинги, отслеживающие клинические проявления. И тем более мы не можем экстраполировать результаты клинических методик на описание состояния нормально развивающихся детей.

**2** *Преувеличение значения тестирования в диагностических измерениях.*

Многие диагностические процедуры в психологии построены по законам тестологии: на каждый показатель «работает» значительное число вопросов или суждений; ответы переводятся в численные значения, числа суммируются, и уже итоговой сумме дается качественная интерпретация. Мы получаем характеристику человека с точки зрения его общительности, критичности мышления, лидерских устремлений и так далее. Это крайне затрудняет использование подобного инструмента в мониторинге, для которого важно простое и понятное соотношение «один показатель» — «одно измерение».

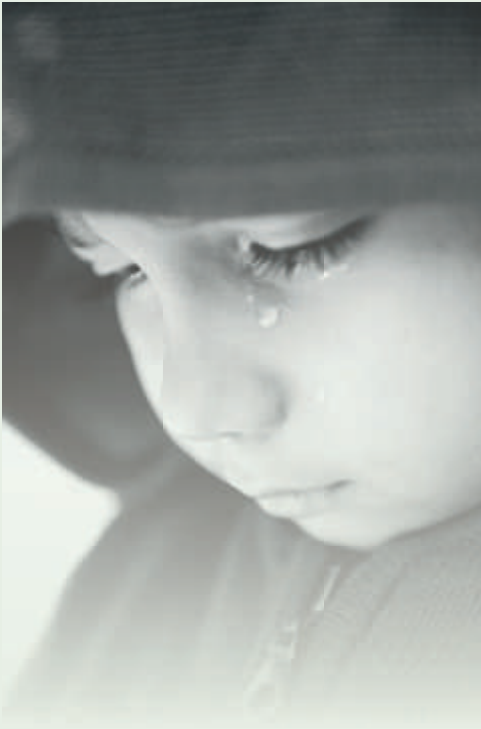
**3** *Высокая доля в диагностическом результате биологических и социальных факторов.*

Предметом изучения часто являются сложные процессы и состояния, в которых переплетаются генетика, личная история жизни ребенка и педагогические влияния. Расплести узлы и определить, что явилось результатом нашей целенаправленной работы, а что «выросло» само, чаще всего невозможно. И, следовательно, нельзя поставить проективную задачу. В мониторинге важно отслеживать то, за что мы отвечаем. И чаще всего разработчик мониторинга самостоятельно создает для этого измерительный инструмент.

\* \* \*

Подводя итог, можно сказать следующее. Мониторинг — самостоятельный вид профессиональной деятельности, в чем-то созвучный с другими, более привычными и отработанными — исследованием, измерением, экспертизой, диагностикой. Эти созвучия хотя и помогают увидеть родство мониторинга с другими видами деятельности психолога, но и «зашумляют» восприятие его специфики. Возникает иллюзорное ощущение понятности и собственной компетентности.

О том, как может выглядеть психологический мониторинговый продукт, созданный специально для нужд современного образования, речь пойдет в следующей статье. ●



# Школа перед фактом суицида

## Психологическая работа до и после

**Галина РЕЗАПКИНА**

*старший научный сотрудник*

*Центра развития*

*психологической службы*

*образования ФИРО,*

*Центра практической психологии образования АСОУ,  
Москва*

*Фотографии предоставлены автором*

11 мая 2011 года в Центре практической психологии образования Академии социального управления прошел семинар «Школа перед фактом ученического суицида: психологическая работа до и после». В семинаре приняли участие 80 человек, в том числе руководители и специалисты психологических служб; методисты и психологи образовательных учреждений Московской области. К сожалению, тема, затронутая на семинаре, с каждым годом становится все актуальнее и в нашей стране, и за рубежом. Перед семинаром был проведен блицопрос участников по анкете «Мифы и реалии суицида», который показал, что даже профессиональным психологам трудно преодолеть некоторые стереотипы, искажающие восприятие этой проблемы.

**С**еминар начался с короткого и пронзительного фильма «Осторожно, суицид!» — предупреждения для родителей, учителей, психологов и, конечно, для подростков, попавших в беду и не находящих из нее выхода.

Главный специалист Управления реализации национальных проектов в образовании Министерства образования Московской области Е.В. Ризванова рассказала о фактах и причинах суицида в школах Московской области.

Выступление старшего научного сотрудника ЦППО Г.В. Резапкиной было посвящено психологическим аспектам самоубийства и возможности профилактической работы в образовательных



В. Яцкин



учреждениях. Однако существуют и другие аспекты, которые необходимо учитывать педагогам, психологам и учащимся.

В семинаре принял участие режиссер документальных фильмов о проблемах молодежи, руководитель студии «Киноконтакт» В.Л. Яцкин, который представил участникам семинара свой образовательный проект «Под солнцем» — серию фильмов, направленных на воспитание молодежи в духе традиционных для нашего народа ценностей — патриотизма, уважения к другим людям, чести и верности своему долгу.

В первой части проекта «Под солнцем» — фильме «Благословение или проклятие», снятом в жанре расследования, режиссер рассматривает духовные причины самоубийства и пути преодоления кризисных состояний на примере биографий двух бесконечно талантливых людей — рок-музыканта Курта Кобейна и известной пианистки Полины Осетинской. Курт Кобейн ушел

из жизни в 27 лет, на пике славы. Его не смогли удержать ни любовь, ни семья, ни богатство. Полина Осетинская преодолела все искушения, сохранив и умножив свой дар.

Программы кинолекториев, представленные Яцкиным, успешно используются во многих регионах нашей страны, а также в странах ближнего зарубежья в целях духовно-нравственного воспитания молодежи, которое является главной профилактикой суицида.

При подготовке к семинару специалистами Центра практической психологии образования был проанализирован отечественный и зарубежный опыт, на основе которого подготовлены рекомендации по своевременной диагностике и профилактике суицида, а также поведения в экстремальных и кризисных ситуациях.

Каждый участник семинара получил полный пакет методических материалов по предупреждению ученического суицида

и адекватному реагированию в случае его факта, включающий тексты, презентации и видеоматериалы.



## Мифы и реалии суицида

№	Суждение	Оценка	Комментарии
1	Когда люди говорят о совершении самоубийства, они только пытаются привлечь к себе внимание. Лучше всего игнорировать их	Ложное суждение	Люди, которые говорят о самоубийстве или совершают попытку самоубийства, испытывают сильную эмоциональную боль и стараются поставить других людей в известность об этом. Никогда не игнорируйте угрозу совершения самоубийства или возможность обсудить намечаемый суицид
2	Самоубийство случается без предупреждения	Ложное суждение	Суицидальная личность дает много предупреждающих знаков и «ключей» к разгадке ее планов. Приблизительно 8 из 10 человек намекают окружающим о своих намерениях. Спонтанные самоубийства характерны для подростков
3	Склонность к самоубийству наследуется	Ложное суждение	Склонность к самоубийству не передается генетически
4	Самоубийство случается на всех уровнях общества и во всех социальных классах	Истинное суждение	Самоубийства в равной мере встречаются во всех социальных классах и на всех уровнях общества
5	Все суицидальные личности страдают от психических расстройств	Ложное суждение	Не все люди, совершающие суицид, психически больны. Личности с суицидальной установкой не видят иного выхода из эмоционально болезненного состояния. Но это не значит, что они страдают психическими расстройствами
6	Разговор о самоубийстве может поощрить совершить суицид	Ложное суждение	Разговор о самоубийстве не может быть причиной его совершения. Если не говорить на эту тему, то невозможно определить, является ли опасность суицида реальной. Беседа — часто первый шаг в предупреждении самоубийства
7	Если человек в прошлом совершил суицидальную попытку, это не значит, что он всегда будет суицидальной личностью	Истинное суждение	Суицидальный кризис обычно носит временный характер и не длится всю жизнь индивида. Если человек получает помощь во время и после суицидального кризиса, то он, вероятнее всего, сможет найти альтернативные пути. Такое осознание снижает вероятность суицидальных попыток в будущем
8	Люди, которые покушаются на самоубийство, настроены на умирание	Ложное суждение	Подавляющее большинство людей с суицидальными намерениями колеблются в выборе между жизнью и смертью. Они скорее стремятся избавиться от непереносимой эмоциональной боли, чем действительно хотят умереть
9	Мужчины убивают себя чаще, чем женщины	Истинное суждение	Мужчины убивают себя приблизительно в 3 раза чаще, чем женщины, поскольку выбирают более действенные методы, оставляющие мало возможностей для спасения
10	Мужчины пытаются покончить жизнь самоубийством чаще, чем женщины	Ложное суждение	Женщины совершают суицидальные попытки приблизительно в 3 раза чаще, чем мужчины
11	Большинство самоубийц уже пытались совершить самоубийство	Истинное суждение	Суицидальные попытки повышают риск самоубийства, особенно если никто не помог самоубийце ранее. Большинство людей, покончивших с собой, были суицидально настроены и в прошлом
12	Все действия во время суицидальной попытки являются импульсивными и говорят об отсутствии плана	Ложное суждение	Не все суициды импульсивны. Большинство суицидентов предварительно обдумывает свои планы, часто намекая о своих намерениях окружающим, прежде чем убить себя
13	Многие суицидальные личности находятся в депрессивном состоянии	Истинное суждение	Депрессия является среди людей с суицидальными идеями общераспространенным состоянием
14	Нет значимой связи между наркоманий, токсикоманией, алкоголизмом и суицидальным поведением	Ложное суждение	Зависимость от алкоголя или наркотиков является фактором риска суицида. Люди, находящиеся в депрессивном состоянии, часто используют алкоголь и другие вещества, чтобы справиться с ситуацией. Это может приводить к усилению импульсивного аутоагрессивного поведения вследствие того, что все эти вещества искажают восприятие и значительно снижают критические функции мышления



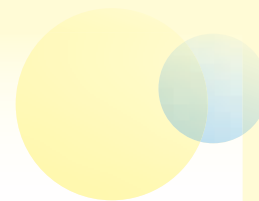
# Гражданский брак

## Об этике и психологии семейной жизни

**Кирилл КАРПЕНКО**

педагог-психолог,  
МБОУ СОШ № 134, Красноярск  
kekarpenko@mail.ru

Фотографии предоставлены автором



В некоторых странах детей с первого класса учат основам семейной жизни. В нашем государстве подобный опыт тоже есть: в общеобразовательных школах в 1980-е годы существовал курс «Этика и психология семейной жизни». Но сегодня систематической работы в этом направлении не ведется. Школьные психологи могут хотя бы частично заполнить эту брешь на уроках психологии, классных часах, с помощью акций.

*Создать семью могут два любых человека, если только у них есть желание и они не имеют выраженных физических и нравственных дефектов.*

**Н.И. Козлов**

**Н**ужно заметить, что в вопросах этики семейной жизни у психологов нет единого мнения. Так, один квалифицированный психотерапевт заявил, что «изменять — это нормально». К таким выводам он пришел исходя из статистически установленного факта измен во многих супружеских парах. Однако мы считаем, что в вопросах нравственности количественный подход не всегда уместен. Еще Христос в Нагорной проповеди обратил на это внимание: *«Входите тесными воротами, потому что широки ворота и пространен путь, ведущие в погибель, и многие идут ими; потому что тесны ворота и узок путь, ведущие в жизнь, и немногие находят их»* (Мф. 7:13-14).

Гражданский брак тоже вызывает много споров: некоторые называют гражданский брак развратом, некоторые — более продвинутой формой семейной жизни, нежели традиционная, заверенная печатью. Мы не претендуем на то, что наша позиция является единственно верной, а лишь пытаемся, сколь возможно обоснованно, проанализировать рассматриваемое явление.

Исторически гражданский брак — это брак, зарегистрированный в уполномоченном на то государственном органе, и возник он как альтернатива браку церковному. То есть гражданский брак заключается у чиновника, а религиозный — у священника. Но мы будем называть здесь гражданским браком сожитительство, и не только потому, что это значение стало теперь преобладающим, но и потому, что слова «гражданский брак» в данном случае эвфемизм, позволяющий не обидеть человека. Хотя иногда лучше называть вещи своими именами.

### НЕУВЕРЕННОСТЬ

Один из главных аргументов сторонников гражданского брака заключается в том, что такая форма совместной жизни позволяет попробовать построить взаимоотношения с человеком без официального их оформления. А в случае неудачно сложившихся обстоятельств это позволит прервать эти самые отношения без лишних юридических хлопот.

Вроде бы логично. Ведь люди встречаются, люди расходятся. Зачем осложнять себе жизнь? Чтобы взглянуть на эту ситуацию с другой стороны, представим себе боксера, идущего на ринг с мыслью: «Если пропущу пару ударов — сразу сдамся». Есть у такого спортсмена шансы на победу? Нет: крайне редко в поединке один из боксеров не получит ни одного удара. Боец с такой установкой обречен на поражение. Установка на гражданский брак аналогична: «Если наши отношения не сложатся — сразу

разбежимся, даже госпошину за развод платить не нужно».

Причем если в боксе гладкие бои, наверное, иногда случаются, то отношения мужчины и женщины безоблачными не бывают никогда. Конфликтов, сложностей взаимопонимания, усталости, финансовых проблем, болезней избежать нельзя, с чем-то из этого списка сталкиваются все пары. Таким образом, для личности сторонников гражданского брака характерна *неуверенность* в своих силах.

### МОТИВАЦИЯ ИЗБЕГАНИЯ НЕУДАЧ

Вторая черта — это *мотивация избегания неудач*. Поведение людей определяется двумя противоположными типами мотивации: избегание неудач и достижение успеха. На первый взгляд фундаментальное различие этих видов мотивации не очевидно, ведь и то и другое хорошо. Но когда речь идет о факторах, определяющих активность человека, его цели и способы их достижения, мотивация на успех или избегание неудач имеет решающее значение.

Яркий пример подобной разницы есть в фильме «Храброе сердце». Перед первым крупным сражением с англичанами шотландцы выстроились на поле, но, увидев огромную армию противника, стали стихийно расходиться по домам. Пришедшему Уильяму Уоллесу они объяснили, что это позволит им избежать смерти (то есть избежать неудачи). Уоллесу же удалось убедить их остаться, принять бой, возможно, погибнуть, но погибнуть свободными (то есть добиться успеха). Шотландцы остались на поле, приняли бой и победили.

Кадры из художественного фильма  
«Храброе сердце»



Мотивация избегания неудач



Мотивация достижения успеха



Вступление в брак — это, безусловно, одно из самых важных, стрессовых событий в жизни человека. И здесь, как и перед сражением, нужны решимость, готовность рискнуть, желание идти до конца, то есть мотивация достижения успеха. Чтобы отношения между мужчиной и женщиной завершились успешно, нужно верить в себя и своего избранника, верить, что все получится, верить в свои способности, конструктивно решать возникающие проблемы.

В 1985 году в журнале «*Psychology Today*» были опубликованы результаты исследования, в котором изучались успешные пары, прожившие в браке более 15 лет. Интересно отметить, что у мужчин и женщин семь наиболее важных причин продолжительности совместного проживания совпадают:

1. Он(а) является моим лучшим другом.
2. Он(а) мне нравится как личность.
3. Брак — это долгосрочное обязательство.
4. Брак священен.
5. У нас общие цели и задачи.
6. Он(а) со временем становится все интереснее.
7. Я хочу, чтобы наши отношения развивались успешно.

Как видим, среди главных причин успешного брака три (3, 4 и 7-я) напрямую связаны с установкой на успех отношений, что прямо противоположно установке сторонников гражданского брака на избегание неудач.

Чтобы не отходить далеко от боксерских аналогий, вспомним слова Константина Цзю: «Я готов был умереть на ринге». Это созвучно словам клятвы, которую дают жених и невеста во время венчания в Соединенных Штатах Америки: «Мы будем вместе, пока смерть не разлучит нас».

Конечно, не стоит эту идею доводить до абсурда. Люди, стремящиеся к пожизненным отношениям, имеют право на развод. Даже Иисус Христос признавал право на развод в случае сексуальной



измены. Мы к этому можем добавить случаи, когда супруг или супруга пристрастились к алкоголю или наркотикам. Но это крайние случаи, в которых семья фактически распадается, а развод только оформляет этот распад. Тот же Костя Цзю, несмотря на свою готовность умереть на ринге, в одном из последних боев сдался. Но прежде чем сдаться, он бился за победу десять тяжелейших раундов и, только исчерпав все возможности и силы, признал свое поражение. Так и супруги, потратившие годы на создание, сохранение или возрождение счастливой семьи или просто приемлемой доброжелательной атмосферы в доме, исчерпав все возможности, имеют и моральное, и юридическое право расписаться в своем поражении.

### ВНЕШНИЙ ЛОКУС КОНТРОЛЯ

Вероятно, в гражданский брак вступают преимущественно люди с *внешним локусом контроля*. Это понятие отражает склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним силам. С другой стороны, для людей с внутренним локусом контроля характерна склонность считать ответственными за результаты своей деятельности свои собственные способности и усилия.

Многочисленные исследования показали, что люди, обладающие внутренним локусом контроля, более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении поставленной цели, склонны к самоанализу, уравновешенны, общительны, доброжелательны и независимы.

Склонность к внешнему локусу контроля, напротив, связана с такими чертами, как неуверенность в своих способностях, неуравновешенность, стремление отложить реализацию своих намерений на неопределенный срок, тревожность, подозрительность, конформность и агрессивность.

Внешними силами, несущими ответственность за происходящее с человеком, могут быть самые разные явления: бог, звезды, судьба, правительство, страна рождения и проживания, семья, экономическая ситуация и все, на что фантазии хватит. Когда речь идет о взаимоотношениях мужчины и женщины, такой внешней силой зачастую выступает любовь — в том понимании, в котором ее представляют себе в современной западной цивилизации (в том числе и в России): как сильное чувство, страсть, неподконтрольная воле человека. Чрезвычайно широко распространено мнение, что любить очень легко, нужно лишь встретить достойного любви человека, и любовь будет бить мощным ключом без всяких усилий. То есть проблема любви видится во внешних по отношению к человеку обстоятельствах, она зависит от объекта любви.

Однако это тупиковое представление о любви. Очевидно, что любовь требует интереса к объекту любви, уважения к нему и заботы о нем. Любовь

подразумевает постоянную сосредоточенность, терпение и самодисциплину. Если она зависит от настроения, спонтанных чувств и сиюминутных желаний, то это не любовь. Любовь — это в первую очередь акт воли, способность самого человека, это определенный вид деятельности, почти полностью зависящий от самого субъекта. Подробно этот взгляд на любовь описан в книге Эриха Фромма «Искусство любить».

### ЛЕГКОМЫСЛИЕ И СКУПОСТЬ

Другая характерная особенность людей, предпочитающих гражданский брак: *легкомыслие*. Это особенно очевидно, если вспомнить о праве наследования. Согласно существующим нормам права признается только брак, зарегистрированный в органах записи актов гражданского состояния (статья 1 Семейного кодекса РФ). Соответственно в случае смерти одного из гражданских супругов оставшийся партнер не может претендовать на наследование собственности усопшего. И суду абсолютно не интересно, насколько они были счастливы и как долго прожили вместе.

Хотя в большинстве случаев именно понимание того, что имущество, совместно нажитое в браке, является общей собственностью супругов и при разводе делится поровну, и является причиной избегания официального брака. Вслух об этом, конечно, никто не скажет, но доходящая до *скупоности* расчетливость является одним из важнейших мотивов гражданского брака.

Таким образом, для женщин здесь характерно легкомыслие, поскольку и в случае развода, и в случае смерти супруга они остаются ни с чем; для мужчин — доходящая до абсурда скупость.

### НЕУВАЖЕНИЕ К СВОЕЙ ФАМИЛИИ

Еще одна черта личности людей, живущих гражданским браком, связана с *неуважением* к своей фамилии, семье, роду. По закону ребенок, родившийся у незамужней женщины, автоматически получает фамилию матери (статья 51 Семейного кодекса РФ). Есть, конечно, семьи, в которых и муж и дети осознанно берут фамилию матери, например, из эстетических соображений (Пупков становится Меньшиковым). Но сейчас не редкость отсутствие официального отца у ребенка: мужчинам все равно, какая фамилия будет у их детей. Молодежь редко может рассказать о своей родословной дальше дедушки и бабушки. И им неинтересно знать, откуда они взялись, что перенесли их предки, чтобы дать возможность жить им.

Я не сторонник традиционной родовой, клановой организации общества. Не стоит путать любовь к своей семье, роду, уважение к ним и гордость за свою фамилию с корпоративизмом, выражающимся в готовности пренебречь интересами других ради выгод своей группы. Равно как не стоит путать

патриотизм, являющийся любовью к родине, с национализмом, выражающим презрение и ненависть к другим народам.

Понимание себя как звена в цепи поколений позволяет человеку чувствовать себя уверенней. Это же делает нас более ответственными, потому что мы задумываемся, как нас будут вспоминать и оценивать потомки.

Любопытно, что в отношениях Анны Карениной и Алексея Вронского в первую очередь фамилия детей была камнем преткновения. В беседе с подругой Анны Вронский признался, что его беспокоит больше всего: «Моя дочь по закону — не моя дочь, а Каренина. Я не хочу этого обмана! ...И завтра родится сын, мой сын, и он по закону — Каренин, он не наследник ни моего имени, ни моего состояния, и как бы мы счастливы ни были в семье и сколько бы у нас ни было детей, между мною и ими нет связи. Они Каренины. Вы поймите тягость и ужас этого положения!»

Любовник и гражданский муж Карениной не лишен недостатков, однако это достойный, благородный, честный мужчина, о котором может мечтать любая женщина. Ради Анны он пожертвовал ка-

рьерой, столичной жизнью, расположением семьи. Этим он доказал, что ребенок и Анна являются для него самым главным. Но смириться с тем, что его дети, ради которых он готов на все, будут носить фамилию другого мужчины, он, как и любой хоть сколько-нибудь уважающий себя мужчина, не мог.

В романе Марио Пьюзо «Крестный отец» также есть яркий пример отношения настоящего мужчины к фамилии: дон Вито Корлеоне, усыновив мальчика немецко-ирландского происхождения, который стал братом его родным сыновьям, сохранил ему прежнюю фамилию, объяснив свое решение тем, что смена фамилии была бы несправедливостью по отношению к его родителям.

### ОТЧУЖДЕННОСТЬ ОТ СВОЕЙ ПРИРОДЫ

Кроме того, фамилия является атрибутом, отражающим принадлежность человека к своему роду, своей семье. А потребность в принадлежности к определенной группе является одной из главных. Большим приоритетом обладают только физиологические потребности и потребность в безопасности. Все мы с детства ищем общества себе подобных. Когда один



Кадр из художественного фильма «Анна Каренина» (1935), в заглавной роли — Грета Гарбо

ребенок хочет выразить свое недовольство другим, он говорит: «Я с тобой не играю». Этим самым он лишает того своего общества, блокируя удовлетворение потребности в аффилиации. Собственно, взрослые делают то же самое: провинившегося заключенного сажают в одиночную камеру. Человеку жизненно важно принадлежать к каким-либо сообществам. Действительность предоставляет массу возможностей для принадлежности к группам: прежде всего в профессиональной и образовательной сфере. Если этого мало, можно обратиться к религиозным общинам, фанклубам или, на худой конец, записаться на курсы иностранного языка.

Очевидно, что лучшим способом удовлетворить потребность в принадлежности является создание крепкой семьи. Гражданский брак противоречит человеческой природе, и стремление к нему отражает *отчуждение* человека от самого себя и своей семьи. В нашей жизни все больше бессодержательного общения и все меньше близости, единства, любви.

### КТО ВИНОВАТ?

Чрезвычайно широко распространено убеждение, что мужчины более склонны к гражданскому браку, больше ценят свою свободу, нежели женщины. Однако имеющиеся данные заставляют в этом усомниться. Известно, что большая часть разводов совершается по инициативе женщин. В то же время разведенные мужчины вступают в повторный брак чаще, чем женщины, по некоторым данным, в 3 раза. Иначе говоря, мужчины более тяготеют к жизни в браке, чем женщины.

Психотерапевтическая и консультативная практика также показывает, что значительная часть женщин в глубине души боятся связывать себя серьезными обязательствами. Такие женщины обычно заявляют, что больше всего на свете они хотели бы выйти замуж. Но на деле годами встречаются или живут с мужчинами, которые категорически против штампа в паспорте. В этом случае женщины с легкостью перекладывают ответственность на мужчин: «Я мечтаю выйти замуж, но он не хочет». Хотя на самом деле их партнеры делают то, чего хотят сами женщины.

Другой вариант психологической защиты и самооправдания состоит в том, что нет достойных мужчин: один зарабатывает мало, другой слишком старый, третий курит и пр. Встречаться и жить с такими мужчинами можно, но в мужья они не годятся. Поскольку с принцами действительно ситуация напряженная, эта рационализация позволяет оправдать свою позицию.

Женщинам же, которым в ходе консультативной работы удается разобраться со своими скрытыми установками и выработать более реалистичное отношение к браку, с легкостью удается выйти замуж. Причем зачастую за своих же гражданских мужей, якобы категорически не желающих идти в загс. Но в ситуации ультиматума: расставание или штамп



Кадр из художественного фильма  
«Москва слезам не верит»

*Родион:* «Как-то по-дурачки жизнь прошла. Все пыжился чего-то. Все казалось, не живу, а так: черновик пишу, еще успею набело... А сейчас оглянулся: ни жены, ни детей, да что там, друзей-то настоящих и то не нашёл».

в паспорте — они «неожиданно» соглашаются на официальное оформление отношений.

Таким образом, с гражданским браком связан целый комплекс отрицательных психологических свойств: неуверенность в себе, мотивация избегания неудач, внешний локус контроля, легкомыслие, скупость, неуважение к фамилии и отчужденность от своей природы. Все эти черты могут отрицательно сказаться на душевном благополучии человека и на успешности в семейной жизни. Причем подобные установки характерны для женщин не менее, чем для мужчин.

Носители таких качеств могут оказаться в такой же ситуации, как персонаж знаменитого фильма по имени Рудольф (а может, Родион: он так боялся неудачи, что отрекался даже от своего ребенка и своего имени). Оглядываясь на прожитую жизнь, он признался, что как будто писал черновик, надеясь потом переписать набело. Половина жизненного пути пройдена, а переписывать набело нечего. Нужно писать сразу в чистовик, может, с ошибками, помарками, невыполненным домашним заданием, но в чистовик, ведь жизнь коротка. Второй шанс никто не обещает. ●

⊕ *Дополнительные материалы см. на диске.*

### ЛИТЕРАТУРА

*Крайг Г.* Психология развития. — СПб.: Питер, 2005.

*Круглов Б.С.* Правовое сознание как элемент психологической подготовки молодежи к семейной жизни // Вопросы психологии. — 1986. — № 4.

Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А.А. Реан. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2002.

*Фромм Э.* Искусство любить. Исследование природы любви. — М.: Педагогика, 1990.

<http://www.tili-testo.ru/articles/cat30/205/> — Статистика разводов.



# Ролевая игра в образовательном процессе

## Преимущества и недостатки, классификация, стадии подготовки

Ролевая игра — вид драматического действия, участники которого действуют в рамках выбранных ими ролей, руководствуясь характером своей роли и внутренней логикой среды действия, а не внешним сценарием поведения. Моделирование группой людей той или иной ситуации. (С.Ю. Головин. **Словарь практического психолога.**)

**Оксана ГОЛУБЬ**

кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии ВГУ

**Анна БЕЗРУКОВА,  
Татьяна ПАЛКИНА**

ассистенты кафедры психологии ВГУ,  
г. Волгоград

**И** взрослый, и ребенок, когда слышат слово «игра», начинают улыбаться. Для взрослых — это напоминание о беззаботности, радости, о детстве. Для ребенка — любимое времяпрепровождение. Но игра — это и условие познания мира, развития личности человека.

Какая тайна заключена в игре?

Игра предполагает наличие правил, ролей, сюжета. В ней ребенок учится выстраивать отношения с другими людьми, получает опыт и возможность примерить на себя разные социальные роли.

Слово «роль» этимологически восходит к корню *-root-*, обозначавшему в Средние века свиток пергамента, на котором записывались актерские реплики.

Распространение данного понятия на повседневное поведение людей связано с потребностью «суммировать или сжато выразить в реальной жизни то, что может быть комплексным восприятием деталей, составляющих внешность или поведение другого человека» (М. Менц).

**Ролевые игры — это метод, который:**

- развивает умение действовать;
- готовит к предстоящим трудным ситуациям;
- дает возможность проверить альтернативные действия и выбрать лучшие варианты;

- позволяет использовать сцены, близкие к реальной жизни, которые обсуждаются участниками тренинга.

**Ролевая игра помогает участникам:**

- различать свое и чужое участие в случившемся;
- развивать понимание мотивов и действий других людей;
- примерять различные роли;
- побуждать себя к действию.

При правильном использования ролевая игра позволяет решить следующие **задачи**:

**1.** Сформировать у участников новые модели поведения в ситуациях межличностного взаимодействия.

**2.** Расширить гибкость поведения благодаря возможности принимать роли разных сторон общения.

**3.** Снизить остроту проблемных переживаний, связанных с проигрываемыми ситуациями (эффект катарсиса).

**4.** Обучить моделям эффективного поведения в конкретных ситуациях общения (знакомство, конфликт, устный экзамен и т.д.).

**5.** Продемонстрировать условность предписываемых ролями поведенческих моделей, их зависимость от контекста общения.

6. Создать условия для осознания и коррекции собственных неадекватных поведенческих моделей.

7. Сформировать у участников новые модели поведения в ситуациях межличностного взаимодействия.

Ролевую игру можно сыграть **в двух формах:**

- разыгрывать ситуации, с которыми участнику придется столкнуться либо которые ему уже пришлось пережить, участник играет самого себя;
- игра не связана с конкретным опытом участников, а роли и игровые ситуации для каждого определены и развиты тренером. Участники группы могут обмениваться между собой ролями по ходу игры.

Ролевая игра — способ получения безопасного и позитивного опыта выражения чувств и установок: позитивного, потому что эти чувства и установки являются предметом обсуждения и анализа, что дает возможность научиться их контролировать; а безопасного, потому что личное поведение не критикуется.

### Классификация ролевых игр

В зависимости от того, какую функцию выполняет ролевая игра, выделяют игры: для иллюстрации

определенного процесса или ситуации, для демонстрации эффективной модели поведения, для тренировки навыков, для предоставления обратной связи и др.

Основанием для другой классификации являются роли, которые выполняют участники. Игры подразделяют на те, где участники играют самих себя, участники играют других участников, участники играют посторонних людей.

Ролевая игра в последнее время получила широкое распространение, ее применяют:

- на занятиях по профориентации, где обучают искусству проводить собеседование, где кандидаты учатся соответственно подавать себя на этих собеседованиях;
- в рамках уроков истории, социологии, литературы, искусства, религии и политики, где необходим анализ образа жизни людей, влияния людей друг на друга и на окружающую среду;
- в службе медиации для обучения переговорному процессу;
- при изучении языков, литературы, так как ролевая игра — высоковербализированная процедура;
- при воспроизведении картины общества ролевая игра позволяет связать разные ситуации воедино и обменяться аргументами;

Таблица 1

### Преимущества ролевой игры

На эмоциональном уровне	На поведенческом уровне	На когнитивном уровне
Помогает выразить скрытые чувства	Расширяет поведенческий репертуар	Устраняет пропасть между обучением и реальными жизненными ситуациями
Помогает обсуждать личные вопросы и проблемы	Является мотивирующей и эффективной, поскольку предполагает действие	Изменяет установки
Помогает проникнуться чувствами окружающих и понять их мотивацию	Высвечивает общие социальные проблемы и динамику группового взаимодействия	Обеспечивает быструю обратную связь
Подчеркивает важность невербальных эмоциональных реакций		

Таблица 2

### Недостатки ролевой игры

Подготовка	Проведение	Особенности участников
Потеря контроля над содержанием и процессом обучения	Упрощение может ввести в заблуждение	Результат зависит от исходного уровня знаний
На игру уходит много времени (ресурсов)	Столкновения могут включить механизмы отторжения и защиты	Игра зависит от личностных особенностей участников
Используются другие ресурсы — людские, пространственные, материальные	Игра может выглядеть слишком захватывающей или легкомысленной	
Может преобладать в учебном процессе, отодвигая на второй план теорию и факты		

- в научно-исследовательских или проектных группах, педагогических коллективах с целью развития навыков межличностного общения в вопросах, связанных с групповой динамикой и принятием решений, сплочением коллектива;
- когда обучающимся нужно освоить новые роли, лучше осознать свои собственные и глубже понять позиции других людей.

На каждой стадии ведущий выполняет следующие **функции**:

- контролирует соблюдение правил и временных рамок игры;
- разъясняет инструкцию;
- наблюдает за действиями участников с целью обеспечения обратной связи по окончании игры;
- участвует в игре с целью демонстрации желательных моделей поведения.

Ценность ролевых игр заключена в ее содержании — «проигрывается» конкретный материал. Но иногда содержательная сторона ценности не представляет. В подобном случае ценность игры в том, что она позволяет интенсифицировать межличностное взаимодействие, эффективно продемонстрировать или выработать какие-либо поведенческие модели.

Использование ролевых игр в учебном процессе позволяет обучающемуся стать активным его участником.

### Ролевая игра для старшеклассников

#### «Город мастеров»

**Цели игры:** формирование у школьников представлений о мире профессий; повышение интереса к профессиональной деятельности.

**Задачи:** повышение уровня знаний в области мира профессий; расширение представлений о профессионально важных качествах для определенных профессий; способствование профессиональному самоопределению; повышение мотивации к обучению; развитие навыков дискуссии и умения отстаивать свою точку зрения.

#### Необходимые материалы и оборудование

1. Список профессий (7–10).
2. Карточки с набором важных для каждой профессии качеств из списка.
3. Знаки отличия для разных ролей (головные уборы, бейджи или карточки на стол с указанием ролей, банданы разных цветов и пр.).
4. Протоколы экспертной комиссии.
5. Лицензии на трудовую деятельность для победителей.

Таблица 3

### Стадии подготовки и проведения ролевой игры

Название стадии	Сущность этапа
<b>Разработка сценария</b>	Учитываются: <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ решаемые задачи,</li> <li>♦ социально-психологические особенности участников,</li> <li>♦ место игры в общей структуре тренинга.</li> </ul> <i>Осуществляется на стадии подготовки, но возможно пересоздание по ходу занятия, если у ведущего есть опыт работы</i>
<b>Описание ролей</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Простые роли могут задаваться устно.</li> <li>♦ В случае сложных описаний целесообразно подготовить для игроков инструктивные карточки.</li> </ul> <i>Не рекомендуется описывать взгляды игрока или его чувства</i>
<b>Ввод в ситуацию ролевой игры</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Возможен прямой ввод в ситуацию, когда участники получают инструкцию и сразу же переходят к игре.</li> <li>♦ Постепенный ввод в ситуацию игры: через групповую дискуссию, через разминочные упражнения</li> </ul>
<b>Выбор участников</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>♦ Роли могут распределяться добровольно,</li> <li>♦ участники выбирают участников,</li> <li>♦ роли распределяются ведущим.</li> </ul> <i>Прямое назначение на роль может вызвать протест</i>
<b>Инструктирование</b>	Инструкции должны быть: <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ четкими,</li> <li>♦ наглядными,</li> <li>♦ лаконичными.</li> </ul> Смысл игры не объясняется
<b>Обсуждение игры</b>	Ход обсуждения включает следующие фазы: <ul style="list-style-type: none"> <li>♦ установление фактов (поведенческих проявлений в игре),</li> <li>♦ анализ причин поведения,</li> <li>♦ планирование действий (выяснение того, как полученный опыт может быть воплощен в жизнь)</li> </ul>

## Тематический план

№ п/п	Название этапа	Цель этапа	Время (мин.)
1	Подготовительный этап	Подготовка материалов. Распределение ролей. Организация пространства. Знакомство с критериями оценивания	
2	Презентация	Каждый участник знакомит аудиторию со своей профессией. Эксперты задают уточняющие вопросы	3 (на каждого участника)
3	Испытательный срок	Участники выполняют задания членов экспертной комиссии	2
4	Совещание экспертов	Определение тех, кто получит лицензию	2
5	Заключение договора на трудоустройство	Выдача лицензии на работу	3
6	Подведение итогов	Обсуждение полученных результатов	5

6. Фотоаппарат и/или видеокамера. Видеозапись игры можно использовать при обсуждении результатов на следующем уроке.

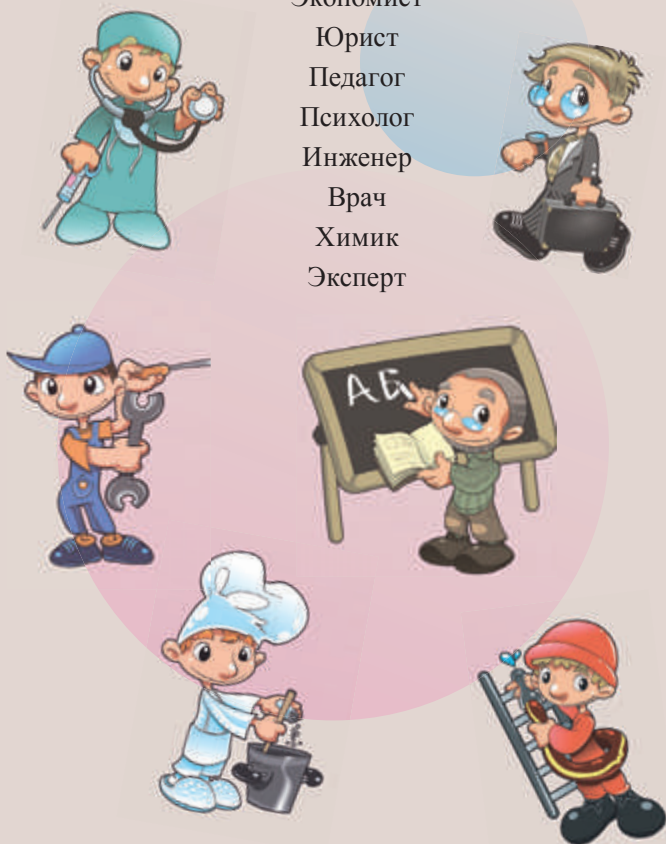
**Участники игры:** школьники старших классов (от 10 человек).

### Игровые роли

Накануне игры происходит распределение ролей (на усмотрение учителя или с помощью жеребьевки).

**Перечень ролей** (список профессий может расширяться или изменяться):

Экономист  
 Юрист  
 Педагог  
 Психолог  
 Инженер  
 Врач  
 Химик  
 Эксперт



Ниже представлен тематический план, где распределение времени соответствует 45 минутам (1 урок). Это минимально необходимое время. Продолжительность игры от 1,5 до 2 часов позволит подробнее остановиться на важных моментах, а также высказаться большему количеству учащихся.

### Краткое содержание игры

В ходе игры происходит расширение представлений о мире профессий. В игре обязательным является наличие экспертной группы, которая определяет, кому будет выдана лицензия.

По условиям игры количество выдаваемых лицензий ограничено. Комиссия предупреждает об этом до начала игры. На подготовительном этапе выдаются критерии оценивания, согласно которым участники строят свое выступление.

Участники в своих выступлениях должны отразить:

- профессионально важные качества;
- специфику труда;
- область востребованности;
- взаимосвязь с другими специалистами.

Каждый член комиссии (эксперт) заносит свои оценки в протокол. Каждое выступление оценивается по 10-балльной шкале по 4 критериям. Максимальное количество набранных баллов 40. ●

### Список литературы

- Вачков И.В.* Психология тренинговой работы. — М.: Эксмо, 2008.
- Грецов А.Г.* Тренинг общения для подростков / А.Г. Грецов. — СПб.: Питер, 2007.
- Гуревич А.М.* Ролевые игры и кейсы. — М.: Речь, 2004.
- Ментс М.* Эффективный тренинг с помощью ролевых игр. — СПб.: Питер, 2001.
- Одегов Ю.Г.* Управление персоналом. Ролевые и деловые игры. — М.: Экзамен, 2003.

# Использование сказок при индивидуальном консультировании

Психологические сказки раскрывают многообразие жизненных ситуаций и помогают человеку найти ответы на свои вопросы, определить способы разрешения имеющихся проблем.

**Ирина СТИШЕНОК**  
психолог,  
г. Гомель,  
Республика Беларусь

**С**казка — это жизнь в миниатюре. В ней представлена общечеловеческая основа жизни, отражены элементы повседневности, а также внутреннего мира человека.

Сказки привлекают нас приключениями, разнообразием сюжетов и заложенной в них мудростью. Через них мы получаем знания о мире, о взаимоотношениях между людьми, о проблемах и препятствиях, возникающих в жизни. Многие сказки и притчи направлены на расширение жизненного опыта человека, повышение его уверенности в себе, принятие ответственности за собственную жизнь.

Можно сказать, что сказка является своеобразным инструментом обучения. Ее сюжеты, где реальность предстает в упрощенной форме, позволяют человеку сфокусировать внимание на решении собственных проблем. Самовыражение через сказку способствует укреплению психического здоровья человека. Поэтому можно добавить, что сказка является и значимым психопрофилактическим фактором. Ее образы, обращаясь одновременно к двум психическим уровням: сознанию и подсознанию, — помогают человеку восстановить эмоциональное равновесие, изменить поведение, встать на путь личностного развития.

В сказочной форме гораздо легче увидеть и принять свою проблему: не так страшно, больно или обидно.

Работу со сказкой можно применять на различных этапах консультационного процесса.

На стадии **установления контакта** консультант может сказать, что любит использовать сказки в своей работе. И если человек проявит интерес к полученной информации, следует использовать метод сказкотерапии в работе с ним.

На стадии **формулирования запроса** можно поработать с **метафорой**, а затем развернуть ее в сказку. Люди часто используют метафору, описывая ситуацию или состояние, в которых они находятся.

Так, девушка, находящаяся в депрессивном состоянии, отметила, что чувствует себя как сухое сломанное дерево и не знает, как жить дальше. Дальнейшая работа с ней проводилась с использованием озвученной метафоры. На консультации, изобразив сухое дерево черным цветом, девушка «вдруг» обнаружила, что под ним живет букашка, которая может выбраться, прийти на поляну, где много зеленой травы, отдохнуть, восстановить силы и продолжить свой путь.

В дальнейшем эта букашка нашла людей и построила с их помощью целый город.

На стадии **ориентировки в проблеме** или при консультировании с целью обойти **сопротивление клиента** психолог может прочитать ему сказку, которая носит проективный характер, и с ее помощью прояснить ситуацию, в которой человек находится, помочь ему обозначить проблему, сделать ее более пригодной для интерпретации, подойти к ее осмыслению.

## Пример

На консультацию пришла мать «трудного» подростка, назовем ее Наталья, и рассказала о своих трудностях в воспитании сына Николая, ученика девятого класса. По словам Натальи, сын пропускает школу, ворует деньги, а с пятого класса периодически уходит из дома. Между ней и ребенком нет взаимопонимания. Она и отец требуют, чтобы Николай ходил в школу, заставляют его учиться, контролируют. Их усилия всегда наталкиваются на сопротивление подростка. Как выразилась Наталья, «его стиль жизни — жить в свое удовольствие, ничего не делая. Он растет бессовестным и нахальным человеком».

Между родителями и сыном постоянно возникают конфликты.

Работа с матерью подростка велась над принятием ею своего ребенка таким, какой он есть на данный момент. Учитывая, что в



словах, которые Наталья говорила Николаю, было много негативных установок: «Куда ты катишься, в тюрьму попадешь, не станешь нормальным человеком», — на консультации ей была дана рекомендация использовать больше позитивных установок в общении с ребенком. В ролевой игре была показана возможность выхода на другой стиль общения — сотрудничающий, в то же время не исключая определенной требовательности. Были также продемонстрированы новые формы взаимодействия с сыном.

На одной из консультаций, учитывая склонность Натальи к назиданиям, опеке и постоянному контролю за сыном, для того чтобы обойти ее сопротивление и подвести к осознанию ситуации, был использован метод сказкотерапии.

В моей сказке «Птенец» (см. приложение) описывается диалог между птенцом и скорлупой, в которой он живет. Птенец вырос, хочет выйти в мир и жить в нем, но скорлупа не готова отпустить его. Эту сказку я прочитала Наталье, а затем мы обсудили ее, используя метафору.

Приведу наш диалог. Для удобства обозначу себя буквой «П» (психолог), а Наталью буквой «Н».

**П.** Как вы считаете, насколько вы с сыном едины?

**Н.** Я и он — целое. Но целое мы только на 20%. Боюсь, что на 80% я его теряю.

**П.** Давайте представим, что он птенец. Кто тогда вы?

**Н.** Я курица. А он не птенец — он уже хороший петушок.

**П.** Представьте, что петушок и курица находятся во дворе своего дома. Чего хочет петушок? Все время быть около курицы?

**Н.** Нет, я понимаю, что он не мой. Ему нужно погулять, побегать к соседу. Вот он находит интересного червячка, съедает, прибегает ко мне и хвалится: «Мама, я нашел червячка и съел его».

Предлагая Наталье проанализировать сказанное ею и сделать

выводы из этой метафоры, спрашиваю:

**П.** То есть диалог между вами возможен?

**Н.** Да. Я посмотрела на нас со стороны. Теперь буду стараться молчать, когда он станет проявлять свою самостоятельность. Буду не выпускать из вида, но дам ребенку право выбора.

**П.** И ответственность за свой выбор, — добавила я и уточнила: — А что вы чувствуете к сыну?

**Н.** Злость чувствую. Требую, чтобы он сделал все так, как правильно. Раздражение чувствую от того, что если он и делает, что я от него требую, то со злостью. Даже дрова колет со злостью.

Возвращаясь к метафоре, я спрашиваю:

**П.** А если вы распространите на сына не злость, а любовь, как поведут себя Петушок и Курочка?

**Н.** Тогда Курочка и Петушок будут в одном озере плавать вместе.

**П.** Вам задание на дом: принимать ребенка таким, какой он есть.

**Н.** О, это самое трудное. Я уже поняла, что он нас не слушает. Но принимать и любить его таким — попробую.

Так с помощью метафоры мать подростка осознала, что они с сыном являются разными, отдельными друг от друга людьми, и пришла к пониманию необходимости выработки новой стратегии взаимодействия со своим ребенком.

**В процессе консультирования** бывает полезно предложить клиенту написать собственную сказку, иногда предварительно изобразив сложную ситуацию в рисунке или разыграв ее с помощью игрушек. Сам процесс написания сказки несет в себе большой психотерапевтический потенциал.

Иногда в ходе консультации сказка сочиняется устно, подчас с помощью психолога или при его направляющей роли, когда клиент не знает, куда повести главных героев.

## Пример

Денис, мальчик 10 лет, в последнее время стал бояться темноты. С этой проблемой мама и привела его на консультацию.

Выяснилось, что живет Денис в одной квартире с мамой и папой, бабушкой и дедушкой — родителями отца. Дедушка часто выпивает, и, когда он находится в состоянии алкогольного опьянения, мама запрещает Денису с ним общаться и заходить в его комнату. Да и в целом она не испытывает к отцу мужа позитивных чувств, а Денис его любит.

На консультации ребенок вел себя очень тихо, был робок. На вопрос, любит ли он играть в игрушки, Денис ответил утвердительно. Ему было предложено выбрать любые из имеющихся в кабинете и сочинить про них историю.

Денис выбрал четыре самые агрессивные игрушки: носорога, дракона и двух динозавров. Вся история была о том, как они устроили между собой поединок, дрались и как победил сильнейший.

Позже в общении с матерью Дениса была затронута тема ее взаимоотношений со свекром. Мы говорили и о возможности общения мальчика с дедушкой. Но мать ребенка ответила, что эта тема не касается заявленной проблемы (страха темноты).

На вторую консультацию Денис принес рисунок, где были нарисованы те же носорог и дракон, а история про них была такая:

«В Африке, в джунглях жили были дракон и носорог. Они стали думать, кто из них сильнее, и стали делать арену, и стали драться, и победил дракон».

На консультации Денис сделал рисунок на тему «Страх и сила». Он нарисовал двух драконов: черного и цветного. Черный — злой: «Не люблю черный цвет — страшно». Разноцветный — добрый: «Он яркий, красивый». Примечательно, что мать мальчика в этот день была в одежде черного цвета.

Я подсказала Денису, что можно изменить ситуацию, сделав злого дракона добрее — добавить

ему ярких цветов. Он последовал совету, раскрасил черного дракона и отметил, что теперь тот не такой страшный. Потом мы поговорили о плюсах черного цвета и о плюсах темноты. Например, ночью темно, но зато люди в это время могут отдохнуть от дневных дел, выспаться.

Затем мальчику было предложено сочинить любую сказку с положительным окончанием для героя. Денис сочинил две.

### **Сказка 1-я. Два дракона**

Жили-были черный злой дракон и яркий добрый. Злой предложил доброму встретиться и определить, какой цвет победит. Злой сказал: «Я своим черным цветом всего тебя накрою». А добрый сказал: «Нет, я. У меня больше цветов». Они сделали арену. На черный цвет напал белый, и цвет стал серым. Злому дракону стало плохо — он не стал королем. Никто не победил. А потом они оба стали добрыми.

### **Сказка 2-я. День и ночь**

Ночь закрыла День и на всю землю легла. Но День попросил: «Пусти меня», — и Ночь ушла. И стали они по очереди приходить. Ночь тоже нужна, чтобы люди спали.

После консультации мама мальчика сказала, что многое поняла и ей есть о чем подумать.

Очевидно, что сказочный сюжет открывает новые возможности для психологического решения проблемы. Человеку легче придумать выход из сложной ситуации для сказочного героя, чем для себя, — ведь в сказке возможно все. А затем, соотнеся положение сказочного героя со своей жизнью, обнаружить, что этот выход, оказывается, можно использовать и для себя. К тому же сказки всегда хорошо заканчиваются.

Роль консультанта при этом не столько объяснительная, сколько помогающая. Важно помочь человеку выйти из тупиковой ситуации, в которой он находится, к

своей осмысленной и радующей жизни.

Сказка может помочь человеку занять активную позицию по отношению к собственной жизни еще и потому, что она не представляет собой никакого назидания и не дает готового ответа или даже совета. Решение сказочного героя нужно суметь применить к обстоятельствам собственной жизни, тогда оно станет собственным решением.

Следует отметить еще один аспект действия сказки.

*Сочиненные специально для психологической работы*, сказки имеют определенные рекомендации для личностного развития: например, желательность осмысления своей жизни и отношений с другими людьми, необходимость принятия себя как личности, возможность измениться. Такие сказки являются авторскими, пишутся в основном психологами и представлены в различных изданиях по сказкотерапии.

## **ПТЕНЕЦ**

*Приложение*

Большое белое яйцо лежало на траве, а внутри него билось маленькое сердце. Птенец, который должен был вот-вот появиться на свет, находился еще там, но уже испытывал непонятное беспокойство. Скорлупа, такая уютная прежде, вдруг стала тесной и сковывающей. Теплый дом, который защищал от холода, ветра и дождя, охранял от косых взглядов и острых когтей, стал мешать. Птенец вдруг почувствовал, что не может расправить крылья и взлететь, не знает, что находится за тонкой и прочной стеной, хотя звуки и голоса, доносившиеся оттуда, он слышал постоянно.

— Я хочу увидеть, что там, — подумал Птенец и тронул крылом Скорлупу.

Она осталась невредимой, но неожиданно произнесла:

— Что ты делаешь, глупый Птенчик? Зачем покидать родной дом, который вырастил и воспитал тебя? Окружающий мир суров, он не будет заботиться о тебе так, как заботись я. Ты сам станешь искать себе

пищу и кров. Хотя, впрочем, ломай меня. Не тебе ведь будет больно.

От неожиданности Птенец растерялся: как же он раньше не подумал о Скорлупе? Там, за стеной, был неизвестный мир, который звал и манил. Неведомая сила влекла его туда так, что сидеть взаперти было почти невозможно. Но Скорлупа... Она действительно его вырастила, отдавая свое тепло и храня от опасностей.

— Какой я неблагодарный, — подумал Птенец, — как я мог решиться на такое?

И он притих, а затем произнес:

— Попробую жить как прежде. Ведь было же мне раньше хорошо, тепло и уютно здесь. А мир за стеной?.. Может быть, он действительно холодный и колючий?

И Птенчик остался в Скорлупе.

Но беспокойство почему-то не покидало его, и с каждым днем Птенцу становилось все труднее дышать. Неожиданно он понял, что вырос из яйца и для дальнейшего роста ему необходимы совсем другие условия.

Птенец ощутил прилив бодрости и почувствовал, что в ослабленных крыльях появилась сила.

— А ведь если я не стану пользоваться крыльями, то никогда не научусь летать, — подумал Птенец.

Он посмотрел на Скорлупу и произнес:

— Прости, что причиняю тебе боль, но моя жизнь не должна пройти здесь. Ты помогла мне вырасти и окрепнуть, но сейчас я хочу увидеть новый мир, жить в нем и, конечно, летать. А если на моем пути встретятся трудности, я научусь справляться с ними сам.

Скорлупа молчала. Наконец она произнесла:

— Ты прав, мой Птенец. Из-за большой любви я даже не заметила, как ты вырос и повзрослел. Лети же, и пусть удача сопутствует тебе.

Услышав эти слова, Птенчик расколол клювом Скорлупу и вышел в незнакомый, удивительный, таинственный и такой желанный мир. ●

# О технологии разбора и погашения конфликтов

**Евгений ПЯТАКОВ**

психолог,  
Москва

- Кто кого обидел первый?  
— Он меня!  
— Нет, он меня!  
— Кто кого ударил первый?  
— Он меня!  
— Нет, он меня!  
— Вы же раньше так дружили?  
— Я дружил.  
— И я дружил.  
— Что же вы не поделили?  
— Я забыл.  
— И я забыл.

**Владимир Орлов. Кто первый?**

## В ЛАБОРАТОРНЫХ УСЛОВИЯХ

Современная информационная цивилизация полна парадоксов. Один из наиболее известных: сталкиваясь с конкретной жизненной ситуацией и нуждаясь в простом конкретном ответе на вопрос «что делать?», мы вдруг обнаруживаем, что не можем его найти несмотря на, казалось бы, огромное количество нужной информации — в книгах, Интернете и пр. Ответов полно, но все они какие-то общие, вокруг да около. Бывает обидно, когда ты вроде бы не просто изучал подобные вопросы, но получил специальное образование, прошел тематические тренинги. А еще обиднее — если ситуация требует ответа здесь и сейчас и времени на раздумья и поиски решения нет.

Для учителя такой типичной ситуацией нередко становится конфликт, в котором он оказывается либо непосредственным участником, либо третьей стороной по воле.

И вот тут-то становится очевидным, насколько отличается от жизненных реалий книжная теория о проблеме решения конфликтов, а также спокойное, доброжелательное обсуждение этой проблемы на тренинге. Ведь в «лабораторных» условиях

нам не приходится в полной мере сталкиваться с эмоционально бескомпромиссным накалом в поведении оппонентов, нередким применением с их стороны грязных приемов общения и прочими не описанными в учебниках нюансами. А жаль. Именно поэтому учиться разрешать конфликты часто приходится на собственном опыте. Или ориентируясь на чужой опыт, в котором, однако, пособия по конфликтологии иногда оказываются на одном из последних мест.

О чем же тогда, спрашивается, эта статья, какая от нее польза, если она тоже, как ни верти, неизбежно является чем-то вроде теоретического пособия? А отличается она тем, что в ней я постараюсь сосредоточиться всего на нескольких схемах, методах и приемах, которые тоже фигурируют в теоретических трудах по конфликтологии, но при этом как-то теряются в общем массиве информации. При этом практическая их эффективность, как правило, очень высока.

## ВСЕ ПРЕТЕНЗИИ В ПИСЬМЕННОМ ВИДЕ!

В жизни часто бывает так, что полезные знания для решения конкретной задачи мы получаем не из тех источников, из которых должны были бы получить (в нашем случае — из пособий по педагогической психологии и конфликтологии), а совсем из других — случайных, не имеющих, казалось бы, никакого отношения к нашей проблеме.

**Пример № 1.** Однажды ко мне пришла десятиклассница и сказала, что ей, похоже, придется менять школу из-за конфликта с учителем. После краткого разговора стало ясно, что ситуация действительно грозит если и не сменой школы, то уж глобальными разборками на уровне директора — точно. Причина: прогулав много уроков (посчитав их второстепенными), ученица на проваленном ею зачете ляпнула что-то вроде:

«Мне ваш предмет не особенно нужен, так что больше тройки не требуется. Уж тройку-то можно было нарисовать?..»

Понятно, что после этих слов учительница просто встала на дыбы. Тем более что ее отличали темперамент, принципиальность и почти такая же откровенность высказываний, как и ее ученицу. Таким образом, мне — молодому и малоопытному специалисту мужского пола — грозило оказаться под перекрестным огнем двух весьма энергичных особ (пока двух, а там бы подросли и другие, тем более что директором школы тоже была женщина).

Сначала я действительно растерялся. Но тут мне вспомнился один, казалось, уже забытый эпизод студенческой жизни. У нас проводила коротенький спецкурс энергичная аспирантка. Как-то раз, не помню в связи с чем, она рассказала нам об основных этапах организации политических переговоров, направленных на примирение враждующих (а иногда и воюющих) сторон. Рассказала коротко — в двух словах. Но этих «двух слов», сказанных тогда, мне хватило, чтобы четко понять, ЧТО нужно делать прямо сейчас и КАК решить проблему примирения сторон. (этой схемой я поделюсь чуть ниже).

**Пример № 2.** В студенческие годы мы с другом-однокурсником оказались вожаками отряда, состоявшего из мальчишек 11–12 лет и девчонок 12–14 (организация отряда, конечно, безграмотная). И однажды эта «гремучая смесь» рванула. К нам в вожатскую без стука, с криком и визгом, чуть не лопаясь от переполнявших их эмоций, ворвалась целая толпа разгневанных девчонок. Понять, чего хотят, было невозможно. Перекричат или успокоить их — тоже. Ситуация казалась тупиковой. Но тут мой друг, имевший склонность к «бюрократизации всех процессов жизнедеятельности», рявкнул: «Стоп! Все жалобы — в письменном виде! И писать у себя в палате!» После чего мы молча выставили всех за дверь — на это наших мужских сил кое-как хватило. Как оказалось, решение было спасительным. Большую часть своей энергии и эмоций девчонки потратили на обсуждение и сочинение «претензий». Когда же, изрядно выдохшись, они принесли нам сей документ, нам уже не составило труда спокойно и логично, «по пунктам», разобраться, кто, где и в чем был не прав.

Таких мелких эпизодов, давших мне крупицы полезного опыта (в упрек классическим курсам конфликтологии), я мог бы перечислить еще много. Уверен, что этих «крупичек» у любого педагога с большим стажем море. Проблема лишь в том, как их передать педагогам со стажем малым. Эту проблему и попробуем решить.

## ОБЩАЯ СХЕМА ПРИМИРЕНИЯ

Начну с описания упомянутой выше классической схемы примирения конфликтующих сторон. Затем перейду к рассмотрению нюансов, связанных с особенностями школьной жизни.

### 1. Подготовка

Собираются три (или более) стороны. Одна — третейская, которой поручено «разрулить» конфликт. Остальные — участники конфликта (двое или более). Общение конфликтующих сторон на первой встрече не допускается. Слово берет третейская сторона. Она объявляет, что, поскольку ей поручено разрешить конфликт, который сами участники разрешить не смогли (в силу пока не выясненных причин), она — третейская сторона — должна будет провести предварительное дознание с каждой из конфликтующих сторон в отдельности. То есть с каждым из участников конфликта поочередно будет проведено несколько встреч. Цель — получить полную исчерпывающую информацию о реальных причинах конфликта, выработать предложения по разрешению конфликта с выгодой для обеих сторон.

### 2. Создание общей картины причин конфликта. Принципиальная мотивация участников конфликта на сотрудничество

Вначале выясняется — с точки зрения участников — как начался конфликт, какова его причина, в чем конкретно вина каждого из участников. Задаются уточняющие вопросы.

**Примечание.** Часто после сбора этой первичной информации испытываешь чувство, близкое к шоку, от того, насколько по-разному стороны видят одну и ту же ситуацию. Возникает впечатление, что встретились не люди, говорящие на одном языке, а представители различных инопланетных цивилизаций. При этом, как правило, противоположной стороне приписываются самые низменные и отвратительные пороки (наглость, эгоизм, подлость, лживость). И не делается ни малейшей попытки встать на ее место.

После того как информация собрана, каждой из сторон деликатно сообщают о том, как смотрит на причину конфликта противоположная сторона. Затем описывают более или менее реальную картину произошедшего, имеющую, как правило, мало общего с версиями участников. При этом желательно (можно чуть слукавив) показать обеим сторонам, что они обе стали жертвами обстоятельств, из-за которых неверно поняли друг друга, сделали неверные выводы и совершили опрометчивые шаги. Цель данного этапа: психологически перевести участников из ранга соперников в ранг сотруddников, борющихся с «внешним врагом» —

враждебными обстоятельствами, первоначально поставившими их по разные стороны баррикад.

**Пример.** *Поймите, они так поступили не потому, что они такие подлецы. Просто их неверно информировали, они испугались, что если этого не сделают, то получают такие-то проблемы. (А вы, если честно, поступили бы по-другому?) О том, что в результате кто-то может пострадать (это оказались вы), они не могли знать. Они вообще не поняли, что вы пострадавшие. Вы ведь ничего им про свои проблемы не сказали — сразу начали на них кричать и угрожать. И вас тоже можно понять. Любой бы на вашем месте потерял голову. Но теперь-то, когда правда раскрылось, давайте вы перестанете друг друга оскорблять и подумаете, как вместе выйти из ситуации с наименьшими потерями...*

**Примечание.** *Для усиления мотивации на сотрудничество можно применить «тяжелую артиллерию». А именно, предложив отбросить эмоции и пустую браваду, спокойно и логично обсудить, чем реально чревато продолжение конфликта для обеих сторон.*

### **3. Выработка компромиссного решения**

Обеим сторонам сообщается, что оппонент снижает такие-то свои претензии и готов обсудить шаги к примирению. Затем задается вопрос: в чем вы готовы уступить оппоненту, каких ответных

шагов от него ждете? Полученный ответ передается оппоненту. Выслушивается его мнение. Далее в ходе нескольких встреч происходит «подгонка», в итоге которой предложения и ожидания обеих конфликтующих сторон совпадают.

### **4. Финальная встреча**

Снова собираются все участники. Первое слово берет третейская сторона. Она излагает выясненные факты и описывает реальную картину событий. Затем излагает те позиции, которые ранее озвучивали конфликтующие стороны (уступки, пожелания, извинения и др.). Затем обе стороны публично подтверждают свое согласие со сказанным. После чего они могут вступить в непосредственное общение для достижения каких-то новых договоренностей. При этом третейская сторона продолжает отслеживать процесс с целью контроля ситуации и предотвращения новых конфликтов.

### **ГЛАДКО БЫЛО НА БУМАГЕ...**

Конечно, схема хороша и стройна в теории, однако стоит представить попытку ее реального воплощения в школьной жизни — и сразу возникает множество вопросов. На них-то и постараюсь ответить.

**1)** Что делать, если конфликтующие стороны не являются вместе с просьбой их рассудить, а приходят по очереди с жалобами друг на друга? А то и вовсе приходит одна, а другая вообще не подозревает о наличии конфликта. (Конфликт? Какой конфликт? С Леной из 9-го «А»? А что такое? Да,



поставила я ей двойку и маму вызвала. Так она что, жаловаться на меня приходила?!)

В этом случае придется обойтись без первой трехсторонней встречи и начать работать со сторонами сразу по отдельности. При этом стороне, заявившей о начале конфликта (например, ребенку или родителю), стоит посочувствовать, но предупредить, что вы намерены выяснить не только ее точку зрения, но и точку зрения оппонента. Что, возможно, могут всплыть обстоятельства, указывающие на неправоту самого заявителя, а значит, заявителю придется за что-то извиняться. Вопрос: готов ли он к этому, хочет ли реально разрешить конфликт, или просто пришел поплакаться?

При обращении же к стороне, которая может и не знать о наличии проблемы (тот же учитель), надо вежливо попросить о помощи в ее решении, объяснив, почему так важно переговорить с ребенком (родителем), который вроде бы и не должен так переживать по конкретному поводу. (Ну двойка. Не первый и не последний раз. Что из-за этого шум-то поднимать?)

Количество встреч вполне можно ужать до двух на каждую из сторон, плюс одна финальная. На первых двух встречах можно успеть выяснить точки зрения обоих оппонентов на причины конфликта и составить свою гипотезу случившегося. На вторых двух — обрисовать участникам реальную картину событий, сняв тем самым накал страстей и остроту взаимных обид. Затем замотивировать стороны на сотрудничество и собрать предложения об уступках. На финальной встрече должно произойти окончательное примирение сторон.

Главное, о чем следует помнить, — принцип беспристрастности при сборе информации и последовательность в соблюдении этапов процедуры. Еще раз подчеркну: желательно сначала внушить оппонентам уверенность, что они оба в какой-то мере стали жертвами обстоятельств, это позволит им перестать бояться, что всю вину свалят на них, чем часто и объясняется агрессивно-атакующее поведение. Затем следует сказать обоим пару комплиментов (вы же разумные люди) и лишь после этого перейти к разговору о том, что и вина обоих все же присутствует. (Да, вы испугались, но почему вы сразу подумали именно на этого человека и начали на него кричать? А вы? Почему именно на вас сразу подумали? Может быть, вы не такой паинька, как про себя говорите? Может, что-то подобное уже было?)

Что касается физической организации процесса, то в ходе работы стороны могут или находиться в отдельных изолированных помещениях, или сидеть рядом, если готовы молча, не вмешиваясь в разговор, слушать точку зрения оппонента.

**2)** Что делать, если обвинения конфликтующих сторон размыты, бессистемны, переполнены эмоциями? Если оппоненты в силу перевозбужде-

ния опускаются до необоснованных обвинений и оскорблений?

Первое, что следует сделать, — не поддаваться на провокации и держать собственные эмоции под контролем. Сказанное не означает, что при этом обязательно нужно демонстрировать только мягкость, сочувствие и доброжелательность. Иногда допустимо и жестко отчитать одного или обоих участников конфликта. Но опять-таки только под контролем сознания. (Стоп! А теперь повтори еще раз то, что ты сказал. И подумай, ЧТО ты сказал. Ты понимаешь, В ЧЕМ ты обвиняешь человека? Понимаешь, что такие вещи нельзя говорить просто так, без серьезных доказательств? Где они?)

Потом, когда человек успокоится и будет готов мыслить рационально, с ним можно перейти на разговор «по душам». И этому, пожалуй, специально учить не надо.

Второй момент, важный при излишней эмоциональности оппонентов, — конкретизация, рационализация, а иногда и протоколизация информации.

При этом лучше дать «выпустить пар» и в течение недолгого времени молча выслушать бессистемные излияния одного или обоих оппонентов. И лишь затем сказать: «Спасибо, мне кажется, я вас понял. Вы имели в виду, во-первых... во-вторых...» Не беда, если эти «во-первых» и «во-вторых» окажутся неверно сформулированными и вас начнут поправлять. Главное — человек поймет, что его слушают, и постепенно начнет успокаиваться и думать над своими словами.

Письменное протоколирование, которым лучше заняться третьей стороне, имеет еще ряд преимуществ. Это создание предельно четких формулировок (врагов эмоциональных вспышек), разгрузка памяти ведущего, которому теперь нет необходимости держать в памяти все перипетии разговора, возложение части ответственности на говорящего (Я записал с твоих слов, ты подтвердил. Потом не доказывай, что ты этого не говорил).

Бывают ситуации, когда требуется применять жесткие формы конкретизации сказанного с целью осаживания разбушевавшегося оппонента. Например, когда он позволяет себе безосновательные обвинения и оскорбления или просто нарушает элементарные нормы приличия.

В этом случае в ответ на каждое безосновательное высказывание нужно предъявлять встречный конкретизирующий вопрос. Как правило, ответить на него невозможно, поэтому вопрос либо повисает в воздухе, либо оканчивается весьма неуверенным ответом.

В конечном счете такой встречный допрос обычно сбивает эмоциональный накал. (Он подлец? Конкретнее, пожалуйста, что значит «подлец»? С чего вы взяли? На основании чего это утверждаете? Кто вам это сказал? А они на основании чего утверждают? И вообще, где конкретные факты?)

Еще один «грязный» прием, который можно применить в подобных ситуациях, — принижение значимости или обесмысливание самого обвинения. (Да, он совершил этот проступок. И что, это так страшно? Почему вы кричите так, будто кого-то убили или ограбили? Неужели нельзя просто потребовать извинений и, получив их, успокоиться?)

***Примечание.** Приемы, показанные во втором пункте, могут быть полезны не только в тех случаях, когда вас выбирают третьей стороной, но и тогда, когда вы — участник конфликта, на которого нападают. В том числе публично.*

**3)** К сожалению, иногда для блага всех приходится грешить против истины вместе с одним или обоими оппонентами. Такое происходит в тех случаях, когда в ходе первоначальной стихийной перебранки между участниками конфликта был допущен особенно болезненный «обмен шпильками» (эпитеты и сравнения, больше похожие на оскорбления, критика «святого» — личных убеждений, принципов, ценностей). В итоге обиженная сторона выставляет в качестве дополнительного условия примирения некоторые требования, которые оппонент не намерен выполнять, поскольку считает себя правым в данном пункте. (Родитель: «Ладно, я готов поговорить спокойно, но только пусть извинится за свои слова, будто я совсем не занимаюсь воспитанием ребенка...» Учитель: «Хорошо, давайте поговорим, что можно сделать,



чтобы вытянуть этого ребенка хотя бы на тройку. Но учтите, что извиняться за те слова я не собираюсь. Я действительно считаю, что этот родитель воспитанием ребенка не занимается...»)

Как это ни печально звучит, но в таких ситуациях приходится немножко поиграть «в политику». Вступать в сговор и маленькие коалиции с участниками конфликта.

В чем суть сговора? Есть требование (чаще всего не принципиальное, просто маленький личный «пунктик»), которое одна сторона собирается выставить как условие примирения. Оппонент же не собирается это требование выполнять, иногда заслуженно считая его «пунктиком». Мало того, не собирается скрывать свое отношение к данному «пунктику». В результате само наличие «пунктика» ставит под угрозу переговоры в целом.

Что делать?

***Вариант первый.*** Заранее уговорить первую сторону не выдвигать данное требование, используя некоторую лесть и апеллируя к ее «высокой сознательности» — на фоне «низкой сознательности» оппонента. (Родителю: «Ну вы же разумный человек, поймите, что это учитель. В отличие от вас, ему приходится работать с десятками детей, которые шалят, хулиганят. Понятно, что нервы иногда сдают, как бы ты этих детей ни любил. А у вас бы не сдали? Ну и сорвался на вас. Сейчас, наверное, переживает, хоть и не признается. Ну зачем давить человеку на большую мозоль, требуя от него извинений? Вам же не извинения нужны, по большому счету, а чтобы вашего ребенка на второй год не оставили...»)

***Вариант второй.*** Заранее уговорить вторую сторону формально выполнить требование, опять же апеллируя к ее высокой сознательности и человеколюбию (которое проявляется в способности потакать маленьким человеческим слабостям). («В конце-то концов, ну извинитесь коротко и по существу — парой-тройкой слов. Что от вас, убудет? Вас же не заставляют покаянные речи читать и посыпать голову пеплом. А человеку приятно.»)

## **И В ЗАКЛЮЧЕНИЕ – НЕСКОЛЬКО СЛОВ О ШКОЛЕ**

Предвижу некоторые возражения, связанные с тем, что не все из предложенных советов по разрешению и погашению конфликтов блистают идеальной нравственной частотой. Что где-то я советую и лукавить, и хитрить, и идти на риск. Однако напомню, что жизнь иногда требует для достижения самых высоконравственных целей совершать неоднозначные и даже рискованные поступки. А школа — не просто одно из проявлений неоднозначности и несовершенства жизни. Она — ярко выраженное, контрастное их проявление. ●



## Новые задачи и новые компетенции при переходе на ФГОС НОО

Автор продолжает тему, начатую в статье «Новые задачи» (см. Школьный психолог, № 8/2011). В ней указывалось, что утвержденный Приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО), а также разработанная в соответствии с требованиями ФГОС НОО и рекомендованная Решением Координационного совета по вопросам организации введения ФГОС при Минобрнауки Примерная основная образовательная программа начального общего образования определяют новое содержание профессиональной деятельности педагога-психолога (см. слайд 2 из презентации на диске, приложенном к номеру).

Доскональный анализ этих двух документов и вывел автора на размышления, представленные в данной публикации.

**Татьяна АРЖАКАЕВА**

кандидат  
психологических наук,  
Москва

**П**овсеместное введение ФГОС НОО с 1 сентября 2011 года предъявляет новые требования к профессиональным компетенциям работающего в школе педагога-психолога и, надеюсь, заставит его задуматься об определении маршрута собственного профессионального развития.

Для понимания того, как введение в школе ФГОС НОО отразится на содержании профессиональной деятельности педагога-психолога, необходимо охарактеризовать статус и ключевые особенности образовательных стандартов нового

поколения (второго — для школ и третьего — для вузов).

### Статус ФГОС нового поколения

ФГОС — это государственная норма, важнейший нормативно-правовой акт федерального уровня, устанавливающий от имени Российской Федерации определенную совокупность требований, обязательных при реализации основных образовательных программ на разных ступенях образования:

- начального общего,
- основного общего,

- среднего (полного) общего,
- начального профессионального,
- среднего профессионального
- высшего профессионального образования — образовательными учреждениями, *имеющими государственную аккредитацию*.  
Исполнение стандарта является обязательным для учреждения, желающего быть аккредитованным.

### Ключевые особенности школьных ФГОС второго поколения

- 1) Это рамочный документ, в котором задаются три группы



требований к основным образовательным программам, самостоятельно разрабатываемым и реализуемым (согласно статьям 14, 29 Закона РФ «Об образовании») каждым образовательным учреждением:

- к результатам освоения образовательных программ,
- к их структуре,
- к условиям их реализации (см. слайд 3 из презентации на диске).

Таким образом, основным содержанием школьных образовательных стандартов являются требования, обязательные для исполнения.

2) Это общественный договор основных заказчиков образовательных услуг (учащихся и их родителей, общества и государства) в отношении:

- ожидаемых результатов образования;
- взаимных обязательств и прав;
- условий организации образовательного процесса.

При разработке стандарта были согласованы индивидуальные образовательные потребности учащихся и их родителей, а также учтены социальные запросы со стороны общества и государственный заказ в соответствии со стратегическими интересами нашей страны. Каково содержание этих индивидуальных потребностей, социальных запросов и государственных интересов, представлено на слайде (см. слайд 4 из презентации на диске).

Надо отметить, что согласно Примерной основной образовательной программе начального общего образования с нового учебного года муниципальные и государственные образовательные учреждения будут обязаны заключать с родителями каждого ученика трехсторонний договор о предоставлении общего образования, где третьей стороной будет выступать муниципалитет.

Итак, стандарт выступает как социальная конвенциональная норма, реализующая общественный договор между родителями, обществом и государством. Индивидуальный,

социальный, государственный заказ системе образования конкретизируется для участников образовательного процесса в основных результатах, ожидаемых от начального общего образования, которые представлены на слайде (см. слайд 5 из презентации на диске).

По этим ожиданиям видна заинтересованность именно в развитии личности обучающихся на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира, а не только в вооружении их пресловутыми ЗУНами. В этом и состоит новая цель (и основной результат) образования.

3) Мы подходим к третьей ключевой особенности ФГОС НОО: ведущим компонентом, главным системообразующим принципом стандарта являются требования к результатам освоения основной образовательной программы: это документ, ориентированный на четкие результаты.

На слайде (см. слайд 6 из презентации на диске) представлены самые общие рамочные требования к образовательным результатам учащихся начальной школы.

Понятно, что в этих требованиях заключен некий вектор, указатель движения для педагогов и администрации образовательного учреждения, для родителей и самих учащихся.

Для педагога-психолога профессиональный интерес представляют личностные и некоторые метапредметные результаты.

Конкретика этих результатов планируется и оценивается каждым образовательным учреждением, которое самостоятельно продумывает деятельность по их достижению. То есть ответственность за планирование, достижение и оценку соответствия достигнутых результатов запланированным — это ответственность образовательного учреждения.

4) Итак, еще одна особенность ФГОС НОО: ставка на ответственность самого образовательного учреждения.

Механизм введения стандартов таков: каждое ОУ, переходящее на ФГОС НОО, **самостоятельно разрабатывает** Основную образовательную программу НОО. Такая программа нужна для получения государственной аккредитации, разрабатывается и реализуется каждым образовательным учреждением самостоятельно на основе соответствующей **примерной** программы (ранее упоминаемой), рекомендуемой федеральными государственными органами.

Во ФГОС НОО определены требования к структуре такой программы, которые представлены на слайде (см. слайд 7 из презентации на диске).

Основная образовательная программа НОО должна содержать следующие разделы:

- пояснительная записка;
- **планируемые результаты освоения** обучающимися основной образовательной программы НОО;
- учебный план НОО;
- **программа формирования универсальных учебных действий** у обучающихся на ступени НОО;
- программы отдельных учебных предметов, курсов;
- **программа духовно-нравственного развития, воспитания** обучающихся на ступени НОО;
- **программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни;**
- **программа коррекционной работы;**
- **система оценки достижения планируемых результатов освоения** основной образовательной программы НОО.

Полужирным шрифтом отмечены те разделы основной образовательной программы образовательного учреждения, содержание которых имеет самое прямое отношение к деятельности психолога.

Планируемые результаты должны соответствовать требуемым во ФГОС НОО предметным, метапредметным и личностным компетенциям, вытекать из согласования

образовательных потребностей учащихся и их родителей, запросов общества и государства, конкретизироваться в различных программах: формирования универсальных учебных действий, духовно-нравственного развития и воспитания, программах учебных предметов, быть прозрачными для измерения и оценки.

### Новое содержание профессиональной деятельности школьного педагога-психолога при введении ФГОС НОО

Новым содержанием профессиональной деятельности школьного педагога-психолога при введении ФГОС НОО, на наш взгляд, будет:

**1. Участие в составе рабочей группы в разработке основной образовательной программы начального общего образования своего образовательного учреждения с учетом его типа и вида, а также образовательных потребностей и запросов участников образовательного процесса.**

Такая работа является, по преимуществу, *организационно-методической и проектной* и поэтому потребует от школьного психолога профессиональных действий в рамках модели *психолог-методист* или, что еще сложнее, *психолог-проектировщик* (см. *Битянова М.Р., Беглова Т.В. Управление деятельностью психолога в образовательном учреждении. Библиотека журнала «Директор школы»*. — М.: Сентябрь, 2010).

Для нее в качестве обязательных профессиональных компетенций выступают:

- «умение вычленять из педагогических проблем психологическую составляющую и технологически четко формулировать запрос на собственную деятельность»;
- «умение работать с теоретической информацией и переводить психологическое знание на язык педагогической практики»;

- «владение навыками организационно-деятельностного консультирования»;

- «владение навыками, связанными с реализацией и управлением проектом» (см. слайд 8 из презентации на диске).

**2. Помощь педагогам в овладении и использовании современных психолого-педагогических технологий деятельностного типа в формировании универсальных учебных действий.**

Такая работа является по преимуществу *организационно-методической* и *методической* и поэтому потребует от школьного психолога профессиональных действий в рамках модели *психолог-методист*.

Для нее в качестве обязательных профессиональных компетенций выступают:

- «умение вычленять из педагогических проблем психологическую составляющую и технологически четко формулировать запрос на собственную деятельность»;
- «умение работать с теоретической информацией и переводить ее на прикладной, технологичный язык»;
- «умение вовремя и в нужном объеме предоставлять соответствующую педагогической задаче психологическую информацию»;
- владение современными технологиями деятельностного типа (продуктивного, развивающего обучения, поэтапного формирования умственных действий, организации учебного сотрудничества и др.);
- владение методами активного социально-психологического обучения — групповая дискуссия, ролевая игра, деловая игра и др. (см. слайд 9 из презентации на диске).

**3. Проведение учебных курсов психологической тематики в рамках урочной деятельности (вариативная часть учебного плана) или (что более осуществимо) прове-**

**дение психологических занятий в рамках внеурочной деятельности по направлениям развития личности, предусматриваемым стандартом (духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное).**

Учебный курс должен обеспечивать реализацию индивидуальных потребностей обучающихся, а занятия (с использованием таких форм организации, как кружки, круглые столы, конференции, диспуты, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, социальное проектирование и др.) проводятся с учетом пожеланий обучающихся и их родителей (законных представителей).

Такая работа по преимуществу *педагогическая* и поэтому потребует от школьного психолога профессиональных действий в рамках модели *психолог-преподаватель*. Для нее в качестве обязательных профессиональных компетенций выступают:

- «умение ставить задачи психологического образования и находить пути их решения (чему учить и как?)»;
- «владение навыками сценарирования образовательных мероприятий»;
- «владение современными образовательными технологиями»;
- умение адаптировать программы психологического обучения учащихся;
- владение методикой преподавания психологии как предмета, методикой проведения внеурочных мероприятий (см. слайд 10 из презентации на диске).

**4. Участие в системе комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья (то есть имеющих недостатки в физическом и/или психическом развитии) в рамках Программы коррекционной работы как раздела Основной образовательной программы образовательного учреждения.**

Такая работа является по преимуществу *сопровождающей* и поэтому потребует от школьного психолога профессиональных действий в рамках модели *психолог-куратор*.

Для ее успешного осуществления в качестве обязательных профессиональных компетенций выступают:

- владение методами и приемами работы с обучающимися, воспитанниками с ограниченными возможностями здоровья
- умение работать в команде специалистов, в том числе и в рамках психолого-педагогического консилиума, и др. (см. слайд 11 из презентации на диске).

**5. Оценка уровня сформированности конкретного вида универсальных учебных действий (регулятивных, коммуникативных и познавательных) с помощью**

*специально сконструированных диагностических задач и ограниченная (либо отдельных достижений и качеств, либо у отдельных обучающихся) оценка достижения результатов в личностном развитии.*

Такая оценка педагогом-психологом проводится обязательно в соответствии с планируемыми в Программе формирования УУД результатами и нужна, чтобы оценить образовательные достижения учащихся и результаты деятельности педагогов и образовательного учреждения в целом.

Содержание, формы и процедуры ее должны быть прописаны в разделе «Система оценки достижения планируемых результатов» Основной образовательной программы.

Такая работа является по преимуществу *экспертной* и поэтому потребует от школьного психо-

лога профессиональных действий в рамках моделей *психолог-консультант*. Для ее успешного осуществления в качестве обязательных профессиональных компетенций выступают:

- «компетентность в диагностических процедурах, мониторинговой и аналитической деятельности»;
- «умение давать рекомендации на педагогическом и управленческом языке» и др. (см. слайд 11 из презентации).

В двух статьях я постаралась на основе сравнения новых и старых квалификационных характеристик на педагога-психолога обозначить новые профессиональные задачи его деятельности и с опорой на документы по ФГОС НОО показать, какое новое содержание появляется в профессиональной деятельности школьного психолога в связи с переходом на ФГОС НОО. ●



## ВСЁ ДЛЯ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

- КНИГИ • ДИСКИ
- МЕТОДИКИ • ПЛАКАТЫ
- РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ

В ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНЕ ПРИ ИЗДАТЕЛЬСТВЕ «ГЕНЕЗИС»

[www.genesisbook.ru](http://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](mailto:info@genesis.ru), [sale@genesis.ru](mailto:sale@genesis.ru)

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



# Темы предлагает ЖИЗНЬ

## Об актуализации проблемы МЕЖНАЦИОНАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ

*Нужно ли обсуждать проблему межнациональных отношений в педагогическом коллективе образовательного учреждения? Как это сделать корректно, в диалоге? Как выяснить внутреннюю позицию педагога по этому вопросу и по необходимости повлиять на нее? И наконец, как правильно думать, говорить об этой проблеме, как себя вести в той многонациональной реальности, которая возникла в нашей стране за последние несколько лет?*

**Э**ти особенные вопросы возникли с появлением значительного числа представителей кавказских и среднеазиатских народов в нашем регионе. Меняется общее языковое пространство, культура поведения, взаимоотношений, происходит социальное расслоение общества, и нарастают агрессивные настроения. В каждой школе, детском саду, учреждениях дополнительного образования мы встречаем детей разных национальностей. И они и их родители подчас плохо говорят по-русски. Значительная нагрузка ложится на педагогов, ведь именно они первыми пытаются интегрировать детей в новое пространство, новую культуру.

В педагогическом коллективе отражаются многие процессы, происходящие в нашей стране. Мы наблюдаем сложный внутренний конфликт: педагогу необходимо демонстрировать пресловутую толерантность на работе, в профессиональном общении, а в душе многих зреет возмущение под названием: «Понаехали тут, все заполонили. Скоро русских совсем вытеснят». Позабылись постулаты советского периода истории о дружбе народов,

**Елена ОСЬКИНА**

*педагог-психолог,*

*г. Щелково, Московская область*

*e-mail: elena.oskina065@gmail.com*

братстве и сотрудничестве, а новая достойная парадигма мышления не выработана. Именно на этом этапе неопределенности крайне важна роль психолога в работе с педагогами. Помочь им преодолеть ограниченность сознания, собственный эгоизм и узость мышления, сохранить душевное равновесие — это задача и вызов для специалиста.

**На** протяжении нескольких лет в учреждении дополнительного образования «Плавательный центр «Нептун» для тренеров-педагогов и сотрудников проходят ежемесячные психологические занятия. Тренинги, круглые столы, лекции и обсуждения стали привычной формой диалога педагога-психолога с коллективом.

Разнообразные темы, касающиеся возрастной и семейной психологии, проблем воспитания, психологического климата в коллективе, специальные темы, посвященные работе со спортсменами, обсуждение сложных случаев в работе и многое другое — все это способствует развитию коллектива, повышению психологической грамотности специалистов.

Обязательность посещения психологических занятий, активного участия в работе группы постепенно приучила педагогов рассуждать, размышлять вслух, смелее высказываться, преодолевать «всезнайство», приобретать уверенность и ясность в различных вопросах. Большинство занятий планируется заранее, на текущий учебный год, но многие темы предлагает жизнь.

Актуализация проблемы межнациональных отношений в последнее время стала темой обсуждения на совещаниях директоров и завучей различных образовательных структур. Было предложено провести занятия, круглые столы в своих коллективах, выслушать различные позиции, взгляды на проблему взаимоотношений и воспитания детей других национальностей. Опыт показывает, что призывов к толерантному отношению, терпимости и принятию ситуации недостаточно. «Все равно каждый останется при своем мнении», — звучат скептические голоса некоторых педагогов.

Организация диалога с педагогами и сотрудниками, помощь в формировании ответственного отношения, в укреплении гуманистической позиции была возложена на педагога-психолога. Возникла необходимость помочь людям сформировать базовое отношение к национальному вопросу, расширить представления до осознания общечеловеческих ценностей и подходов.

Известно, что смыслы должны опережать бытие, чтобы обозначить правильный путь, правильные цели и стратегии развития одного человека и целого коллектива. И психологу важно помочь педагогам сформировать эти смыслы и правильные ценностные ориентиры.

**З**анятие по вопросам межнациональных отношений в нашем коллективе строилось следующим образом: накануне я сообщила сотрудникам тему и предложила подумать о том, что волнует, какие возникают мысли, какие случаи из жизни вспоминаются. Таким образом, участники были готовы к обсуждению и серьезной работе над темой.

Во время психологического занятия все располагаются по кругу, что создает открытое и доверительное пространство общения. В начале занятия обычно проводится ритуал приветствия друг друга, и каждый член группы говорит несколько слов о том, чем интересна или важна предложенная тема.

Основная часть встречи посвящена обсуждению главных вопросов о межнациональных отношениях: «Как нам думать, говорить об этой проблеме? Как себя вести? Как воспитывать детей? Какую внутреннюю нравственную позицию транслировать окружающим, взрослым и детям?» Психолог предлагает вопросы, инициирует высказывания, рассуждения, просит привести примеры из жизни,



следит за ходом дискуссии, направляет эмоции в рабочее русло.

Тема неожиданно вызвала такой активный отклик, что более не возникло сомнений в ее необходимости и актуальности. Многие педагоги говорили о накопившемся раздражении, неудовольствии, тревогах за будущее детей и страны. Кто-то с откровенным презрением высказался о приезжих из среднеазиатских республик как о людях второго сорта. В такой ситуации нельзя осуждать педагогов, но и поддерживать нельзя. Моя задача: вести конструктивный диалог, помогать исследовать проблему с разных сторон, пробуждать гуманное отношение к людям разных национальностей и вероисповеданий.

**Р**ассказываю коллегам случай из жизни: «Я часто хожу по короткой улочке в своем городе. Она пролегает вдоль стены больничного комплекса, и по ней редко проезжают машины. На одной стороне приютилась мастерская по ремонту обуви. Хозяин — пожилой кавказец. Однажды я стала свидетелем того, как он мастерила низкую плетеную изгородь, почти вплотную к своей лавке, а позже белил ее. Изгородь была такой, как в далеких кавказских селениях, где-то у него на родине. Глядя на это, печалишься чужой печалью и понимаешь, как этот человек, эти люди скучают по своей родине».

Далее рассуждаю вслух на заданную тему и предлагаю высказываться. Судьба, обстоятельства, отсутствие работы, пропитания подняло с места многих людей, заставило скитаться, принимать унижительные условия труда, чтобы прокормить свои семьи. Гигантской стихийной миграции способствуют также средства массовой информации, которые демонстрируют красивую легкую жизнь, богатые возможности и пр. и привлекают молодое поколение мигрантов в большие города.

Сколько бы ни вызывали возмущение эти обстоятельства, разумно успокоиться и понять, что многие явления носят объективный характер и находятся вне нашего влияния. Социальные явления для конкретного человека, как природные: снег, дождь, ветра, магнитные бури и пр. Можно ли их предупредить или на них влиять? Нет! Но... у нас всегда есть выбор, как к этому относиться: сеять неприязнь, возмущаться, ругать метеослужбы или сохранять уравновешенность, спокойствие и добротность.

Такой выбор мог бы подкрепить нашу толерантность, а лучше сказать, терпимость и сострадание. Я, и только я выбираю, в силу разных условий, здороваться мне с уборщицей таджикской национальности или нет.

Никто не предлагает нам дружить с переселенцами. Сохранение эмоциональной отрешенности, спокойной отстраненности также является вполне

достойным поведением и сохраняет наши нервные силы.

На данном этапе обсуждения дебатировался вопрос: «Чем отличается отрешенность, отстраненность от презрения, неприятия?»

**П**рогрессивное мировоззрение, мировые религии говорят о том, что люди созданы равными и наделены неотъемлемыми правами на жизнь, свободу и стремление к счастью. Вне зависимости от национальности люди страдают, умирают, у них рождаются дети, и они мечтают о лучшем будущем. А с точки зрения эволюционного развития мы лишь малые звенья огромной цепи, и ни одно существо не важнее другого. Самый последний бродяга не менее значим для мира, чем удачливый бизнесмен или известный политик. Очевидна взаимосвязанность всего живого в мире, наша зависимость друг от друга — понимание этого пробуждает чувство личной ответственности за все происходящее вокруг, сердечность и душевное благородство.

Итогом эмоционального, живого общения с коллегами, монологов-рассуждений стало общее решение педагогов о своем поведении в ситуации неуважительных межнациональных взаимоотношений, конфликтов среди детей: «Пресекать грубую речь, агрессивные выпады, делать замечания родителям, проводить беседы с ребятами, демонстрировать своим поведением правильную миролюбивую позицию».

Для старшеклассников рекомендованы занятия под руководством педагога и с участием психолога в форме «круга беседы», где каждый излагает свое отношение к межнациональной проблеме, выражает свои чувства и старается слушать других. При негативных высказываниях ребят было предложено задавать им следующие вопросы: «Что будет через год, пять, десять лет, если твоя идея получит развитие?» Как правило, это пробуждает больше ответственности в ребятах за свои мысли, чувства и дальнейшие поступки. Завершать занятия рекомендуется позитивными проекциями в будущее: «Каким было бы наилучшее развитие событий в межнациональных отношениях для нашей страны?»

**П**олучилось ли конструктивное общение психолога с коллективом, повлияло ли на педагогов и сотрудников занятие? Несомненно! Изменилась ли внутренняя позиция по межнациональным вопросам, или каждый остался при своем мнении? Вопрос остается открытым.

Глубокое ответственное отношение к тем или иным проблемам вырабатывается постепенно, в диалоге и на основании личного опыта. Главное, на наш взгляд, осознавать, что мы транслируем детям и взрослым идеи, нравственные интенции, модели поведения, из которых строится наше будущее. ●



# Как снять напряжение с помощью сказки

## Семинар-практикум

Формирование благоприятного психологического климата в коллективе — одна из первоочередных задач психолога детского сада. У многих педагогов со временем возникают два взаимосвязанных психологических состояния: эмоциональное «выгорание» и профессиональная усталость. Коррекция «выгорания» происходит с помощью специальных семинаров-практикумов, на которых используются приемы психологической разгрузки, психодрамы, сказкотерапии и происходит обучение техникам, снижающим риск «выгорания».

**Татьяна ЩЕРБАКОВА**  
педагог-психолог,  
ГБОУ д/с 2465 «Ландыш»,  
Москва

**К** семинарам были разработаны упражнения для снятия стресса и памятка для педагогов по профилактике «выгорания».

### Материалы и оборудование для тренинга:

вязаный мячик, теплая шаль, бумага формата А4; магнитофон; авторучки (по числу участников); диск с релаксационной музыкой; корсажная лента 1 м 60 см, связанная в кольцо, атласные ленты 3–4 м (оранжевая и синяя); шаблоны бумажных «цветов»; булавки с цветными бусинками.

### 1. Приветствие

Ведущий. *Наверное, нет человека, который не любил бы сказки. Те из нас, кому не интересны классические варианты сказочных историй, смотрят боевики, фильмы ужасов, читают детективы, любовные романы, фэнтези. Но что это, если не современные сказки?*

#### Игра «Передача предмета»

Для создания в группе дружелюбного, эмоционально теплого настроения ведущий предлагает участникам передать по кругу вязаный мячик с добавлением дружеских слов, приветствий, пожеланий, комплиментов.

### 2. Ритуал входа в сказку

#### Игра «Лабиринт»

Это упражнение с корсажной лентой.

Ведущий. *Сегодня мы отправляемся путешествовать в сказку, и нам придется пройти через лабиринт. Будьте внимательны друг к другу.*

Все участники становятся в круг, берутся за руки. У ведущего через плечо висит сшитая корсажная лента (диаметром примерно 160 см). Каждому участнику нужно попытаться каким-нибудь образом передать корсажную ленту на плечо рядом стоящего участника. Через ленту можно переступить либо перебрасывать ее через голову, не разъединяя рук. Помощь соседей при этом допускается. Упражнение проходит до тех пор, пока каждый из участников не «пройдет» через ленту и она не вернется к ведущему с другой стороны круга.

### 3. Разогрев

#### Игра «Выход сказочных героев»

Участники встают в общий круг. Каждый должен при этом изобразить любого сказочного героя. Затем каждому надо пройти внутри круга так, как ходит этот персонаж.

### 4. Упражнение «Какой я сказочник?»

Пространство зала делится на три части. Первую часть отделяют оранжевой лентой — это *день*; вторую часть синей лентой — это *ночь*, а посередине — *сумерки*. В пространстве «сумерки» стоит стул с шалью. Ведущий просит участников по одному выйти и рассказать, что для него «день», «ночь», «сумерки». Затем участник садится на стул,

ведущий укрывает участника шалью и просит рассказать, какой он сказочник и что для него сказка. Остальные слушают.

### 5. Упражнение «Скороговорки»

Ведущий просит участников вспомнить любую скороговорку и затем по кругу воспроизвести ее:

- как будто это военная тайна;
- как будто это сплетня;
- как срочное сообщение;
- как доклад у начальника;
- со злостью;
- с завистью;
- с восхищением и трепетом;
- с пренебрежением;
- как Кощей;
- как трусливый заяц;
- как Василиса, обучая Ивана.

### 6. Упражнение «Любимый герой и антигерой», или «7 характеристик»

*Цели:* тренировка навыка сочинения сказок; применение сказочной метафоры для лучшего постижения самого себя; формирование умения расслабляться и снимать напряжение.

#### 1-й этап. Образ сказочного героя

*Ведущий.* Вам нужно вспомнить и представить своего любимого сказочного персонажа. Глаза можно закрыть, но это необязательно. А сейчас возьмите, пожалуйста, чистый лист и разделите его на две части вертикальной чертой. В верхней части левого столбца напишите имя выбранного вами сказочного персонажа. Теперь в течение 5 минут запишите в этом столбце 5–7 качеств характера, которыми он обладает. Именно ваш герой, а не классический персонаж известной сказки. (Можно обратить внимание участников группы, что чем больше качеств зафиксировано, тем лучше.)

На вашем листе остался пустым правый столбец. В нем я прошу записать такие качества, которые, по вашему мнению, являются в чем-то противоположными названным. Подчеркиваю: это необязательно должны быть явные антонимы. Они должны быть именно противоположными на уровне ваших ощущений и понимания обозначенных качеств...

А теперь, когда эти качества записаны, подумайте: есть ли такие сказочные герои, которые обладают именно такими качествами — теми, что записаны в правом столбце? Имя выбранного героя следует подписать под соответствующей ему группой характеристик.

(Если кто-либо из участников затрудняется в нахождении соответствующего героя, следует вынести этот вопрос на обсуждение группы. Как правило, в результате совместных поисков нужный персонаж

находится. Таким образом, у каждого участника есть два персонажа, оказавшихся противоположными друг другу.)

### 7. Сочинение сказки

По окончании упражнения психолог предлагает участникам сочинить сказочную историю, где главными действующими лицами будут герои упражнения «7 характеристик». Психолог объясняет, что сюжет сказки может быть любым, но важно, чтобы герои, преодолев трудности или разрешив конфликтные ситуации, вышли из них победителями. То есть каждая сказочная история должна быть завершена оптимистично. Продолжительность выполнения задания — 20–30 минут.

### 8. Знакомство с написанными сказками и их анализ

Группа садится в круг, и участники зачитывают сказочные истории.

*Ведущий.* Спасибо вам за чудесные сказки. Без сомнения, сейчас произошло чудо. Ведь еще 30 минут назад у человечества было на несколько сказок меньше, чем сейчас! А теперь давайте работать дальше.

#### Обратная связь

Психолог просит участников проанализировать свои сказки, подумав над следующими вопросами:

- Что вам особенно трудно было выполнять в нашей игре?
- Что далось легко?
- Какие чувства вы испытывали по отношению к герою, появившемуся вначале? Что значит для вас этот герой?
- Удовлетворены ли вы сказкой, которую создали?
- Какие чувства вызвал у вас персонаж, появившийся на последнем этапе?
- Что вы при этом чувствовали?
- Что значит для вас этот персонаж?
- Изменилось ли ваше отношение к этому герою?

### 9. Медитация-визуализация

#### Общие правила применения медитативных техник

Такая психотехника занимает 15–20 минут. Именно на это время должны быть рассчитаны сопровождающие голос ведущего музыкальные отрывки (обычно это специальная музыка для медитаций и релаксаций).

Во время медитации-визуализации участники либо лежат на спине, либо сидят в «позе кучера» на стульях. Поза должна быть удобной, такой, чтобы во время упражнения не появилось желания шевелиться, чтобы сменить ее. Глаза закрыты. Те участники, которые не желают принимать участие в этой психотехнике, просто тихо сидят на своих местах, не мешая остальным.



По окончании процедуры обязательно получение обратной связи от каждого из членов группы. Желателен отчет об ощущениях во время медитации, о возникавших образах, об актуальном состоянии.

Чтобы участникам было приятнее, можно включить спокойную музыку.

**Ведущий.** *Сейчас мы отправимся в мысленное путешествие. А сначала сядьте поудобнее, закройте глаза и сделайте несколько глубоких вдохов-выдохов... Дышите медленно и глубоко. Прислушайтесь к своему дыханию... Почувствуйте, как с каждым выдохом уходит все лишнее и к вам приходит спокойствие, расслабленность... С каждым вдохом приходит новый глоток воздуха, который распространяется по всему телу и делает его легким, умиротворенным... Тело становится легким и невесомым...*

*Представьте, что вы идете по лугу. Рассмотрите все вокруг себя, услышьте все звуки и почувствуйте все запахи этого места...*

*Посмотрите, на лугу растет сочная зеленая трава. Трава такая мягкая и нежная, что, когда вы по ней идете, ее нежные травинки ласково обнимают ваши ноги. Вам хорошо и приятно находиться здесь. Почувствуйте все звуки и запахи, которые вас окружают...*

*Вот появляются солнечные лучи, и луг преобразуется. Вместо привычного зеленого травяного ковра на нем много-много ярких цветов. Они такие желтые и пушистые...*

*Вокруг них летают разноцветные бабочки и легкие голубые стрекозы... Иногда слышно, как над лугом пролетает мохнатый полосатый шмель, весело жужжа над цветочным ковром... Услышьте все эти звуки...*

*Подойдите поближе к одному из цветов, посмотрите на него... Солнечный цветок. Он распускается, когда первые лучи солнца освещают луг, и целый день следит за солнцем, поворачивая за ним свою яркую головку, вбирая в себя его тепло и энергию. Почувствуйте эту энергию...*

*Как хорошо! Как хорошо быть здоровыми, счастливыми, свободными! От этой энергии у вас вырастают крылья. Большие белые сильные крылья. Вы легко и свободно взлетаете, поднимаетесь вверх и летите над лугом. Ощутите легкость и радость от полета... Запомните это ощущение радости и легкости...*



Пришло время возвращаться на дуг... Вернитесь и еще раз посмотрите на него... А теперь вберите в себя всю его силу: почувствуйте, как ваше тело наливается легкостью и энергией; как ваши мысли становятся более ясными и спокойными; как ваша душа расслабляется...

Заканчивать медитацию следует выводом из нее участников. Это можно сделать с помощью следующих слов:

«Сейчас я буду считать до десяти, и на счет «10» вы откроете глаза:

- 1, 2 — руки сожмите в кулаки;
- 3, 4 — подышите интенсивнее;
- 5, 6 — выпрямите позвоночник;
- 7, 8 — упритесь ногами в пол;
- 9, 10 — откройте глаза, потянитесь, улыбнитесь».

### Обсуждение

- Появились ли новые ощущения в душе и в теле?
- Чувствуете ли вы себя отдохнувшими и более сильными после медитации?

### 10. Упражнение «Подарок»

Ведущий. Сейчас мы будем делать друг другу подарки.

Участники берут бумажные цветочки и прикрепляют их друг другу на спину.

**Инструкция.** Сейчас у вас будет возможность написать друг другу что-нибудь приятное, какое-нибудь пожелание, которое, на ваш взгляд, необходимо именно этому человеку.

Время выполнения — 10 минут.

### 11. Подведение итогов.

#### Ритуал выхода из сказки

#### Игра «Лабиринт»

Ведущий говорит о том, что время нахождения в сказке закончилось. Участники возвращаются из сказки, и им надо снова пройти через лабиринт. Они встают в круг и берутся за руки. Через плечо ведущего продето кольцо из корсажной ленты. Не разнимая рук, необходимо пропустить это кольцо по всему кругу.

#### Упражнение

#### «Аплодисменты по кругу»

Ведущий. После спектакля каждый артист выходит на аплодисменты, воспринимает их всей душой и испытывает очень приятное волнение. Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется, чтобы сегодня у нас тоже звучали аплодисменты: сначала тихонько, а затем все громче и громче.

#### Игра «Клубочек»

Первый круг. Психолог дает группе вязаный мячик, и участники, сидя в кругу, передают его друг другу со словами: «... (имя участника), спасибо, что ты есть».

Второй круг. Обсуждаются чувства участников. Все по очереди передают клубок друг другу и делятся впечатлениями:

- Какие игры понравились, а какие нет?
- Какие новые качества и способности вы в себе открыли?
- Какие новые эмоции испытали?
- Какой главный вывод для себя сделали?

Ведущий благодарит группу за активную жизнь в сказочной стране и обращает внимание участников на то, что новый опыт и знания, которые они получили, обязательно пригодятся им в жизни. Пребывание в сказке обязательно меняет человека — иногда сразу, иногда постепенно. Раздает памятки «Как избавиться от стресса» (см. приложение на диске). ●

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. — М.: Ось-89, 2001.

Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Учеб. пособие. — М.: Ось-89, 1999.

Вачков И.В. Метафорический тренинг. — М.: Ось-89, 2006.

Гнездилов А.В. Дым старинного камина. — СПб., 1998.

Защиринская О.В. Сказка в гостях у психологии. Психологические техники: сказкотерапия. — СПб., 2001.

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. — СПб.: Речь, 2000.

Иванова Н., Голубева Е. Психотерапия профессиональной усталости // Обруч. Образование: ребенок и ученик. — 2008. — № 2.

Капишук О.Н. Игротерапия и сказкотерапия: развиваемся играя. — Ростов н/Д: Феникс, 2009.

Киннер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. ТОО «Независимая фирма «Класс», 1993.

Огненко Н. Волшебная сила сказки: Осуществление мечты и полцарства в придачу. — СПб.: Речь, 2008.

Практика сказкотерапии / Под ред. Н.А. Сакович. — СПб.: Речь, 2004.

Стищенко И.В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост. — СПб.: Речь, 2006.

Стищенко И.В. Сказкотерапия для решения личных проблем. — СПб.: Речь, 2010.

Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. — СПб.: Речь, 2008.

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. — М.: Генезис, 2000.

Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. — СПб.: Речь, 2003.

Эксакусто Т.В. Практикум по групповой психокоррекции: тренинги, упражнения, ролевые игры. — Ростов н/Д: Феникс, 2008.



# Разговор в семье о выборе профессии

В огромном мире профессий, существующих сегодня, бывает трудно сориентироваться не только школьникам, но и их родителям. Возникает парадокс: старшие члены семьи, которые ближе всех знают сына или дочь, абсолютно теряются, когда их дети стоят на пути выбора профессии. Существенную помощь здесь может оказать психолог — специалист в области профессиональной ориентации и профессионального определения.

Современное профессиональное определение — достаточно сложный процесс, требующий знания мира профессий и специальностей, своих личностных особенностей, необходимых для освоения специальности, потребностей общества в тех или иных специалистах.



## Марина СЕЛИВАНОВА

руководитель лаборатории профессионального определения ГОУ ЦППРК «Крестьянская застава», Москва



**Л**аборатория профессионального определения ГОУ ЦППРК «Крестьянская застава» проводит для старшеклассников ряд комплексных мероприятий в сфере выбора профессий: определение степени пригодности к конкретному виду деятельности; изучение способностей и личностных качеств на соответствие требованиям конкретной профессии; индивидуальный выбор профессий из нескольких возможных вариантов в соответствии с биологическими задатками и социальной направленностью личности. Однако выбор профессии требует согласованных и взаимно дополняющих действий не только специалистов лаборатории, но и родителей, школьных психологов, педагогов. Наш опыт проведения индивидуальных консультаций позволяет обобщить наиболее распространенные вопросы родителей и дать на них ответы, которые помогут школьному психологу в индивиду-

альной и групповой работе с родителями.

### Что такое профессиональная направленность?

Ведущая профессиональная направленность формируется на основе биологической склонности, интересов и свойств личности. Изменения направленности на какой-либо вид деятельности, смена приоритетов обусловлены социальными факторами (воспитанием, общественными ценностями, востребованностью). Ориентироваться можно на следующие группы профессий:

• **Гуманитарная** — работа направлена на социальные группы, сообщества, отдельных людей различного возраста; важно обладать способностью к контактам, выдержкой, спокойным и доброжелательным отношением, развитыми речевыми способностями. Примеры профессий: менеджер, бригадир, врач, педагог и др.

• **Техническая** — работа с различными видами техники; нужно развивать наглядно-образное мышление, умение работать с чертежами и собирать механизмы, иметь хорошие двигательные навыки. Примеры профессий: инженер, проектировщик, наладчик аппаратуры, сварщик, электрик и др.

• **Знаковая** — работа с языками, цифрами, символами, формулами; необходима усидчивость, способность к абстрактному мышлению, к сохранению длительного и устойчивого внимания. Примеры профессий: экономист, программист, переводчик, бухгалтер и др.

• **Эстетическая** — художественное отображение действительности, искусство. Требования: богатое и яркое воображение, художественный вкус, эстетическое восприятие. Примеры профессий: модельер, архитектор, стилист, дизайнер, визажист и др.

• **Биологическая** — работа с природными явлениями, биологическими видами. Необходимые

качества: наблюдательность, выносливость, знание общей и прикладной биологии, терпение, работливость. Примеры профессий: кинолог, коневод, зоотехник, лесник, озеленитель и др.

Некоторые специалисты выделяют ряд других профессиональных групп (бизнес, военно-спортивная и др.), но эти группы не первичны и формируются под влиянием социальных факторов. Профессиональное определение заключается в индивидуальном выборе профессии из нескольких возможных вариантов в соответствии с биологическими задатками и социальной направленностью.

### С какого возраста следует начинать выбор профессии?

Формирование направленности и склонностей начинается очень рано на основе биологических задатков. Родители могут обратить внимание на то, чем увлекается и интересуется их ребенок уже в начальной школе. Профессиональную диагностику у специалиста целесообразно проводить в 14–15 лет — для выбора профиля образования и в 16–17 лет — для окончательного выбора профессии. Возможно, подросток в 7-м классе увлечется музыкой, в 8-м — иностранным языком, а потом фотографией. До 17–18 лет профессиональная направленность еще формируется, это нормально: ведь молодой человек пробует себя в разных видах деятельности, в разных профессиональных ролях, примеряя их к себе; это следует поощрять, чтобы помочь ему сориентироваться. Родителям этого не следует пугаться: наоборот, насторожить может то, что ребенок ничем не интересуется и не увлекается.

### Какие конкретные шаги могут предпринять родители, чтобы помочь детям в выборе профессии?

Старшие члены семьи обладают серьезными возможностями для помощи детям в профессиональном выборе. Основные факторы

при выборе профессии следующие:

1 Прежде всего, нужно обратить внимание на *преобладающие интересы*:

- какие школьные предметы являются любимыми, а какие отвергаются, по каким причинам;
- проявляется ли какой-либо интерес к конкретной профессии (например, к профессии одного из родителей);
- какую литературу предпочитает, какие сайты посещает и т.д.

2 Важным фактором выбора профессии являются также *способности*:

- какие способности проявляются в быту, в играх, в учебной деятельности;
- развивает ли свои способности и как (тренирует память, физическую подготовку, углубляет какие-то знания, навыки);
- совпадают ли интересы со способностями (полностью, частично, совсем не совпадают).

3 Родители также способны выявить *личные особенности*:

- какие качества преобладают в структуре характера;
- какие качества необходимы для интересующей профессии;
- занимается ли самовоспитанием и что старается развивать;
- какие качества, по мнению самого подростка, у него выражены наиболее ярко.

4 Следует периодически выяснять *профессиональные намерения* подростка (могут быть не окончательными до 17–18 лет):

- чем собирается заниматься после 9-го класса (продолжить обучение в школе либо в другом заведении, пойти работать и т.д.);
- знает ли о требованиях избираемой профессии;
- что знает о содержании профессии, об условиях работы, учебы;
- уверен ли в своих силах и в осуществлении профессиональных планов;
- что может помешать этим планам и есть ли запасные варианты;
- как представляет перспективы своей профессиональной деятельности.

### Как избежать ошибок при выборе профессии?

Практика показывает, что наиболее характерны следующие ошибки при выборе профессии: стереотипы, мнения о престижности профессии, выбор под влиянием товарищей — «за компанию», перенос отношения к преподавателю на саму профессию, увлечение внешней атрибутикой, отождествление школьного предмета с профессией, неспособность разобраться в своих личных качествах, неправильная оценка своих физических возможностей.

Следует учитывать реальные способности и интересы, подходить к выбору осознанно, с учетом перспектив. Очень важно задать вопросы о планировании профессиональной карьеры: как подросток представляет свое будущее через год? Через пять лет? Желательно уделить особое внимание перспективной цели: учеба — профессиональная деятельность — рост (профессиональный, карьерный, материальный, личностный, социальный); это поможет правильно ставить цель и находить оптимальный путь для ее достижения.

Не менее важен вопрос: рассматривает ли подросток свой интерес в качестве профессионального или просто на уровне хобби, увлечения. Своевременно ответив на такой вопрос, можно во многих случаях избежать разочарований и профессиональной неудовлетворенности.

### Почему подросток, окончивая школу, не проявляет никаких выраженных интересов, хотя успеваемость в целом ровная по всем предметам?

Речь идет о мотивации к трудовой деятельности. Это распространенная ситуация, она возникает в основном в тех семьях, где у ребенка не воспитывается ответственность, не акцентируется внимание на уважении к труду (в частности — родителей), либо при устойчивом подавлении любой



активности, авторитарном стиле воспитания. Возможно, подросток плохо знает мир профессий, не ориентируется в своих способностях, не умеет делать выбор из разных вариантов, либо просто никогда не задумывался на эту тему. Следует максимально сосредоточить внимание на различных профессиях, познакомить с разными областями деятельности, рассказать об особенностях работы старших членов семьи, обмениваясь мнениями в ходе такого разговора, чтобы сформировать представление, заинтересованность, личную позицию.

В этом контексте профессиональная этичность — один из наиболее важных аспектов. Важно, чтобы оценки родителей или педагогов не рассматривались как приговор о профессиональной пригодности или непригодности, как общая оценка человека.

Не секрет, что тенденция «тотального критицизма» затронула систему образования, профессиональной деятельности, другие социальные институты. Получается, что человек сам рубит сук, на котором сидит: невозможно эффективно служить системе, в которой «все плохо». Родителям, педагогам,

психологам очень важно отслеживать ошибочные представления на самом раннем этапе и грамотно корректировать подобные проявления. Иначе молодой человек отправится получать профессию с очень низкой мотивацией.

### **Ориентировочные вопросы для беседы школьного психолога с родителями**

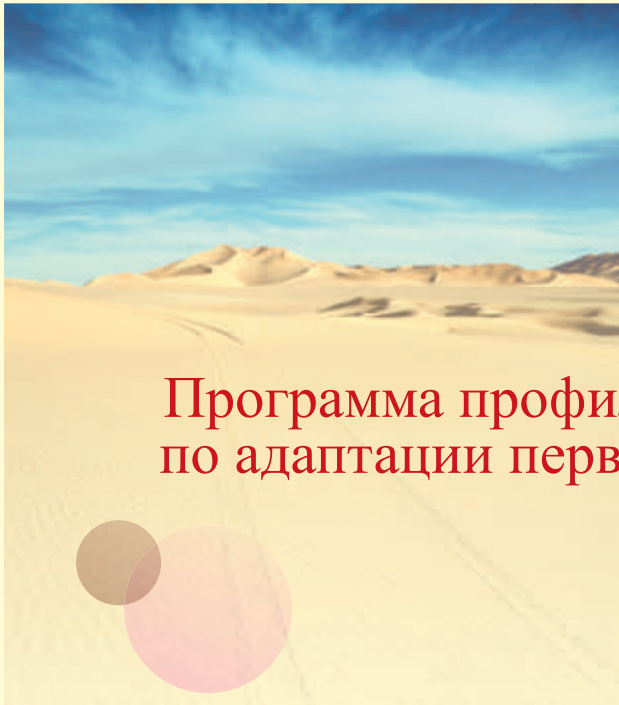
- Какую профессию или область деятельности вы рекомендуете своему ребенку? Какой путь овладения профессией? По каким причинам (оплата, характер труда, традиции, соответствие характеру)?
- Совпадает ли ваше представление с выбором ребенка? Обсуждает ли ребенок с вами свои жизненные планы?
- Довольны ли вы уровнем преподавания и воспитания в школе, которую посещает ребенок? Обращались ли вы к кому-либо за квалифицированной помощью в выборе профессии? К кому? Каковы результаты?
- Как вы содействуете выбору профессии в семье? Какой личный пример вы подаете детям в профессиональном плане?

Это далеко не полный перечень информации к размышлению в семье.

Разумеется, квалифицированный ответ на вопросы профессионального выбора трудовой деятельности поможет дать специалист — психолог: консультирование включает всестороннюю диагностику, индивидуальную беседу и осознанный выбор профессии с учетом всей информации. И все же ни один психолог не заменит живой откровенной беседы с родными людьми. ●

### **РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

- Климов Е.А.* Психология профессионального самоопределения. — М., 2005.
- Павлова Т.Л.* Профориентация для старшеклассников. Диагностика и развитие профессиональной зрелости. — М., 2006.
- Пряжников Н.С.* Психология труда и человеческого достоинства. — М., 2005.
- Резапкина Г.В.* Скорая помощь в выборе профессии. — М., 2010.
- Романова Е.С.* 99 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. — СПб., 2008.



## Программа профилактических занятий по адаптации первоклассников к школе

Номинация «Психологическое сопровождение школьников разных категорий: методические открытия»

# Путешествие в Песочный город

**Наталья АВДЮШЕВА**

педагог-психолог, МОУ СОШ № 75,  
г. Челябинск

**Цель программы:** профилактика дезадаптации первоклассников, повышение психологической безопасности.

### Материально-техническое оснащение

- Подносы с песком (дно и внутренняя часть бортов выкрашены в голубой цвет, символизирующий воду и бессознательное, снаружи поднос должен иметь бежевый цвет, символизирующий сознание; песок занимает одну треть объема ящика, должен быть просеянным).
- Коллекция миниатюрных фигурок и предметов (фигурки людей, животных, дома, деревья, зеркала, природный материал, коктейльные трубочки, ламинированные картинки).
- Фотоаппарат.

Метод песочной терапии базируется на сочетании невербальной (процесс построения композиции) и вербальной (рассказ о готовой композиции, сочинение истории или сказки, раскрывающей смысл композиции) экспрессии участников. Психолог естественным путем может осуществить психолого-педагогическую коррекцию поведения ребенка и обучить его социально приемлемым способам разрядки нервно-психического напряжения.

В своей работе мы опираемся на рекомендации арт-терапевтов Н.А. Сакович, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Н.Г. Кормушиной. Полезными стали публикации в газете «Школьный психолог» и книги «Технология игры в песок. Игры на мосту» Н. Сакович, «Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии» Т. Зинкевич-Евстигнеевой и Т. Грабенко.

Более глубокому пониманию и прочтению песочных картин помогли материалы и опыт участия в курсах «Песочный оазис» (работа с психосоматическими проявлениями, с посттравматическими

состояниями) у Кормушиной, «Теория и практика сказкотерапии» у Зинкевич-Евстигнеевой.

Основными мероприятиями в работе с детьми стали психопрофилактические, дидактические игры в песок, рисунки, работа со сказкой.

По данной программе я занималась с детьми в течение четырех лет. К концу занятий дети стали гораздо быстрее принимать условия работы, повысилась их внимательность. Первоклассники поняли, что занятия с психологом — это не просто развлечение, а работа, при выполнении которой требуется самоконтроль. Дети учатся рефлексии, самоанализу — это важно для развития их личности.

Один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребенок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками. В игровой форме опосредованно происходит эмоционально-волевое развитие, формируются навыки коммуникативной компетентности, совершенствуются память и внимание. Ребята получили много идей для размышления — это важно для развития их личности.

### Конспект итогового занятия

**Цель занятия:** активизация позитивного восприятия жизни, развитие познавательных процессов.

**Оборудование:** песочница, коллекция фигурок, карточки со словами, мел, доска, коктейльные трубочки, влажные салфетки.

### План занятия:

1. Разминка. Закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей. Упражнение «Узоры на песке».

2. Развитие памяти, установление закономерностей. Упражнение «Дружба».

3. Выполнение работы по инструкции. Упражнение «Маршрут».

4. Развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности. Упражнение «Песочные прятки».

5. Развитие объема внимания. Упражнение «Что изменилось?».

6. Тренировка способности творчески и самостоятельно мыслить, давать собственные ответы на неоднозначные вопросы. Упражнение «Песочный ветер».

7. Заключение. Рефлексия прошедшего занятия.

### ХОД ЗАНЯТИЯ

**Ведущий.** *Здравствуйте, ребята!*

*Мы отправляемся в наше путешествие в Песочный город. На чем отправляются в путь? На транспорте. А какой вид транспорта выберем: наземный, водный, воздушный? Наземный. Поедем по дорогам мы необычным способом: каждый из вас едет по своей дороге, которую сначала нарисует на песке.*

#### Упражнение «Узоры на песке»

**Цель:** закрепление знаний о сенсорных эталонах, установление закономерностей.

Ведущий в верхней части песочницы рисует различные геометрические фигуры. Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке либо продолжить узор взрослого. Вариант: взрослый рисует на доске, дает устную инструкцию — нарисовать на песке определенный узор.

**Ведущий.** *Проехав по дорогам, мы оказались у одного и того же места. В песочнице построены ворота. Ребята, эти ворота ведут в необычный город, но, чтобы в него попасть, нужно выполнить задание.*

#### Упражнение «Дружба»

**Цель:** развитие памяти, установление закономерностей.

**Ведущий.** *У меня есть для вас игрушки — шишка, ракушка, цветок, медведь, кузнечик, ежик, лиса. На доске написаны слова. Вы должны прочитать слово и подумать, с какой игрушкой оно подружится и почему.*

(Слова: шишка — лес, ракушка — море, цветок — запах, медведь — зоопарк, кузнечик — трава, ежик — колючки, лиса — хитрость.)

*Молодцы!*

*Сегодня в городе праздник. Я приготовила подарки, положила их в сундучок и спрятала под одним из деревьев. Но под каким из них, забыла. Я постараюсь вспомнить свой путь вслух, а вы слушайте внимательно и выполняйте все, что я говорю, в песочнице.*

#### Упражнение «Маршрут»

**Цель:** выполнение работы по инструкции.

**Ведущий.** *Поставьте свои машинки в начало пути. От начала пути — маленькой яблони идите вверх до большой яблони, от нее влево до домика, от домика вниз до синего дерева, от синего дерева вправо до домика, от домика до цветущего домика.* (Дети в песочнице выполняют словесные указания, передвигая свою фигурку по определенному пути.)

*А сейчас посмотрим, что же прячется под этим деревом?* (Дети сами выкапывают сундучок.) *Из вас получились хорошие искатели клада. А сейчас мы поиграем в прятки.*

#### Упражнение «Песочные прятки»

**Цель:** развитие тактильной чувствительности, зрительного восприятия, образного мышления, произвольности.

**Ведущий.** *Один из вас выберет семь любых игрушек. Внимательно рассмотрите их, а потом отвернитесь. Я закопаю все игрушки, а вы должны вспомнить их. А теперь давайте найдем их в песке.*

*Жители этого города часто меняются своими домами. Сейчас мы проверим, кто сегодня у нас самый внимательный?*

#### Упражнение «Что изменилось?»

**Цель:** развитие объема внимания.

**Ведущий.** *Посмотрите и запомните, на каком месте стоит каждая игрушка. Игрушки поменяются местами, а вы в это время отвернитесь. Посмотрите и скажите, кто не на своем месте?*

(В норме дети могут запомнить от 7 игрушек.)

Настало время ветров, на город налетел ветер. Песчинки поднялись в воздух, и все жители спрятались по своим домам. А дети, пока гуляет ветер, находятся в школе на занятиях.

#### Упражнение «Песочный ветер»

**Цель:** тренировка способности творчески и самостоятельно мыслить, давать собственные ответы на неоднозначные вопросы, дыхательная гимнастика.

Используя одноразовые трубочки для коктейля, нужно нарисовать на песке, например, букву «А», затем придумать слова, начинающиеся на эту букву.

**Ведущий.** *Ветер закончился, и наше путешествие тоже подошло к концу.*

#### Вопросы для рефлексии

— Что вам запомнилось?

— Чему научило сегодняшнее занятие?

— Что возьмете с собой после занятия?

— Где вам пригодится умение запоминать и быть внимательным?

Пожелания песочной стране.

Ритуал прощания с песочницей. ●



*Целиком программа и презентация к ней представлены на диске, приложенном к номеру.*

# Годовая подшивка газеты «ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ» на компакт-диске

## ПОЛНАЯ ПОДБОРКА МАТЕРИАЛОВ ЗА 2010 ГОД

### ПОВТОРНЫЙ ТИРАЖ ПОДШИВОК ЗА 2003, 2004, 2005, 2006, 2007, 2008 И 2009 ГОДЫ

**А ТАКЖЕ ТЕМАТИЧЕСКИЕ СБОРНИКИ  
И ПОДШИВКИ ДРУГИХ ГАЗЕТ ИД «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»**

Удобная система навигации и поиска: материалы можно выбрать по тематике, рубрике или по номеру газеты.

Для пользователей любого уровня: ключи и работы — не требуются установка и место на винчестере.

Компакт-диск пригоден для работы на компьютерах даже устаревшей конфигурации (Windows-95 и выше).

Стоимость диска включает доставку. Рассылка производится только на территории РФ.



#### КУПОН

ЗАПОЛНЯЕТСЯ ПЕЧАТНЫМИ БУКВАМИ!

ФАМИЛИЯ																			
ИМЯ																			
ОТЧЕСТВО																			
ИНДЕКС							АДРЕС												

#### ЭТИ ДИСКИ МОЖНО ПРИОБРЕСТИ:

- заполнив купон и отправив его в конверте с пометкой «Книга — почтой» по адресу:  
ИД «Первое сентября», ул. Киевская, д. 24, г. Москва, 121165
- заказав по телефону: (499) 249-47-58
- заказав по электронной почте: [podpiska@1september.ru](mailto:podpiska@1september.ru)
- заказав на сайте: [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

Цена за один диск с доставкой	2003 г.	2004 г.	2005 г.	2006 г.	2007 г.	2008 г.	2009 г.	2010 г.
	299 руб.	299 руб.	299 руб.	299 руб.	399 руб.	399 руб.	499 руб.	699 руб.

	2003 г.	2004 г.	2005 г.	2006 г.	2007 г.	2008 г.	2009 г.	2010 г.
Английский язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Библиотека в школе	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Биология	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
География	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Дошкольное образование	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Здоровье детей	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Информатика	x	x	x	x	x	x	x	шт.
Искусство	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
История	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Классное руководство и воспитание школьников	x	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.
Литература	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Математика	x	x	x	x	x	x	шт.	шт.
Начальная школа	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Немецкий язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Русский язык	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Спорт в школе	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Управление школой	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Химия	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Физика	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.
Французский язык	x	x	x	x	шт.	шт.	шт.	шт.
Школьный психолог	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.	шт.

#### ТЕМАТИЧЕСКИЕ СБОРНИКИ

Цена за один диск с доставкой – 399 руб.

- Газета «Начальная школа» «50 лет системе Л.В. Занкова» — шт.
- «1001 ёлка на Новый год» — шт.
- Газета «Школьный психолог» «Тренинг в теории и на практике» — шт.
- Газета «Школьный психолог» «Тест со всех сторон» — шт.
- Газета «Литература» «Консультации по темам экзаменационных сочинений» — шт.

Цены действительны до 31 декабря 2011 года





Программа направлена на сохранение и укрепление физического, эмоционального и психологического здоровья младших школьников.

Номинация «РАБОТАЕМ В КОМАНДЕ:  
СОТРУДНИЧЕСТВО ПСИХОЛОГА  
С УЧИТЕЛЯМИ-ПРЕДМЕТНИКАМИ  
И ДРУГИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ»

# С красками на физкультуру!

## Психолог на уроке физической культуры

**Елена ШАРЫПОВА**

педагог-психолог

**Юлия УДАЛОВА**

учитель физической культуры,

МОУ гимназия № 55, г. Томск

Фотографии предоставлены авторами

**Н**аблюдения за детьми младшего школьного возраста, беседы с педагогами и родителями показывают, что появилось большое число эмоционально неустойчивых, тревожных, гиперактивных, агрессивных учащихся. Возможно, причины невротических отклонений у современных детей связаны с нестабильностью и опасностями современной жизни, с многочисленными социальными проблемами, издержками воспитания детей в семье, в школе и целым рядом других факторов. Но наряду с явными и понятными причинами эмоциональной нестабильности существуют и скрытые, не очевидные. Вот с ними чаще всего и приходится иметь дело школьному психологу и педагогам.

И особенно остро стоит вопрос психологического (эмоционального) здоровья у учащихся четвертых классов, так как в раннем подростковом возрасте происходит гормональное созревание. В этот же период происходит переход ребенка в среднюю школу, сопряженный с внутренними переживаниями, переутомлением, умственной работой, физической усталостью и эмоциональной нестабильностью. Кроме того, повышенные требования к личности школьника начинают предъявлять окружающие (родители, педагоги).

Актуальность коррекционно-развивающей программы «С красками на физкультуру!» обусловлена анализом практики работы в школе, который

свидетельствует о том, что у младших школьников в различных ситуациях нередко преобладают негативные эмоции.

Данная программа построена на использовании игровых методов обучения и арт-терапевтических игр и упражнений.

**Цель программы:** посредством использования методик игро- и арт-терапии на уроках физкультуры создать условия для сохранения и укрепления психического и физического здоровья младших школьников.

### Задачи

1. Снять состояние эмоционального и физического дискомфорта.
2. Обучить детей конструктивным способам выражения своих эмоций, чувств.
3. Выработать умение вовремя сбрасывать напряжение, снимать внутренние «зажимы», расслабляться.
4. Развивать навыки самоконтроля с опорой на внутренние резервы.
5. Формировать у учащихся навыки саморегуляции эмоциональных состояний.
6. Повысить мотивацию обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, формировать стремление к ведению здорового образа жизни.

Урок физической культуры для осуществления данной программы выбран не случайно, так как

целью физического воспитания в школе является содействие физическому и психическому развитию ребенка.

Основной формой физического воспитания является урок. Уроки физической культуры имеют специфические особенности, характеризующиеся многообразием двигательных ощущений, большой вариативностью обстановки и условий двигательной деятельности, высокой эмоциональностью, коллективными действиями.

При решении задач физического воспитания учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, приобретение опыта общения.

Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности.

### Характеристика используемых методов

Игра — это модель нашего поведения в жизни. В реальности, создаваемой на занятии, можно в комфортных и безопасных условиях диагностировать

отклоняющееся и неадаптивное поведение, вырабатывать и тренировать желаемые и адекватные навыки поведения. Игротерапия способствует самораскрытию личности, проявлению спонтанности, инициативы, искренности.

Игровой метод является ведущим в физическом воспитании.

Его специфическая особенность состоит в возможности условного моделирования двигательных действий в реальной жизни. Игровой метод позволяет обучающемуся проявить свой физический потенциал в разнообразных смоделированных видах двигательной деятельности и, что самое главное, проявить свои творческие способности, самостоятельность, научиться взаимоотношениям в коллективе.

### Функции игры:

— *обучающая* — закрепление знаний, формирование умений и навыков, в том числе общеучебных, развитие памяти, внимания, мышления;

— *развлекательная* — создание благоприятной атмосферы на занятии;

— *коммуникативная* — объединение коллектива учащихся, установление эмоциональных контактов;

— *релаксационная* — снятие напряжения, вызванного нагрузкой на нервную систему при обучении;



— *психотехническая* — формирование навыков подготовки к эффективной деятельности.

С целью систематической диагностики эмоционального самочувствия младших школьников предполагается использование психодиагностической цветоассоциативной методики А.М. Парачева (см. приложение 2).

Дети после построения, приветствия и ознакомления с тем, что будет происходить на уроке, рисуют цвет своего настроения на индивидуальных оценочных листах, то же самое происходит и после урока. Это позволяет психологу очень быстро изучить эмоционально-оценочное отношение к уроку через вычисление коэффициента комфортности по формуле. Групповые показатели цветовых выборов четвероклассников по методике цветовых ассоциаций в процентах заносятся в таблицу.

После итоговой диагностики проводится постри-суночный опрос детей, выбравших фиолетовый, коричневый, серый, черный цвета в конце урока: часто девочки отвечают, что устали, а мальчики говорят, что не хотят уходить с урока, что хотят еще играть (см. приложение 3).

### Организационно-методические особенности проведения занятий

Коррекционно-развивающая программа предусматривает 16 занятий периодичностью 2 занятия в неделю, продолжительностью 45 минут на уроке физического воспитания. Рекомендуется проводить работу в конце учебного года (IV четверть), так как это способствует достаточно полному погружению в содержание программы. При необходимости ее можно дополнить и рассчитать на более длительный срок или сократить. Большое значение в данной программе отводится собственно методике проведения урока физической культуры.

### Структура урока физической культуры

В плане каждого урока целесообразно предусматривать следующие части:

**1. Подготовительная часть** — организация обучающихся, активизация их внимания, подготовка организма к физическим нагрузкам.

**2. Основная часть** — решение более сложных задач. Она подразделяется на обучающую (развитие двигательных действий) и развивающую (развитие физических способностей). Здесь проводится обучение новым двигательным действиям, повторение и закрепление пройденного учебного материала, воспитание физических качеств и развитие способностей.

**3. Заключительная часть** — восстановление функциональной активности организма обучающихся и обеспечение перехода от возбужденного состояния к более спокойному и уравновешенному. Психолог при необходимости проводит сеанс

релаксации под музыку. Учитель подводит итоги урока, дает домашнее задание.

### Оборудование

**Помещение:** спортивный зал.

**Материалы:** спортивный инвентарь; альбомы для рисования (которые на время перерыва между занятиями хранятся у педагогов), набор восковых мелков; магнитная доска для детских работ; музыкальный центр и диски.

**Музыкальное сопровождение:** на протяжении всего занятия, начиная с подготовительной части, звучит мелодичная музыка. Подбор музыкального сопровождения педагоги осуществляют произвольно, ориентируясь на тему занятий, настроение и состав классного коллектива (не рекомендуется использовать произведения, где звучит текст, — он будет отвлекать, лучше использовать оркестровую музыку).

### Тематическое планирование

Все задания и упражнения к уроку физической культуры подобраны в рамках комплексной программы физического воспитания под редакцией В.И. Ляха (планирование И.И. Должикова) с добавлением психологических игр и приемов. Психолог выбирает игру или упражнение в зависимости от диагностических срезов на начало урока. (*Наиболее удачные игры и упражнения см. в приложении 1.*) Основные задачи урока физической культуры сохраняются.

### Ожидаемые результаты

1. При регулярном выполнении игровых, релаксационных и арт-терапевтических упражнений у большинства обучающихся должно сложиться ощущение цельности, ясности и надежности собственного тела.
2. Благодаря освоению навыков психической саморегуляции снизится двигательная активность у гиперактивных и тревожных детей во время учебного процесса.
3. В силу возраста обучающиеся часто не осознают своих психологических «заноз», а благодаря работе мышц во время физических упражнений, прослушиванию музыки, овладению дыхательными упражнениями будет обеспечиваться активная разрядка эмоций.
4. Занятия по программе помогут формированию более адаптивных поведенческих реакций у детей и формированию позитивных установок, что также позволит снять эмоциональное напряжение.
5. С помощью занятий произойдет специальная (реабилитационная) психологическая адаптация к социальной напряженности, стрессовым ситуациям.
6. Повышение мотивации к систематическим занятиям физической культурой, способствующим

формированию навыков ведения здорового образа жизни.

7. Разработка рекомендаций для родителей обучающихся по выбору ими деятельности для ведения здорового образа жизни в социуме (индивидуальные, командные виды спорта, ЛФК, СМГ).

### Значение программы

*Данная программа имеет:*

- *социальную значимость*, так как:

— способствует снижению тревожности у детей, обучает приемам и навыкам, укрепляющим психологическую устойчивость; знакомит с эффективными способами снятия эмоционального и физического напряжения; повышает уверенность обучающихся в собственных силах;

— формирует устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом; повышает значимость урока физической культуры как основной формы физического воспитания;

- *научную значимость*, так как это новое направление в работе с ученическим коллективом, связан-

ное с воздействием на эмоциональную сферу ученика на уроке физической культуры;

- *практическую значимость*, так как программа проста в применении и доступна для использования педагогами и психологами с любым опытом работы.

Все новые понятия даются не путем формулирования определения, а через разнообразные примеры, сравнения, ассоциации и их обсуждение. Очередность расположения игр и упражнений подобрана так, чтобы она способствовала снятию эмоциональной и физической нагрузки. В начале и конце каждого занятия проводится фиксация эмоционального состояния (настроения) ребенка через цвет и рисунок, в конце каждого упражнения и игры (разминки) проводится рефлексия — отношение к происходящему, свой вклад в работу, что вызывало трудности и почему.

На последнем уроке психолог предложил детям выразить свое отношение к урокам физической культуры через написание синквейна (см. приложения 4–5).

Приложение 1

## ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

### Арт-терапевтические задания

1. Нарисуй себе наряд, который помог бы тебе выразить себя, быть тем, кем ты хотел бы быть (например: волшебная майка с крылышками, чтобы можно было летать).

2. Сделай отпечаток своей руки на бумаге, а потом сделай из этой руки что-нибудь.

3. Упражнение «Контейнер»: возьми лист бумаги и согни пополам. Вообрази, что это ящик, корзина, коробка, сундук или что-то другое. Верхнюю часть листа разрисуй как крышку, а внутреннюю — как внутренность контейнера. Затем нарисуй в контейнере плохие вещи, чувства, действия или людей. Потом нарисуй хорошие: то, что ты любишь, и то, что ты не любишь, или секретные вещи о себе. К этому упражнению можно всегда возвращаться, дополняя «контейнер».

4. Рисунок «Дорога». Нарисуй дорогу. Подумай, какие бывают дороги: быстрые, медленные, асфальтовые, прямые, кривые, узкие, широкие. Из чего сделана дорога? В каком она состоянии? Сколько у нее полос? Что по бокам от дороги? Есть ли дорожные знаки? Кто-нибудь по ней едет? Куда?

### Упражнения

#### «Бабушка из Бразилии»

Все участники встают лицом в круг. Ведущий показывает движения и произносит определенные фразы. Задача участников: всё за ним повторить.

1. Стоя прямо, держа руки по швам, бодро: «У меня в Бразилии есть бабушка!»

2. Повторить позицию 1, затем выставить вперед правую ногу, повернув стопу внутрь: «У нее вот такая нога!»

3. Повторить позиции 1 и 2, затем повернуть корпус так, чтобы левое (правое) плечо выдвинулось вперед, и выставить вперед локоть левой (правой) руки, спрятав кисть под мышку: «У нее вот такая рука!»

4. Повторить позиции 1, 2 и 3, затем склонить голову к плечу и скривить рот: «У нее голова набок и рот кривой!»

5. Повторить позиции 1, 2, 3 и 4, затем, подпрыгивая в получившейся позе, громко: «Она прыгает и кричит: «Я самая красивая бабушка в Бразилии!»

#### «Веровочка-1»

Берут длинную веревку, концы ее связывают. Участники игры встают в круг и берут веревку в руки. В середине стоит водящий. Он ходит по кругу и старается коснуться рук одного из играющих. Но дети внимательны, они опускают веревку и быстро прячут руки. Как только водящий отходит, они сразу же берут веревку. Чьей руки водящий коснется, тот идет водить.

#### Правила

1. Играющие должны держать веревку двумя руками.

2. По ходу игры веревка не должна падать на пол.



### **«Веровочка-2»**

Участники стоят в кругу, держась руками за общую веревку. Вербку подтягивают и завязывают так, чтобы участники стояли плотно друг к другу. Затем следует команда: «Закрывать глаза и не открывать их», — и задание: «Образуйте квадрат». Сначала возникает пауза и полное бездействие ребят, затем кто-то из участников предлагает какой-то вариант решения: например, рассчитаться и далее строить квадрат по порядковым номерам, и затем руководит действиями.

Практика этой игры показывает, что обычно эти функции берут на себя лидеры.

Игру можно продолжить, усложняя задачу, и предложить ребятам построить звезду, шестиугольник, ромб. Это упражнение показывает важность самоорганизации класса, обнаруживает лидеров. Вербка используется как средство коммуникации.

### **«Два барана»**

Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача: противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Кто сдвинулся — проиграл. Можно издавать звуки «бе-е-е». Ведущий в это время говорит: «Рано-рано два барана повстречались на мосту».

Необходимо следить, чтобы «бараны» не разбили себе лбы.

### **«Ералаш»**

Ведущий называет четыре слова: плавание, волейбол, бокс, велосипед. На каждое из этих слов группа реагирует определенным жестом, движением, соответствующим названному слову. При слове «плавание» участники должны делать движения руками как при плавании брассом. Слово «бокс» заставит их боксировать с воображаемым противником. «Волейбол» требует отбивать двумя руками вперед и вверх воображаемый мячик. «Велосипед» соответствует движению ног, как бы вращающих педали (участники сидят). Когда же ведущий произносит фразу «Горшок на голове», участники подхватывают этот воображаемый горшок так, чтобы он не свалился с головы.

Игра заключается в том, что ведущий называет все четыре слова и фразу «Горшок на голове» в случайном порядке, а участники группы стремятся безошибочно реагировать на это соответствующими жестами и движениями.

В игре может определиться победитель — самый внимательный и сосредоточенный участник.

### **«Кошки-мышки»**

Участники разбиваются на две команды: команда кошек, в произвольном порядке расположившись в спортзале, стоит, закрыв глаза. Им нельзя сходить с выбранного места и открывать глаза. Команда мышек должна перебраться в часть спортзала, находящуюся за спинами кошек. Кошки пытаются поймать мышек.

### «Кто быстрее пришьет?»

Класс делится на две команды. Каждая из команд должны на скорость «пришить» всех членов своей команды друг к другу. Вместо иголки используется ложка, к которой привязана тонкая веревка или бечевка. «Пришивать» нужно так, чтобы не оскорбить достоинство партнера.

### «Передай рисунок»

Участники строятся в цепочку. Принцип работы — как в «Испорченном телефоне», только участники не шепчут какое-то слово на ухо партнеру, а рисуют на его ладони знак или букву. Подглядывать нельзя. Партнер догадывается, что это такое, и передает рисунок дальше. Получив сообщение-рисунок, последний в цепочке называет вслух загаданное изображение, потом его называет предпоследний участник и т.д. Играющие сравнивают его с первоначальным результатом и выясняют, в каком звене цепи произошло искажение. Можно передавать слова, целые фразы.

### «Словесный футбол»

Играющие делятся на две команды: команда «Красота» (девочки) и команда «Сила» (мальчики).

Игра заключается в следующем: ведущий показывает любую заранее написанную букву и предлагает назвать употребляемое в футболе слово, начинающееся с этой буквы. Выигрывает та команда, которая быстрее назовет нужное слово и «забьет больше мячей». Ведущий, объявляя начало игры, говорит: «Начинаем матч между командой «Сила» и командой «Красота». В течение всей игры он ведет шуточный репортаж, создавая забавные ситуации.

Пример: обе команды одновременно крикнули слово, начинающееся на букву «м» — мяч. Тогда ведущий предлагает сначала одной команде крикнуть это слово, а затем другой и определяет победившей ту команду, которая крикнула громче.

### «Прогноз погоды»

Бывают дни, когда дети (да и учителя) чувствуют себя «не в форме». Может быть, их охватывает уныние, обида или злость, и им хочется, чтобы их оставили в покое. Получив право побыть какое-то время в одиночестве, дети легче приходят в нормальное состояние, справляются со своими чувствами и быстрее включаются в жизнь класса. С помощью этого упражнения учитель дает ребенку понять, что он признает за ним право побыть какое-то время необщительным. В это время другие дети учатся уважать такое состояние души у каждого человека.

**Инструкция.** Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя невыспавшимися, может быть, что-то испорти-



ло вам настроение. И тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы смогли восстановить свое внутреннее равновесие.

Если с вами случится такое, вы можете дать нам понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы можете показать одноклассникам свой «прогноз погоды». Тогда всем будет понятно, что на какое-то время вас нужно оставить в покое.

Возьмите лист бумаги и восковые мелки и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова «Штормовое предупреждение». Таким способом вы можете показать другим, что у вас сейчас «плохая погода» и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, вы можете положить такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете «дать отбой». Для этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч начинает проглядывать солнце, или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит вовсю.

Пожалуйста, поощряйте использование «прогнозов погоды» детьми. Будет очень хорошо, если это станет для них привычным. Это сделает атмосферу в классе более гармоничной и научит детей считаться с настроением друг друга. Лучше всего, если вы сами время от времени будете представлять детям свой личный «прогноз погоды», что позволит им принимать во внимание настроение и душевное состояние взрослого.

### «Рулет»

Упражнение направлено на развитие умения координировать совместные действия, на сплочение класса, снятие психологической напряженности, развитие внимательности.

Для игры нужен канат или прочная веревка длиной 10 метров.

Класс выстраивается в колонну по одному, левой рукой каждый держится за протянутый вдоль колонны канат. Участникам дается задание: плотно скрутиться по часовой стрелке в «рулет», после чего ведущий обвязывает группу оставшимся концом каната на уровне пояса. В таком состоянии группа перемещается по траектории, задаваемой ведущим.

Можно дать дополнительное задание: в процессе перемещения каждый из участников сообщает три интересных факта о себе, а после завершения упражнения другие подростки вспоминают эти факты. Ведущему следует внимательно следить за траекторией движения, чтобы избежать столкновения участников с неподвижными предметами.

### **«Смешной рисунок»**

Лист бумаги прикрепляется на дверь или стену. Играющие выстраиваются в одну линию. Ведущий завязывает первому глаза, подводит его к «мольберту», дает в руки фломастер и говорит, что сейчас все будут рисовать корову, слона, зайца, принцессу и др. Все по очереди с завязанными глазами подходят к рисунку и дорисовывают недостающие детали.

Ну и смешная же картина получается!

### **«Сороконожка»**

Играющие делятся на две команды и выстраиваются в затылок друг другу. Каждая команда получает толстую веревку (канат), за которую все игроки берутся правой или левой рукой, равномерно распределяясь по обе стороны веревки. Затем каждый из участников игры берется правой или левой рукой (в зависимости от того, с какой стороны каната он стоит) за щиколотку правой или левой ноги. По сигналу ведущего сороконожки скачут вперед 10–12 метров, держась за веревку, затем разворачиваются и прыгают назад. Можно бежать и просто на двух ногах, но тогда следует поставить ребят очень близко друг к другу.

Победа присуждается команде, которая первой прибежала к финишу, при условии, что ни один из ее участников не отцепился от веревки во время бега или прыганья. Можно построить на пути команды разные препятствия, которые необходимо огибать по пути.

### **«Стая рыбок»**

Класс делится на две команды. Каждый игрок получает бумажную рыбку длиной 20–25 см, привязанную хвостом вниз на шнуре (длина 1–1,2 м). Участники привязывают конец шнура к поясу так, чтобы хвост рыбки свободно касался пола.

У каждой команды рыбки разного цвета. По сигналу ведущего игроки, бегая друг за другом, стараются наступить ногой на хвост рыбки «противни-

ка». Касаться рыбок и шнура руками категорически запрещено.

Игрок, чью рыбку сорвали, выходит из игры. Побеждает та команда, у которой останется больше рыбок.

### **«Тигр, мышь и слон»**

Игра, в которую легко вовлекаются даже самые робкие дети.

Участники делятся на две равные команды.

В каждом круге игры каждая команда выбирает одного из трех зверей: тигра, мышь или слона. Выигрывает та команда, чей зверь может прогнать другого: тигр прогоняет мышь, слон прогоняет тигра, мышь прогоняет слона. Животных можно изобразить следующим образом:

— тигр: руки вытянуты вперед, словно лапы, угрожающе рычит;

— мышь: передвигается присев, руки на голове (подрагивают, как дрожащие ушки), негромко попискивает;

— слон: туловище слегка наклонено вперед, руки со сложенными ладонями раскачиваются вперед-назад, словно хобот; он исполнен достоинства и молчалив.

Команды собираются у противоположных стен помещения. За минуту участники должны договориться между собой, какого зверя они будут представлять в первом раунде.

Когда решение принято, все начинают громко считать: раз, два... На счет «три» члены обеих команд быстро принимают позы, символизирующие выбранного зверя. Теперь становится ясно, какой «зверь» в состоянии прогнать другого. Если обе команды выбрали одно и то же животное, победителя нет. Команда, выигравшая три раза подряд, получает аплодисменты.

### **«Футболка с надписью»**

Психолог говорит о том, что всякий человек «подает» себя другим. Говорит о футболках с разными надписями, приводит примеры «говорящих» надписей. Затем участникам предлагается в течение 5–7 минут придумать и записать в свою тетрадь надпись на своей футболке. Оговаривается, что эта надпись в дальнейшем может меняться. Важно, чтобы она что-нибудь говорила о человеке сейчас: о его любимых занятиях и играх, об отношении к другим, о том, чего он хочет от других и т.п.

После выполнения задания каждый зачитывает свою надпись. Ведущий во всех случаях дает эмоциональную поддержку.

Затем проводится очень короткое обсуждение:

— О чем в основном говорят надписи на футболке?

— Что мы хотим сообщить о себе другим людям? ●



Другие приложения см. на диске.

## ОЧНО-ЗАОЧНЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Курсы организованы совместно с Московским институтом открытого образования. По окончании обучения слушатели получают удостоверение государственного образца о повышении квалификации (с нормативным сроком освоения 72 часа).

Занятия начинаются с **3 октября 2011 г.** Стоимость обучения – 5400 рублей за один курс. Членам педагогического клуба «Первое сентября» и выпускникам наших курсов предоставляется скидка 10%.

Количество мест в группах ограничено! Прием заявок заканчивается по мере формирования групп.

### Перечень курсов первого потока 2011/2012 учебного года (октябрь–декабрь)

АВТОР	НАЗВАНИЕ КУРСА	ДЛЯ КОГО ПРЕДНАЗНАЧЕН КУРС
Абдулаева Е.А.	Современные подходы к организации детской игры	Для педагогов ДООУ, педагогов дополнительного образования
Волков С.В., Храмцова Р.А.	Методика построения современного урока по литературе	Для учителей русского языка и литературы
Зайдельман Я.Н.	Алгоритмизация и программирование: от первых шагов до подготовки к ЕГЭ	Для учителей информатики
Калуцкая Е.К.	Современные образовательные технологии преподавания обществознания в школе	Для учителей истории и обществознания
Копина С.А.	Методы арт-терапии в работе школьного психолога	Для школьных психологов
Мейстер Н.Г.	Творческое развитие детей средствами художественного моделирования из бумаги	Для педагогов ДООУ, педагогов дополнительного образования
Панфилова М.А.	Современные технологии использования сказок и игр в работе с детьми и подростками	Для педагогов, классных руководителей, представителей администрации школы, школьных психологов
Рокитянская Т.А.	Музыкальная грамота в образах и движениях	Для учителей музыки, педагогов дополнительного образования
Рокитянская Т.А.	Обучение игре на музыкальных инструментах в образах и движениях	Для учителей музыки, педагогов дополнительного образования
Садовничий Ю.В.	Подготовка старшеклассников к ЕГЭ и вступительным экзаменам по математике	Для учителей математики
Сапожникова Т.Б., Полякова И.Б.	Современные методы и приемы преподавания изобразительного искусства детям	Для педагогов изобразительного искусства, педагогов дополнительного образования, учителей начальных классов
Селиванова Н.А., Шашурина А.Ю.	Структура и содержание современного урока французского языка	Для учителей французского языка
Соболева А.Е., Савицкая Н.С.	Игровые методы эффективного обучения младших школьников правописанию и чтению	Для учителей начальных классов, логопедов, детских психологов
Стюхина Г.А.	Разрешение конфликтных ситуаций в образовательной среде	Для педагогов, классных руководителей, представителей администрации школы, школьных психологов
Тригубчак И.В.	Теория и практика подготовки к итоговой аттестации по химии в форме ГИА и ЕГЭ	Для учителей химии
Ярославцева И.Б.	Основы кукловодства и кукольного театра для детей	Для педагогов ДООУ, педагогов дополнительного образования





**ЗАЯВКИ МОЖНО ПОДАТЬ** по телефону (499) 240-02-24 (с 15-00 до 19-00 по рабочим дням)  
или на сайте Педагогического университета «Первое сентября» <http://edu.1september.ru>  
(последнее предпочтительнее, после подачи заявки с вами свяжется сотрудник Педуниверситета)



# ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА КНИГ ВЕДУЩИХ ФИРМ И ИЗДАТЕЛЬСТВ



Семинары и встречи с методистами и авторами учебников  
БОЛЕЕ 1000 НАИМЕНОВАНИЙ КНИГ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- 31** октября  **Гуманитарные предметы**
- Русский язык • Литература • История • МХК
  - Музыка • Изобразительное искусство
- а также
- Управление школой • Технология
  - Физкультура • ОБЖ • Здоровье детей
  - Библиотека в школе
- 1** ноября  **Предметы  
естественно-научного цикла**
- География • Биология • Химия • Физика
  - Математика • Информатика
- 2** ноября  **Начальная школа  
Дошкольное образование**
- а также
- Психология, воспитание**
- 3** ноября  **Иностранные языки**

Подробное расписание будет опубликовано позднее в газете и на сайте  
[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

Чтобы получить профессиональный подарок, **пройдите заранее бесплатную регистрацию** на сайте <http://bookfair.1september.ru>

Все мероприятия фестиваля пройдут с **10.00** до **16.45** в московском государственном лицее № 1535 по адресу: ул. Усачева, дом 52 (в 3 минутах ходьбы от станции метро «Спортивная»).



**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 октября	Пенза	Международная заочная конференция <b>«Личность, общество, государство, право. Проблемы соотношения и взаимодействия»</b>	уточняются	Высшая школа экономики в Праге, Сургутский государственный университет, Пензенская государственная технологическая академия	(8412) 68-6845 E-mail: sociosphera@yandex.ru
17–18 октября	Саратов	Международная научная конференция <b>«Психология социальных и экологических рисков в современном обществе»</b>	оплата публикации	Министерство образования и науки РФ, Саратовский государственный университет им. Н.Г. Чернышевского	(8452) 22-3765 E-mail: grigoryevamv@mail.ru
17–26 октября	Санкт-Петербург	Авторская программа <b>«Неврозы у детей и подростков. Диагностика, профилактика и психокоррекция»</b> (I и II ступени)	7400 руб. за I ступень, 9000 руб. за II ступень	Институт практической психологии «Иматон»; Е.Ю. Петрова, И.Л. Коломиец, Д.А. Фрейдинова (Санкт-Петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru www.imaton.ru
18–20 октября	Ростов-на-Дону	XXX Международные психолого-педагогические чтения <b>«Развитие личности в образовательных системах»</b>	уточняются	Педагогический институт Южного федерального университета	(863) 240-6097
18–20 октября	Санкт-Петербург	Международная научная конференция с международным участием <b>«Социальная психология и жизнь»</b>	уточняются	Факультет психологии Санкт-Петербургского государственного университета	(812) 328-9659 E-mail: chtenia@mail.ru
19–21 октября	Хмельницкий (Украина)	Международная научно-практическая конференция <b>«Профессиональное становление личности: проблемы и перспективы»</b>	уточняются	Хмельницкий национальный университет Министерства образования и науки Украины	(380-382) 72-8076 www.tup.km.ua
21–22 октября	Москва	Обучающий семинар <b>«Семейная психотерапия по методу системных расстановок Хилленгера»</b>	2500 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; С.В. Шумихина (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 E-mail: shealth@cnt.ru
21–22 октября	Курск	Всероссийская научная конференция <b>«Малая группа как объект и субъект психологического влияния»</b>	уточняются	Курский государственный университет, Комитет образования и науки Курской области	(4712) 56-8064 E-mail: kursk-psychol@narod.ru
21–23 октября	Санкт-Петербург	Семинар-тренинг <b>«Психолого-педагогическое сопровождение учащихся во время ЕГЭ»</b>	5800 руб.	Институт практической психологии «Иматон»; канд. психол. наук И.В. Воспитанник (Санкт-Петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru www.imaton.ru
25–26 октября	Москва	II Всероссийская научно-практическая конференция <b>«Социальная психология малых групп»</b>	бесплатно	Московский городской психолого-педагогический университет при поддержке РГНФ	(495) 632-9544 E-mail: petrkonf@inbox.ru

Дата	Место проведения	Название	Условия участия	Организатор, ведущий	Контакты
26–27 октября	Кемерово	Всероссийская конференция <b>«Здоровьесберегающая деятельность в системе образования: теория и практика»</b>	оплата публикации	Российская академия образования, Кемеровский государственный университет	(384) 257-4192 E-mail: opvc@mail.ru
27–28 октября	Киров	Международная конференция <b>«Молодежь как ресурс регионального развития»</b>	уточняются	Вятский государственный гуманитарный университет	(8332) 37-4899 E-mail: navinoc@mail.ru
27–28 октября	Барановичи (Белоруссия)	I Международная конференция <b>«Специалист XXI века: психолого-педагогическая культура и профессиональная компетентность»</b>	уточняются	Министерство образования Республики Беларусь, Барановичский государственный университет, Херсонский государственный университет	(37-529) 202-6113 E-mail: pf-conf@tut.by
27–29 октября	Люблин (Польша)	Международная междисциплинарная конференция <b>«Понять человека – понять мир»</b>	250 евро, есть скидки	Университет имени Марии Склодовской-Кюри, МГУ имени М.В. Ломоносова	Тел./факс: (081) 532-0517 E-mail: mstencil@umcs.pl
28–29 октября	Москва	Обучающий семинар <b>«Креативная психотерапия в работе с расторможенными гиперактивными детьми»</b>	2500 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; Ю.М. Хаустова (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru
28–30 октября	Ереван (Армения)	Международная научная конференция <b>«Теоретические и прикладные проблемы современной психологии»</b>	15 у.е.	Ереванский государственный университет, факультет философии и психологии	(37-410) 54-4395 E-mail: psylabor@yus.am
7–9 ноября	Москва	Обучающий семинар <b>«Индивидуально-групповая работа по формированию смыслов и ценностей как профилактика подростковой депрессии и суицида»</b>	3000 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; канд. пед. наук О.В. Кардашина (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru
10 ноября	Тамбов	VI Международная научно-практическая конференция <b>«Практическая психология: от фундаментальных исследований до инноваций»</b>	уточняются	Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина	(4752) 45-2213 доб. 8526 E-mail: kpivp@mail.ru
10–11 ноября	Москва	Научная конференция <b>«Б.М. Теплов и современное состояние дифференциальной психологии и психофизиологии»</b>	уточняются	Психологический институт Российской академии образования	E-mail: teplov-2011@yandex.ru
10–11 ноября	Томск	XI Международная конференция <b>«Лингвистические и культурологические традиции и инновации»</b>	уточняются	Томский политехнический университет	(3822) 42-1329 www.tpu.ru



## Психопатология обыденной жизни

З. Фрейд

СПб.:  
Азбука-Классика, 2011

В наше время о Зигмунде Фрейде наслышан едва ли не каждый школьник, но при этом мало кто может похвастаться, что читал работы великого австрийского ученого — основателя психоаналитического учения. Однако то, что позволительно для непрофессионала, совсем не к лицу психологу, тем более что в последние десятилетия труды Фрейда многократно переиздавались. В этой связи хочется обратить внимание на классические работы Фрейда начала XX века, где представлены основные положения психоанализа: «Толкование сновидений», «Психопатология обыденной жизни», «Остроумие и его отношение к бессознательному».

Небольшая книга «Психопатология обыденной жизни», увидевшая свет в 1901 году, содержит в себе описание различных видов нарушений обыденного поведения. К ним относятся обмолвки и описки, случаи забывания собственного имени, иностранных слов, своих впечатлений и намерений, а также ошибочные действия и даже шутки. Приводимые Фрейдом факты касаются разных сторон жизни: в книге описан курьезный случай, когда председатель палаты депутатов, открывая собрание, заявил о его закрытии, приводятся многочисленные примеры ошибок в восприятии устных и письменных сообщений.

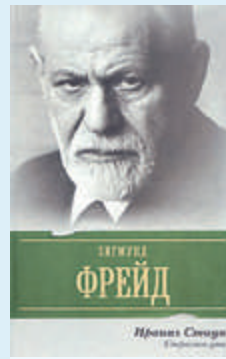
Все эти описания производят впечатление хорошо знакомых и потому не вызывают недоверия. Однако принципиальное значение имеет их толкование: по мнению Фрейда, непреднамеренные на первый взгляд действия, будучи подвергнуты психоаналитическому исследованию, оказываются мотивированными, но при этом их мотивы скрыты от нашего сознания.

Следует обратить внимание на еще один очень важный в практическом отношении вывод о совпадении механизмов ошибок и случайных действий с механизмом сновидений. Более того, Фрейд обнаруживает их сходство и с невротическими симптомами и на основании этого делает вывод об относительности границы между нормальным и ненормальным поведением.

Все книги Фрейда написаны на основе богатого эмпирического материала и касаются интимных сторон жизни, что невольно способствует принятию не только фактов, но и их интерпретации. Чтобы определиться со своим отношением к психоаналитическому толкованию человеческих поступков и выступить либо сторонником и апологетом психоанализа, либо его противником, необходимо прочитать эту и другие книги Фрейда.

И в любом случае не следует торопиться с выводами о причинах и побудителях нашего поведения, тем более когда дело касается детей.

Марина СТЕПАНОВА



## Страсти ума Биографический роман о Зигмунде Фрейде

И. Стоун

М.: АСТ, Астрель, 2010

На страницах «Школьного психолога» речь шла о различных типах изданий — учебных, методических, научных. Наряду с классическими трудами отечественных и зарубежных ученых были представлены книги из опыта работы психологов-практиков и научно-популярная литература. Пожалуй, лишь художественные произведения не получили соответствующего отражения, хотя было бы несправедливо не упомянуть о том, что у нас регулярно публиковались небольшие рассказы, так как, вне всякого сомнения, произведения Чехова и Достоевского, Чапека и Шекспира представляют в том числе и профессиональный интерес. Книга, о которой идет речь, — образец художественной литературы, но это особая литература. Жизнеописания ученых, поэтов, музыкантов хотя и рассчитаны на широкий круг читателей, но представляют интерес прежде всего для специалистов.

Ирвинг Стоун — американский писатель XX века, вошедший в историю литературы как один из создателей биографического романа. Роман, повествующий о создателе психоанализа, поражает своей основательностью: без малого 900 страниц текста посвящены описанию богатой различными событиями жизни Зигмунда Фрейда (1856–1938).

Как и любое художественное произведение, он не свободен от некоторой неточности в изложении биографических данных и тем более от их вольной интерпретации. Однако главное, что удалось Стоуну, — передать научную атмосферу, в которой происходило становление взглядов Фрейда, а также показать влияние на них обстоятельств личной жизни ученого.

Стоун ищет ответ на вопрос о причинах популярности идей Фрейда как автора учения, в корне изменившего традиционные представления об организации нашей душевной жизни. В числе прочих он приводит слова Томаса Манна, произнесенные по случаю 80-летия венского психоаналитика: «Даже если будущее изменит и исправит тот или иной результат его исследований, никогда не исчезнут вопросы, поставленные перед человечеством Зигмундом Фрейдом; его вклад в знание нельзя ни отрицать, ни замалчивать».

Понимание Стоуном значения и значительности личности Фрейда нашло отражение в названии романа, в котором звучит, с одной стороны, преклонение перед важностью обозначенных Фрейдом проблем, а с другой — восхищение силой его интеллекта.

Представляя книгу Стоуна, совсем не хочется говорить о полезности и целесообразности знакомства с ней. Чтение романа — занятие одновременно и для ума, и для сердца психолога.

Марина СТЕПАНОВА



## Странная логика наших поступков Психология лжи и обмана

Р. Вайзман

М.: АСТ; Астрель  
Владимир: ВКТ, 2011

Читателям «Школьного психолога» нет нужды лишней раз представлять Ричарда Вайзмана. Об остроумных экспериментах изобретательного англичанина, принесших ему всемирную известность, в рубрике «Психология новой эры» было рассказано еще до того, как сочинения Вайзмана стали переводить на русский язык. Наконец российские издатели спохватились, и хорошие переводы стали появляться через год-другой после выхода в Британии очередного бестселлера.

«Фактор удачи» давно стал бестселлером и у нас. «59 секунд» появились полгода назад, хоть и написана книга позже «Странной логики». И вот еще новинка. Впору ожидать собраний сочинений.

Наследуя славу Айзенка и Аргайла, Вайзман выступает не только ярким экспериментатором, но и популяризатором психологической науки. Многие его сочинения — блестящие образцы научно-популярного жанра (не путать с вульгарной поп-психологией!). Новая книга — не исключение. Ее оригинальное название можно было бы перевести как «Прикольная наука» (в тексте — «причудология»). Издатели предпочли акцентировать в названии странности не науки, а человеческого поведения.

Начинавший свою карьеру цирковым фокусником, Вайзман знает толк в иллюзиях и причудах. Ныне профессор Университета Хартфордшира, он рассматривает обычные (казалось бы!) и необычные явления повседневной жизни глазами психолога, предлагает смелые и яркие решения многих проблем и загадок и демонстрирует перед разными аудиториями уже не фокусы, а подлинные чудеса, на которые способна наука. Не того ли ждут от нас, психологов?

«Странная логика...» — не только интересное чтение для масс, но и прекрасное подспорье для психологов в расширении профессионального кругозора, копилка запоминающихся примеров и цитат для выступлений и презентаций, источник вдохновения для собственных исследований. Пусть вас не смутит игривая обложка и рыночно-завлекательное название. Сегодня даже серьезные книги Экмана у нас печатаются под «продаваемой» обложкой «Обмани меня...» У Вайзмана именно про ложь написано не так уж много. Книга не об этом, ее содержание шире и... интереснее. А гарантией качества служит эпиграф — цитата из Стэнли Милгрэма, еще одного прославленного исследователя и смелого экспериментатора.

Наш современник Вайзман еще не вошел в когорту классиков, но, несомненно, такая судьба его ждет. Не верите? Прочитайте «Странную логику». А потом и прочие книги этого автора, ей-богу заслуживающие пристального внимания коллег.

**Сергей СТЕПАНОВ**



## Психология детского творчества 2-е изд.

Е.И. Николаева

СПб.: Питер, 2010  
(Серия «Детскому психологу»)

От книги, представляющей собой одновременно и учебное, и практическое пособие, следует ожидать, что она сочетает в себе типичные черты этих двух типов изданий. Ситуация, следует заметить, не очень простая для автора, однако вполне отвечает потребностям современных читателей, которые ориентируются в первую очередь на обозначенную на обложке тему и только потом на специфику ее изложения. Проблема творчества детей интересна как уже состоявшимся психологам и педагогам, так и родителям, а также будущим специалистам. В этой связи нелишне разобраться, кто и с какой пользой для себя может ее прочитать.

Автор обращается к большому числу источников, результатом чего является достаточно глубокий и всесторонний анализ проблемы психологии детского творчества. Одним из принципиальных вопросов является вопрос о его психологической природе.

Перечисляя различные подходы к пониманию творчества, автор останавливается на точке зрения Л.С. Выготского, который разделял, с одной стороны, репродуктивную (воспроизводящую) деятельность как опирающуюся на память и, с другой — творческую, предполагающую создание новых образов или действий. Именно творческая активность делает человека существом, не только обращенным в будущее, но и созидающим его.

От общих положений автор переходит к описанию особенностей творчества в детском возрасте и касается различных его видов — художественного, музыкального и игрового, уделяя при этом особое место словотворчеству. В книге, к сожалению, речь идет преимущественно о дошкольниках, в то время как еще Выготский показал наличие глубокой внутренней связи между творческим воображением и умственной деятельностью на протяжении всего периода взросления.

Что касается практической направленности издания, то оно может быть представлено как теоретическое основание для предстоящей работы с детьми. Читатель не найдет в книге ни конкретных поурочных разработок, ни описаний содержания возможных занятий, ни тем более советов родителям. Однако материал книги позволит читателю разработать план своей деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В заключение хочется обратить внимание на манеру авторского изложения. Детское творчество представлено не как область научного исследования с последующим приложением полученных результатов лишь к небольшому числу наделенных особым даром детей. Отношение к ребенку как к созидателю своей будущей жизни, а заодно и нашей с вами, приятно отличает данное издание.

**Михаил ЖДАНОВ**

# Осенний калейдоскоп

## Модификация игры «Калейдоскоп» М.Р. Битяновой

Эта игра была разработана для праздника «День именинника», в котором участвовали опекунские и приемные семьи, воспитывающие детей, чьи дни рождения приходятся на осень.

**Елена БОЕВА**

ведущий специалист  
отдела образования администрации района

**Марина УКОЛОВА,  
Ольга ФИРСОВА**

специалисты по сопровождению замещающих семей,  
р. п. Мордово, Тамбовская область

**П**ри подготовке праздника мы столкнулись с двумя основными трудностями. Во-первых, возраст именинников составлял от 6 до 17 лет. Непросто подобрать упражнения и игры, интересные для любого возраста. Во-вторых, дети проживают в разных населенных пунктах района и большинство из них не знакомы друг с другом. Нужно было преодолеть отчужденность участников, не допустить образования микрогрупп по месту жительства и конфликтов.

Праздник начался с традиционных поздравлений. Затем именинники представили свои таланты. Была организована экспресс-выставка поделок. Всех поразил девятилетний мальчик, который вяжет крючком прекрасные салфетки, прихватки, шарфики. Среди девочек тоже оказалось немало искусных рукодельниц.

Когда участники немного познакомились, началась игра «Осенний калейдоскоп», в которой приняли участие не только дети, но и родители. Апогеем игры стала постройка башен. Даже у скептиков загорелись глаза. Все башни оказались абсолютно разными, не похожими одна на другую.

В конце праздника дети и взрослые бережно передавали друг другу зажженную свечу, оберегая ее маленький теплый огонек. У каждого нашлось доброе пожелание для соседа.

**Цели игры:** развитие коммуникативных навыков; формирование навыков совместной деятельности; повышение уверенности в себе; преодоление ригидности мышления.

**Оборудование:** лист ватмана с нарисованными на нем контурами кругов калейдоскопа, наборы цветных карандашей или фломастеров, листы бумаги формата А4, цветные ленты, шнурки, 2–3 куклы с длинными волосами, корзина, муляжи грибов, нитки, 2–3 рулона неширокого скотча, 2–3 монеты одинакового достоинства, зубочистки, фигурки из цветной бумаги для бумажного калейдоскопа: облака (по числу присутствующих семей), кленовые листья, ягоды рябины, лепестки, груши и яблоки (по числу участников); клей, настоящие яблоки; музыкальное сопровождение.

### ХОД ИГРЫ

**1-й ведущий.** *Сегодня здесь собрались именинники, родившиеся осенью. Это любимое время года А.С. Пушкина, время, когда дети во всей России после летних каникул идут в школу, время сбора урожая. А еще осень — это пора ярких красок. Леса одеваются «в багрец и золото». Пылают алые гроздья рябин. В садах поспевают яблоки и груши. В цветниках радуют глаз астры, хризантемы, циннии и георгины. Это прощальное буйство красок напоминает калейдоскоп.*

**2-й ведущий.** *Наша игра так и называется «Осенний калейдоскоп». В настоящем калейдоскопе цветные стеклышки или кусочки пластмассы разной формы, красивые сами по себе, вместе образуют удивительные, неповторимые узоры. Закройте на минуту глаза и представьте себе, что волшебница Осень превратила всех вас в цветные стеклышки — красные, оранжевые, желтые, зеленые, голубые... Ваши грани сверкают на солнце, и от этой сияющей пестроты становится легко и весело.*

**1-й ведущий.** *Посмотрите на этот белый лист ватмана. В ходе игры на нем будут появляться волшебные узоры калейдоскопа.*

**2-й ведущий.** *Подул ветер. Закружились люди-стеклышки, перемешались, и во внешнем круге калейдоскопа начал складываться первый узор.*

### Первый круг — «Облака»

Каждая семья получает бумажное облако и представляет себя с помощью рисунка на нем. Это может быть семейный портрет или какой-то символ семьи. Затем семьи выходят, показывают свои рисунки и коротко поясняют, что они означают. Облака с рисунками приклеиваются во внешнем круге бумажного калейдоскопа.

### Второй круг — «Кленовые листья»

**1-й ведущий.** *Снова волшебница Осень закружила стеклышки.*



*И они приняли форму листьев.* (Все участники получают по 1 кленовому листику из бумаги.) *Листья разных цветов и оттенков, но среди них есть пары совершенно одинаковых по цвету. Найдите свою пару. Вам с партнером предстоит выполнить общее задание.*

Ведущие приглашают по 2–3 пары участников, которым достались листья одинакового цвета. Правую руку одного участника и левую руку другого связывают ленточкой. Каждый может действовать только свободной рукой.

Задания парам:

- нарисовать осенний пейзаж;
- заплести косичку из лент (цветных шнурков);
- завязать бантик кукле;
- собрать грибы в корзинку.

После выполнения задания листики попарно приклеиваются во втором круге бумажного калейдоскопа, образуя новый узор.

### Третий круг — «Рябинки»

2-й ведущий. *А Осень продолжает играть со стеклышками. Превратила она их в ягоды рябины. Только необычные — разноцветные.* (Все участники получают по одной яголке. Среди них три яголки одинакового цвета.) *Найдите такие же яголки, как у вас.*

Задания для троих участников.

#### «Скульптор, Модель и Глина»

Участники распределяют роли Скульптора, Модели и Глины.

Скульптору завязывают глаза. Модель принимает какую-то позу и замирает. Скульптор ощупывает Модель, а затем «лепит» такую же фигуру из Глины, то есть придает Глине такую же позу, как у Модели. Когда все Скульпторы окончат работу, зрители определяют, кто из них сумел точнее передать позу Модели в своей «скульптуре». Если игра идет достаточно динамично и есть время, желательно, чтобы каждый участник побывал в разных ролях.

#### «Властелины кольца»

Каждая тройка получает кольцо (рулончик неширокого скотча) с привязанными к нему на равных расстояниях тремя нитками длиной 1,5–2 м каждая. Три участника становятся по кругу на расстоянии примерно полтора метра друг от друга, и каждый берет в руки по одной нитке. Их задача: действуя синхронно, опустить кольцо точно на мишень — лежащую на полу монетку. В первый раз участники могут переговариваться друг с другом. При втором выполнении упражнения разговаривать запрещено.

По три яголки одного цвета наклеивают в третьем круге.

#### Четвертый круг — «Цветы»

1-й ведущий. *Вспомнила волшебница Осень, как много у нее цветов, и превратила людей-стеклышки в лепестки.* (Участники получают ле-

пестки — по 4 лепестка одинакового цвета.) *Закружились лепестки в пестром хороводе и объединились в цветочки по четыре.*

В группах по 4 человека участники строят башни, используя только листы бумаги формата А4 и зубочистки. Затем выбирается самая красивая башня, самая высокая, самая прочная, самая необычная. Важно, чтобы все башни были отмечены. По окончании работы лепестки приклеивают в 4-й круг, образуя цветы.

#### Внутренний круг — «Плоды»

2-й ведущий. *Наш калейдоскоп почти готов. Пуста только середина. Волшебница Осень решила заполнить ее своими плодами. Превратила она стеклышки в яблоки и груши.*

Каждый участник получает яблоко или грушу из цветной бумаги и рисует на них пиктограммы, изображающие его настроение, затем приклеивает плоды в середину калейдоскопа.

1-й ведущий. *Наш калейдоскоп готов. Закройте глаза и превратитесь из стеклышек снова в людей.*

#### Рефлексия игры

2-й ведущий. *Щедрая Осень награждает вас за активное участие настоящими плодами. Каждого, кто получает плод, мы просим сказать несколько слов об игре. Что вам понравилось, а что не понравилось? Почему? Что дала вам игра? Хотите ли вам продолжать общение с другими участниками? ●*

#### ЛИТЕРАТУРА

Битянова М. Непредсказуемая мозаика. Психологическая игра для детей 3–5 классов // Школьный психолог. — 2001. — № 2.

Грецов А., Бедарева Т. Психологические игры для старшеклассников и студентов. — СПб.: Питер, 2008.

Клюева Н.В., Филиппова Ю.В. Общение. Дети 5–7 лет. — Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2001.

# Станьте «Учителем цифрового века»!

Получите именной сертификат  
и индивидуальный код доступа к качественным цифровым  
предметно-методическим материалам!



Индивидуальный код доступа, полученный в рамках проекта «Школа цифрового века», позволит вам адресно и бесплатно получать электронные журналы Издательского дома «Первое сентября» в любом объеме. Материалы изданий можно читать on-line, скачивать на компьютер, распечатывать, использовать на уроке.

## **Заявки на участие в проекте**

принимаются с 15 сентября с.г.

на сайте <http://digital.1september.ru>

Заявку подает руководитель вашего образовательного учреждения или его заместитель.

## **Для школ, участвующих в проекте с 1 января по 30 июня 2012 года, оргвзнос – 2 тысячи рублей.**

Коды доступа предоставляются бесплатно по количеству учителей, указанному в заявке.



Общероссийский проект «Школа цифрового века» по комплексному обеспечению школ адресной методической интернет-поддержкой разработан в соответствии с программой модернизации системы общего образования России. Интернет-сопровождение проекта – Издательский дом «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ».



Подробности на сайте <http://digital.1september.ru>