

# ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

ИЗДАЕТСЯ С 1998 г.  
№ 15 (493)

МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ  
[psy.1september.ru](http://psy.1september.ru)



**с. 14** В какие игры играют в школе?

**с. 54** Современные подростки: специфика поколения информационной эпохи

**с. 26** Как предупредить суицид

**с. 61** Учим детей быть счастливыми

издательский  
дом  
[1september.ru](http://1september.ru)

## Первое сентября | октябрь 2011

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ Подписка: Роспечать — 32898 (бумажная версия), 26122 (электронная); Почта России — 79152 (бумажная версия), 12769 (электронная)

[ в номере: ]

Гильдия

Марина БИТЯНОВА

**Зеркало изменений**

*Психологический мониторинг*

4

Маргарита ПОПОВА

**Предощущение успеха**

*Новые аспекты преподавания психологии в школе*

9

Кирилл КАРПЕНКО

**Игры, в которые играют в школе: игры между детьми**

14

Точка зрения

Евгений ПЯТАКОВ

**Как не стать «мальчиком для битья»**

*Принципы превентивного поведения*

18

Метод в теории и на практике

Наталья САКОВИЧ

**У последней черты**

*Содержание антисуицидальной профилактической работы в учреждении образования*

26

Вячеслав ЗАЙЧИКОВ,

Александра БУГАЕВА,

Анна АЛЕНЬКИНА

**Заходи, если хочешь найти выход**

*О безопасном интернет-пространстве*

32

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

Вместе с учителем

Надежда БОЛСУНОВСКАЯ

**Первые шаги**

*Психологическое сопровождение внедрения НОС*

35

Елена БАРКОВСКАЯ

**Поддержка — что это такое?**

*Занятие для педагогов*

41

Конкурс

Анна БЕРДНИКОВА

**«Как дела?»**

*Функции фразы в контексте детско-родительских отношений*

46

Татьяна СТОРОЖЕНКО,

Денис КРАСНОБАЕВ

**Диагностика открытий**

*Сотрудничество психолога с учителем-предметником*

49

Из первых рук

Владимир СОБКИН

**Связь поколений**

*Интервью*

54

Календарь

58

Книжный шкаф

60

Игротека

Ирина СТИШЕНОК

**Две сказочные игры**

61

УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ЧИСТЫЕ ПРУДЫ»

Зарегистрировано

ПИ № ФС77-44311 от 18.03.11

в Министерстве РФ по делам печати

Подписано в печать: по графику 10.09.11,

фактически 10.09.11 Заказ №

Отпечатано в ОАО «Чеховский

полиграфический комбинат»

ул. Полиграфистов, д. 1,

Московская область, г. Чехов, 142300

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:

ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165

Тел./Факс: (499) 249-3138

Отдел рекламы: (499) 249-9870

[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:

Телефон: (499) 249-4758

E-mail: [podpiska@1september.ru](mailto:podpiska@1september.ru)

**!** Уважаемые подписчики бумажной версии журнала «Школьный психолог»!

Теперь вы можете получать и электронную версию нашего журнала. Для этого:

1. Зайдите на интернет-сайт [www.1september.ru](http://www.1september.ru)
2. Зарегистрируйте личный кабинет (если у вас его еще нет)
3. В личном кабинете в разделе «Издания/Коды доступа» введите код SE-33124-38204

Методический журнал для педагогов-психологов  
Издаётся с 1998 г.  
Выходит один раз в месяц  
Распространяется по подписке  
Цена свободная Тираж 5000 экз.

## 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

**Игорь ВАЧКОВ**

главный редактор

**О**ктябрь — это месяц кипучей деятельности для педагога-психолога. Уже утверждены и начали реализовываться планы работы на новый учебный год. Запущены программы коррекционно-развивающих занятий для младших школьников, тренингов для подростков и семинаров для педагогов. Осуществлено психодиагностическое обследование «новеньких» — детей, только что поступивших в школу. Проведен мониторинг когнитивной и эмоционально-личностной сфер учащихся, обработаны и описаны результаты. Вовсю идут консультации родителей. А еще приходится вместе с учителями планировать работу по формированию универсальных учебных действий, предусмотренных новыми, только что введенными образовательными стандартами...

Работы — море. Но это не пугает. Замечательно, что, во-первых, должность педагога-психолога сохранилась в штатном расписании вашего образовательного учреждения (увы, не везде это так), а во-вторых, мы по-прежнему вместе: вы и ваш журнал «Школьный психолог», на страницах которого все, что нужно для эффективной работы. В этом номере и статья Марины Битяновой, посвященная проведению мониторинга в школе, и заметки Надежды Болсуновской о сути психологического сопровождения новых образовательных стандартов, и рассказ Евгения Пятакова, как не стать в школе «мальчиком для битья», и авторская психологическая игра для подростков, старшекласников и взрослых Ирины Стишенок, и много других полезных материалов.

Завершение первой четверти уже на горизонте. Желаю вам успеть сделать все, что намечено! ●

# Зеркало изменений

## Психологический мониторинг

**Марина БИТЯНОВА**

кандидат психологических наук,  
руководитель Центра  
«ТОЧКА ПСИ»

«Проводим мониторинг», «осуществляем мониторинг» и даже совсем просто и буднично — «мониторим»... Конечно, компьютер пока подчеркивает нам это слово, не желая рассматривать его как нечто грамматически правильное. Но, несмотря на сопротивление компьютера, данные слова и словосочетания вошли в жизнь педагога и психолога образования. А вместе с ними в нашу работу «постучались» новые виды деятельности и даже новые профессиональные обязанности.

Можно ли считать, что мониторинг — это зеркало тех серьезных изменений, которые происходят в образовании и в деятельности тех, кто с ним связан?

Есть довольно веские основания дважды ответить «да» на последний вопрос: да, изменения происходят и да, мониторинг — их отражение.

Начало разговора  
о мониторинге см. в № 14/2011

**М**ониторинг — система сбора, обработки, хранения и распространения информации об объекте, которая ориентирована на информационное обеспечение управления, то есть позволяет судить о состоянии объекта в любой момент времени и может обеспечить прогноз его развития.

В образование мониторинг пришел в последние годы как инструмент, обеспечивающий управление. Значит ли это, что до этого момента управление в образовании не осуществлялось или что оно было неэффективно? Конечно, нет. Были другие инструменты, сообразные тем задачам, которые перед образованием (и управлением ситуацией в образовании) стояли. Приход мониторинга означает появление в нашей сфере деятельности задач, которые требуют именно такого инструмента управления. Инструмента, обеспечивающего

систематическое отслеживание ситуации и прогнозирование ее развития (в том числе — последствий).

Это значимый момент в нашем разговоре о мониторинге. Он выводит нас на три важных следствия:

«Мониторят» **то, чем** управляют.

«Мониторят» **тогда, когда иначе невозможно** управлять ситуацией.

«Мониторит» **тот, кто управляет**, или «мониторят» **для того, кто управляет**.

Если мы разберемся с этими положениями, мы многое поймем про мониторинг.

**ИТАК, «МОНИТОРЯТ» ТО, ЧЕМ УПРАВЛЯЮТ.**

Иначе зачем отслеживать? Что мы сможем сделать с ситуацией, которая не нами создана или нам неподвластна? Эти вопросы выводят нас на разговор о **предмете** мониторинга в образовании вообще и в деятельности психолога в частности.

*Предметом мониторинга* в образовании могут быть различные явления, состояния, представления, которые можно рассматривать как *результат* или как *следствие* чьей-то целенаправленной деятельности. Скажем, профессиональной деятельности педагогов, или психологов, или управленцев, или педагогического

коллектива в целом. Результат вырастает из цели, поэтому, *исследуя результаты, мы тем самым отслеживаем эффективность процесса деятельности*. Следствие тоже возникает не само по себе, оно является результатом чьей-то деятельности и свидетельствует о ее качестве или эффективности.

Так, итоги ЕГЭ (не отдельного выпускника, а ежегодные обобщенные данные) могут стать предметом мониторинга эффективности образования. Параметры здоровья учащихся из года в год могут быть предметом мониторинга негативных последствий современного образования.

Таким образом, предметом мониторинга могут быть результаты и следствия чьей-то целенаправленной деятельности или развития ситуации. Но не только. Можно мониторить и сам процесс деятельности, то, как деятельность выстраивается, насколько она целесообразна, рациональна, этична, экологична и пр. Предметом мониторинга могут быть учебный процесс, процесс психологического сопровождения ребенка, процесс интеграции ребенка с ОВЗ в массовую школу и др.

Предмет конкретного мониторинга может быть сложным, то есть включать и процесс, и результат. Например, мониторинг качества образования включает в себя изучение как образовательного процесса, так и образовательных результатов учащихся.

Предметом мониторинга может быть то, что нам подвластно, то, что подлежит управлению и чем управлять в принципе возможно: процесс целенаправленной деятельности, ее результаты или ее последствия.

Все это очень важно для понимания места и роли мониторинга в работе психолога.

---

**«МОНИТОРЯТ» ТОГДА, КОГДА ИНАЧЕ НЕВОЗМОЖНО УПРАВЛЯТЬ СИТУАЦИЕЙ.**

Мы уже говорили о том, что мониторинг — сложная, трудоемкая

и затратная процедура. К счастью, далеко не все ситуации требуют для своего управления систематического отслеживания. Во многих случаях достаточно контроля итогового. Или промежуточного и итогового.

Когда же трудно эффективно управлять ситуацией без мониторинга? Приведем несколько наиболее важных случаев.

1 Ситуация постоянно меняется, и это требует коррекции целей и/или подходов к их достижению. Проще говоря, жизнь меняется, дети меняются, что не может не влиять на образовательные цели и средства их достижения. Но чтобы правильно поставить цель, нужно понимать, как именно меняется ситуация и как эти изменения влияют на получаемый нами результат.

2 Ситуация развивается в проектном режиме. В этом случае важно и то, что ситуация *развивается* (а значит, постоянно меняется), и то, что эти изменения *целенаправленны*. Нами же спроектированы. Или являются следствием реализации наших планов. В данном случае чрезвычайно важно отслеживать и процесс, и возникающие последствия.

3 Результат, который мы хотим получить, «выращивается» постепенно, долго. Мы знаем, что без соблюдения определенной этапности и последовательности действий к нему не прийти. Нам нужно постоянно отслеживать процесс движения к результату, для того чтобы свои действия корректировать.

Чуть дальше мы поговорим о том, в деятельности каких специалистов системы образования и по какому конкретному поводу могут возникать случаи, требующие мониторинга.

---

**«МОНИТОРИТ» ТОТ, КТО УПРАВЛЯЕТ, ИЛИ «МОНИТОРЯТ» ДЛЯ ТОГО, КТО УПРАВЛЯЕТ.**





И это утверждение выводит нас на размышления о субъекте мониторинга и фигуре заказчика.

Данные мониторинга по-настоящему важны только тому специалисту, который понимает, что с ними делать, для кого за цифрами и процентами стоят ответы на вопросы об эффективности принятых мер, о причинах неудач, о динамике запланированных изменений и пр. И главное, они необходимы тому, кто имеет право принимать решения и что-то менять в ситуации.

Такой специалист может сам разрабатывать и проводить мониторинг или выступать заказчиком его проведения. Скорее даже второе, так как разработка мониторинговой программы и проведение самого исследования требуют и времени, и определенной квалификации.

Существуют, как минимум, **четыре позиции** включенных в мониторинг людей.

**Субъект мониторинга** — тот, кто управляет данной ситуацией и нуждается в информации для принятия верных решений. Он может быть еще и **заказчиком**, если не собирается сам разрабатывать и проводить мониторинг, а планирует передать эту работу другим. Заказчик/субъект мониторинга — главная позиция. Он задает цель, определяет предмет мониторинга и принимает решения на основании полученных данных.

**Разработчик** — тот, кто владеет научными представлениями о предмете и технологией разработки мониторинга и может создать программу мониторинга для заказчика, а затем грамотно описать данные на количественном и качественном уровнях.

**Исполнитель** — тот, кто проводит мониторинг и осуществляет первичную обработку данных на основе четких инструкций разработчика.

**Респондент** — тот, на основании чьих ответов или поведенческих реакций судят о ситуации.

Субъект мониторинга может быть одновременно разработчиком и исполнителем. Разработчик может осуществлять также функции исполнителя. Это основные совмещения ролей.

Вернемся к главной позиции. Кто в системе образования может быть **ЗАКАЗЧИКОМ МОНИТОРИНГА?** В принципе, самые разные люди и группы людей. Как управленцы, так и специалисты, а также другие субъекты образовательного процесса. Приведем несколько примеров.

Во-первых, команда разработчиков федерального или городского уровня, запустивших экспериментальное или массовое внедрение серьезной образовательной инновации содержательного или организационного характера. Например,

федеральные образовательные стандарты нового поколения. Или модель инклюзивной школы. Им понадобится несколько мониторингов: мониторинг отношения к инновации различных субъектов, мониторинг внедрения инновации, мониторинг результативности инновации и др.

Во-вторых, специалист системы управления образованием городского или регионального уровня, занимающийся вопросами целей и содержания образования. Ему важно видеть закономерности в развитии образовательной ситуации на уровне региона, для того чтобы принимать стратегические решения в отношении изменения образовательной политики.

В-третьих, директор или управленческая команда, разработавшие проект развития своего учреждения и заинтересованные в информации о том, как он продвигается. Им важно отслеживать процесс, шаги своего продвижения, отношение к проекту родителей, педагогов, уровень активности и включенности последних и т.д. Обычные способы контроля не подойдут, они не покажут динамики. Нужен именно мониторинг.

В-четвертых, педагог, который реализует стандарты нового поколения и хорошо понимает, что образовательные компетенции как грибы после дождя не появляются. Что их не сформировать отдельно взятым упражнением или даже темой, а нужно работать в системе, постепенно и поэтапно выращивая те или иные умения. Для того чтобы видеть, как продвигается ребенок и весь класс, насколько эффективно педагогическое воздействие, ему нужен именно мониторинг, а не разовый срез знаний и умений.

В-пятых, классный руководитель, реально занятый воспитанием, а не проведением мероприятий. Воспитательный результат отсрочен, и лишь мониторинг происходящих с детьми личностных изменений поможет ему понять, на правильном ли он пути.

Все эти специалисты заинтересованы в отслеживании процесса

и результата собственной деятельности, поскольку могут на основании получаемой информации принимать решения, менять подходы, привлекать новые ресурсы. То есть управлять ситуацией и собственной деятельностью. У одних задачи и возможности управления распространяются на большие системы, у кого-то — на собственную деятельность и небольшую группу учащихся, но возможности управлять процессом и результатом есть у них у всех.

А что же **ПСИХОЛОГ**? Является ли он субъектом и заказчиком мониторингов? Ответ кажется на первый взгляд таким очевидным и однозначным! Чем же, как не мониторингом, является проводимая нами систематическая психологическая диагностика? Все эти наши батареи тестов, которые мы проводим практически каждый год и результаты которых аккуратно заносим в карту развития или иной аналогичный документ!

Не будем спешить. И прежде ответим себе на следующие вопросы:

- 1 Собирает ли психолог эту психологическую информацию для кого-то другого, кто управляет психическим развитием ребенка в образовании?
- 2 Управляет ли он сам теми психическими процессами, феноменами и качествами, которые выявляет в процессе своей диагностики?
- 3 Отвечает ли проводимая диагностика главному процедурному требованию мониторинга: систематическое отслеживание по одним и тем же показателям с помощью одного и того же измерительного инструмента?

Отрицательный ответ на первый вопрос очевиден.

Со вторым вопросом сложнее. Конечно же, большинство измеряемых нашей диагностикой показателей развития не подлежит «ручному» управлению с нашей стороны. Мы об этом подробно говорили в предыдущей статье. Ну

кто тут, смелый, заявит, что профессионально управляет ситуацией развития мышления, памяти, внимания ребенка?

Но какие-то конкретные стороны развития могут становиться предметом профессионального проектирования. Есть же хорошие психологические программы, удачные проекты, обеспечивающие устойчивый развивающий эффект! Внутри таких программ и проектов может быть востребован мониторинг. Иногда достаточно входной и итоговой диагностики, а в ряде случаев может понадобиться отслеживание процесса развития, для того чтобы создать оптимальные условия для каждого ребенка. Другое дело, что для его проведения будет очень нелегко найти подходящий диагностический инструмент.

На третий вопрос хочется ответить не просто «нет», а «нет и не нужно!». Диагностика, о которой сейчас идет речь, на профессиональном языке называется «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 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. Похоже на мониторинг? Да, но не по существу дела. Скрининг не является мониторингом ни по целям, ни по процедурам. Его цель — не столько отслеживать, сколько выявлять. Выявлять детей, которым сейчас сложно.

Анализ динамики интересует нас не для принятия решений и определения тенденций, а большей частью с точки зрения становления психологических причин трудностей и «запущенности» случая. На каждом возрастном

этапе мы делаем акцент на тех аспектах развития, которые особенно важны, от которых прежде всего зависит решение задач возраста и успешность обучения. Поэтому показатели меняются. И уж тем более на разных возрастных этапах применяются разные процедуры диагностики, поскольку мы полностью зависим от того банка методик, который существует в современной науке.

Наша традиционная систематическая диагностика — это не психологический мониторинг. Ни по факту, ни по целям. Можно ее превратить в мониторинг? В принципе да, но тогда субъектом и заказчиком такого мониторинга будет уже не психолог образовательного учреждения, а кто-то другой. Психолог-практик в таком случае окажется в позиции исполнителя. Ему самому такой мониторинг не нужен, так как он не управляет всей ситуацией психического развития учащихся.

Делаем **ВЫВОД**: психолог образовательного учреждения или психологического центра может быть субъектом мониторинга эффективности собственных развивающих и коррекционных про-

грамм. Но этим не исчерпывается роль психолога в проведении образовательного мониторинга. Поскольку именно он может выступать тем специалистом, который разрабатывает и проводит мониторинги для тех, «кто управляет», то есть для заказчиков. А в качестве таковых могут выступать и управленцы, и педагоги.

Речь идет о довольно многочисленной группе мониторингов, которые могут быть названы «психолого-педагогическими» и «социально-психологическими».

Вот только несколько примеров:

- мониторинг психологической безопасности образовательной среды, заказчиком которого могут выступать управленцы;
- мониторинг развития метапредметных и личностных универсальных учебных действий, заказчиками которого могут быть как управленцы, так и педагоги;
- мониторинг отношения к школе субъектов образовательного процесса, в котором могут быть заинтересованы директор или команда, разрабатывающая для учреждения программу развития.

Что роднит все эти мониторинги? Психологическая природа их

предмета. Они нацелены на *отслеживание результатов и процессов педагогического и социального характера, в основе которых лежат психологические механизмы.*

Психологическая безопасность среды, универсальные учебные действия, отношение к школе — психологические феномены и процессы. Разработка мониторинга во всех случаях потребует не только технологических (а мониторинг — это технология), но и серьезных психологических знаний о предмете. Первые легко наработать любому специалисту, вторые требуют серьезно психологического образования.

Уверена, что из многих психологов могут получиться квалифицированные разработчики мониторингов для различных заказчиков системы образования. Для этого им нужно освоить технологию мониторинга и научиться применять свои профессиональные психологические знания для разработки теоретической модели его предмета в каждом конкретном случае.

О технологии разработки мониторинга мы поговорим в следующей раз. ●



Дополнительный материал см. на диске







# Предошущение успеха

## Новые аспекты преподавания психологии в школе

В 1999 году в психологии открыто новое направление исследований, называемое «позитивная психология». Проведенные во многих странах мира эксперименты создают теоретические основания для эффективной работы психологов-практиков в различных областях, в том числе образовательной, воспитательной, социальной. В этой статье рассматривается, каким образом новый подход может быть реализован в работе с подростками на уроках психологии в школе.

**Маргарита ПОПОВА**

*Институт педагогических  
и психологических исследований  
Роскильдского университетского центра,  
Дания*

*[margopopova@hotmail.com](mailto:margopopova@hotmail.com)*

*Фото автора*

**В** конце первого года обучения один из моих учеников закончил сочинение «Что такое психология?» фразой: «Я думал, что психология — это легкий предмет, а на самом деле трудный, потому что надо слушать самого себя».

Легкий? Трудный? И для чего он нужен — этот новый предмет? Вопросы, на которые у нас всегда должен быть готов ответ: ученикам, родителям, директору школы и самим себе.

Размышляя на эту тему, я всегда обращаюсь к одному удивительному факту: несмотря на кипучую работу на уроках психологии и довольно большое интеллектуальное напряжение, сравнимое с занятиями математикой, ученики тем не менее отмечают эффект расслабления, наступающий после занятий. Именно этот факт позволяет мне относить уроки психологии к разряду здоровьесберегающих технологий.

В этой статье мне хотелось бы рассказать, какое развитие получила наша методика преподавания психологии с тех пор, как в 2000 году была опубли-

кована книга «Психология как учебный предмет в школе».

Описанное в статье отражает мой четырехлетний опыт преподавания психологии учащимся русской субботней школы в Копенгагене, а также работы с участниками международных летних лагерей.

Мысль Сократа о том, что «знание о себе нас изменяет» получила новое яркое подтверждение, как и на первом этапе эксперимента в 1988–1992 гг. То, какие именно изменения происходят, зависит от конкретных субъектов учебного процесса, от нюансов методики преподавания и от задач, которые преподаватель психологии ставит перед собой на каждом уроке.

Здесь я представлю некоторые новые методические приемы и учебные задания, которые показали свою эффективность в работе с моими учениками. Эти задания и приемы разработаны в смысловом контексте, называемом «позитивная психология».

*Позитивная психология как направление научных исследований и психологической практики было официально провозглашено президентом Ассоциации психологов США Мартином Селигманом на съезде американских психологов в 1999 году. Как формулирует основы этого подхода сам Селигман, позитивная психология покоится на трех китах: изучение позитивных чувств, выявление положительных черт характера и исследование позитивных явлений.*

*Уметь фокусировать внимание на сильных сторонах своей личности и своих достоинствах, а также на сильных сторонах и положительных качествах своих партнеров по жизни — позиция более выгодная для личности, чем поиск своих недостатков и критика. Этой теме посвящены многочисленные исследования, в последние годы интенсивно проводимые психологами по всему миру. И, надо сказать, представленные ими доказательства впечатляют.*

*Материалы V Европейской конференции по позитивной психологии, проходившей в Копенгагене в июне 2010 года, убеждают в том, что положительное отношение к себе и позитивное мышление — это ключ к проблеме психического и психологического здоровья. В течение четырех дней 600 участников из 50 стран с пяти континентов обсуждали новые возможности психологии в консультировании, коучинге, обучении, воспитании, психотерапии, бизнесе, социальной практике.*

*Для нас, авторов курса, принципиально важно, что уроки психологии могут работать как программа психологической поддержки развития и становления личности и что эта программа может учитывать особенности конкретной личности и отвечать потребностям определенного возраста.*

*Такая направленность учебного материала выводит и учеников и учителя в поле положительных переживаний, позитивных мыслей и оптимистических перспектив, то есть создает ситуацию, в которой легко предвосхитить успех.*



Проиллюстрирую некоторыми примерами, как может работать этот подход на уроках психологии.

### **Пример 1 Классная работа. Упражнение-игра**

#### **«Мои пять положительных качеств»**

Методика проведения игры состоит из пяти кругов вопросов-заданий, каждый из которых постепенно расширяется и углубляется. Ученики сидят на стульях, поставленных полукругом.

Первый круг: продолжить фразы «Я люблю ...», «Я не люблю...». Когда все ученики, прошли этот этап, никого не пропуская, учитель предлагает следующий: «Продолжить фразу: «Самое-самое...» Третий круг: «Напишите пять своих положительных качеств». Четвертый круг: «А теперь напишите еще пять своих положительных качеств». После этого предлагается прочитать, кто что у себя нашел (если дети не возражают, конечно, в моей практике не было случая, чтобы кто-то возражал). Пятый круг: «А теперь давайте назовем те качества, которые мы видим у N, но он сам их не назвал».

Дальше каждый участник высказывает свое видение положительных качеств N.

Количество достоинств увеличивается с каждым высказыванием, и только успеваешь удивляться, как много хорошего мы друг в друге на самом деле видим. Это упражнение предоставляет возможность не только увидеть, но еще и высказать свое положительное отношение вслух. Понятно, что после такого занятия ребята расстанутся друзьями.

Наибольшего эффекта это упражнение достигает тогда, когда задания выполняются письменно: в четырех кругах участник пишет сам, в пятом высказывания фиксирует преподаватель психологии. Через некоторое время преподаватель оформляет каждому из участников игры два «документа» — оба имеют для ребят, а также их родителей, если дети их показывают, огромное значение.

Один «документ» называется «Путь самопознания» — то, что участник написал о себе сам.

Второй — «Личностный паспорт» — состоит из достоинств, которые ему «собрали» другие.

В эффективности, силе и привлекательности для учеников этого упражнения легко убедится каждый психолог.



**Пример 2**  
**Домашнее задание.**  
**Сочинение «Что я умею делать лучше теперь, чем раньше»**

Давая это задание, обращаем внимание на то, что в сочинении надо описать те умения, достижения, которые связаны с уроками психологии, то есть рассказать, как повлияли на твою жизнь уроки психологии. Это повод для интроспективного анализа, необходимого для продвижения вперед.

Подростки довольно четко отслеживают связь между обучением и событиями своей жизни, причем иногда это влияние оказывается для нас, преподавателей психологии, совершенно неожиданным. Так, один из моих учеников написал: «Психология многому тебя учит, если ты этого хочешь, потому что на психологии ты учишься познавать самого себя, а также улучшать свои качества и умения, познавать новые качества и умения. Чем больше ты знаешь о себе, тем более открытым ты становишься. Например, до того как я начал ходить на психологию, мои

рисунки были без позы и выражения, как будто они были без души. А теперь у них есть выражение и поза, потому что я стал думать над рисунком и потому что я стал более открытым».

**Пример 3**  
**Домашнее задание.**  
**Сочинение «Путешествие в страну женских достоинств»**

Предварительно проводится работа в классе: обсуждаются смежные темы, читаются притчи и научно-популярные тексты, так или иначе настраивающие на волну нужных размышлений — психологических особенностей женской половины человечества. Работа на темы мужских и женских достоинств приурочивается к 23 февраля и 8 марта и занимает по три занятия.

Выдержка из одного сочинения: «Женщины обладают такими достоинствами, как обаятельность и привлекательность. Я читала биографию Анджелины Джоли, у нее есть верность. Женщина должна иметь и другие достоинства, такие как терпение, чувство долга, надежность и великодушие. Я знаю одного человека, у которого все эти качества есть. Это — моя мама».

**Пример 4**  
**Прием, завершающий год, тему или конкретный урок.**  
**Классная работа.**  
**Упражнение «Закончи предложение «Я благодарю уроки психологии за то, что...»**

Упражнение проводится тогда, когда необходимо подчеркнуть значение какой-то темы или вывести учеников на уровень осознания и формулирования психологического знания. Это необходимый и продуктивный этап работы — рефлексия, позволяющая ученику понять ценность приобретенных им знаний и умений. В этом случае психологическая



реальность — уже созданная и пережитая в учебном процессе — превращается в знание и закрепляется в качестве основы для следующего этапа интеллектуальных и личностных приобретений. И главное — это шанс для ученика косвенно похвалить себя за свои усилия и свои достижения в учебном процессе.

### Пример 5 Формальное подтверждение и закрепление успеха

В конце года ученики получают «вещественное доказательство» своих успехов на пройденном пути. Это может быть открытка с фотографией и прилагающимся кратким резюме о том важном, что происходило на уроках, и с акцентом на тех теоретических знаниях, которые были получены в течение года. Например: «Дорогая Настя! Поздравляем тебя с успешным окончанием 1-го года курса «Психология»! На уроках психологии Ученики узнали об Общем, что объединяет всех людей, и Особенном, что являет каждого как ценность, что интересно и увлекательно улучшать свои умения и качества и приобретать новые умения и качества, что основные принципы успешной жизни — «ПОЗНАЙ САМОГО СЕБЯ!» и «ВЕРА В СЕБЯ» и что секрет успеха — «УМЕНИЕ СЛУШАТЬ!» Главное приобретение Учеников в курсе «Психология»: мы не просто одноклассники, мы — друзья!» (Подпись: «С уважением, Русская школа при РЦНК, Копенгаген, 2008».)

По окончании второго года обучения ученики получили ДИПЛОМ, которым они, кстати, очень гордятся, с соответствующей надписью: «Выдан Саше Хольм за отличные успехи в курсе психологии в период обучения с 2007 до 2009 года. Программа обучения включает теорию психологии, решение

практических психологических и педагогических задач, методики по самоисследованию, саморазвитию и самосовершенствованию. (Подпись: «Русская школа при Российском центре науки и культуры, директор центра, преподаватель психологии».)

После вручения дипломов вручается еще и памятный подарок, имеющий прямое отношение как к идейной направленности уроков психологии, так и к психологии вообще — книга Ричарда Баха «Чайка по имени Джонатан Ливингстон». Эту книгу я представляю ученикам как любимую книгу-гимн студентов факультетов психологии, что позволяет ученикам почувствовать себя частью целого — частью сообщества психологов.

### Пример 6 Экзамен по психологии

Учебный год мы завершаем традиционно экзаменационными работами. Экзамен по психологии, как и положено экзамену, проходит в свободный от других уроков день, в течение 3–4 часов с перерывами. Цель экзамена — не контроль и оценивание знаний, а самооценка как компонент формирования учебных действий. То есть задача проведения экзамена — создание для учеников специальной учебной ситуации, в которой они могут целенаправленно обобщить, осознать, описать качество и количество своих достижений по предмету «психология». Оценка за экзамен ученикам ставится — поскольку им нравится получать хорошие оценки. Конечно, ученики получают всегда наивысший балл. А как же иначе можно оценить работу над собой?! Но при этом каждый ученик получает свою собственную «пятерку» и знает, за что.

Таким образом, мы применяем на экзамене очень условное оценивание ученика. В большей степени



на экзамене мы оцениваем свою работу — преподавателя психологии.

На экзамене мы используем четыре различные формы: работу с тестами, устную презентацию темы, письменное сочинение и групповую презентацию на доске полученных за год знаний и наиболее важных событий, произошедших в жизни благодаря психологическим знаниям и умениям.

Экзаменационные тесты — это ассоциативный тест «Пятиминутка» [4, с. 241–246], методика «Диагностика усвоения знаний» [4, с. 232–241] и «Понятийный учебный тест», в котором предлагается дать определение 7–8 фундаментальным понятиям психологии, как, например, психика, сознание, личность, самосознание, самопознание, если, конечно, работа с этими понятиями велась в течение года.

Темы экзаменационных сочинений (одна на выбор): «Что для меня уроки психологии?» и «Что такое психология?». Могут быть и другие темы.

Устная презентация темы делается на основании предварительно проведенной подготовки. Список тем (порядка 15) раздается за месяц до экзамена.



Групповая экзаменационная презентация учебного материала происходит следующим образом. Каждому из учеников предлагается выйти к доске и написать то, что он считает самым важным приобретением в этом учебном году: понятия, с которыми познакомились, значимые изменения, — то, чем конкретно был ценен данный учебный год. Каждому ученику — по одному высказыванию на доске.

Например, после второго года обучения у нас доска была заполнена следующими понятиями и событиями: «отношение к себе», «познать самого себя», «позитивное мышление», «общение», «больше стали общаться между собой», «получение диплома и сертификата», «конструктивное взаимодействие», «умение слушать», «позитивная психология — взгляд на жизнь», «речевое поведение», «гендерная психология», «отсутствие напряжения и стресса».

Как показывает наш опыт преподавания, курс психологии практической направленности может быть



залогом успешного продвижения подростка в учебе, в личностном и социальном развитии, а также является действенным инструментом в решении им конкретных жизненных задач.

В заключение отметим, что сходные программы с похожими целями активно разрабатываются американскими психологами. Так, Дэниэл Гоулман в своей книге «Эмоциональный интеллект» в главе «Расширенная миссия школ» прямо говорит о введении психологических знаний в школу как о выходе из положения в ситуации массового асоциального поведения различных подростковых групп.

В приложении к книге он опубликовал краткое содержание психологических программ для школьников, которые имеют место в США в системе школьного образования. Как название, так и содержание этих программ перекликаются с нашими разработками: эмоциональная грамотность, познание самого себя и социальная компетентность, в том числе осознание себя в системе отношений с другим человеком и творческий подход к разрешению конфликтов.

Мартин Селигман в книгах «Новая позитивная психология» и «Ребенок-оптимист» тоже указывает, что профилактические программы для подростков обладают огромным ресурсом для развития и построения ими позитивных жизненных перспектив, а результаты обучения по этим программам признаны эффективными. ●

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. — М.: АСТ, 2009.
2. Давыдов В.В. Виды обобщения в обучении. — М., Педагогическое общество России, 2000.
3. Забродин Ю.М., Попова М.В. Психология в школе. — М.: Центр профориентации и психологической поддержки населения, 1994.
4. Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе. — М.: Владос, 2000.
5. Селигман М. Новая позитивная психология. — М.: София, 2006.



[ гильдия ]

# Игры, в которые играют в школе: игры между детьми

Многие читатели наверняка заметили в названии статьи намек на культовые «Игры, в которые играют люди» Эрика Берна. Знаменитый американский психотерапевт описал в своей книге множество самых разных игр. Мы хотим дополнить этот список играми, встречающимися в школьной жизни.

**Кирилл КАРПЕНКО**  
педагог-психолог,  
МБОУ СОШ № 134,  
Красноярск  
kekarpenko@mail.ru  
Фото автора

## Чучело

Название игра получила от одноименного фильма Ролана Быкова, показывающего некую форму взаимоотношений между детьми. В психологической литературе такая игра обычно описывается понятием «моббинг».

Моббинг (от англ. *Mob* — толпа) — это форма психологического насилия в виде травли члена коллектива. Чаще всего моббингу подвергаются дети, чем-то отличающиеся от большинства: стилем одежды, физическим недостатком, музыкальными предпочтениями и др. Также высокий риск подвергнуться насмешкам есть у новеньких и мигрантов, плохо владеющих языком.

Моббинг может проявляться в оскорблениях, угрозах, физическом насилии, негативной оценке жертвы и ее деятельности, отказе в доверии, препятствовании учебному процессу (прячут школьные принадлежности жертвы).

В этой игре водящим является сама жертва, которая извлекает из нее все возможные выгоды. Другой вариант моббинга описывается в игре «Изыян».

В фильме очень хорошо показан широчайший арсенал средств, с помощью которых Чучело вызывает на себя огонь.

Водящий провоцирует одноклассников своей глупостью («Я же тогда ничего не понимала, я думала: они мне рады, а они смеялись»), покладистостью (улыбка в ответ на подножку, отклик на «чучело»), берет чужую вину на себя («Людям нужно помогать»), делает эксцентричную прическу.

Вероятно, самый большой выигрыш для Чучела лежит во внутренней социальной сфере: хотя водящего все презирают, но благодаря игре он получает «поглаживаний» больше, чем самые популярные одноклассники. Чучело зачастую является центром жизни класса.

Согласно теории игр весь процесс воспитания сводится к научению ребенка определенным играм. Этой игре Чучело, вероятно, также учится в семье: родители Чучела играют в «Бейте меня», «Почему такое случается именно со мной?», «Поношенное платье» и другие игры из этой группы.



Рис. 1. Эксцентричная прическа — провокация Чучела



Рис. 2. Взяла чужую вину на себя — провокация Чучела

В роли Сочувствующего выступает кто-то из родственников, друзей, учителей или школьный психолог.

Антитезисом к игре будет безразличная реакция на провокации водящего.

Впрочем, в данном случае указание на антитезис делается сугубо в теоретических целях. Поскольку Агрессоры получают в игре огромный выигрыш в виде самоутверждения, убедить детей не поддаваться на провокации Чучела практически невозможно.

Перевод Чучела в другой класс или школу проблему не решит: в новом классе Водящий с первых минут начнет ту же самую игру.



Рис. 3. Внутренняя социальная выгода — центр жизни класса

Наиболее перспективна работа с виктимным поведением (поведением жертвы) водящего. Собственно, в фильме Ролана Быкова и показано, как героиня Кристины Орбакайте в ходе самоанализа смогла понять и в разговорах с бабушкой озвучить свои ошибки в общении с одноклассниками. Через повышение самооценки, уверенности в себе, через выработку конструктивных навыков общения можно добиться отказа Чучела от игры. Полезным может оказаться использование фильма «Чучело» в ходе коррекционной работы.

Важно также провести работу с родителями водящего, направленную на проработку их игр.

### Анализ

**Тезис:** «Я — чучело: бейте меня».

**Антитезис:** «Нам нет до тебя никакого дела».

**Цель:** мученичество.

**Роли:** Чучело, Агрессоры, Сочувствующий.



Рис. 4. Внешняя социальная выгода — беседы с бабушкой

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый.  
Взрослый: «Я такой, какой я есть».

Взрослый: «Ты похож на своих родственников».

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Ребенок.

Ребенок: «Я — чучело: бейте меня».

Ребенок: «Ну держись, мы тебе покажем!»

### Ходы:

- 1) провокация — насилие;
- 2) страдание — сочувствие.

### Выгода:

1. Внутренняя психологическая — жалость к себе.
2. Внешняя психологическая — избегание изоляции.
3. Внутренняя социальная — «Чучело».
4. Внешняя социальная — времяпрепровождение «Почему такое случается со мной».
5. Биологическая — обмен транзакциями презрения.
6. Экзистенциальная — «Мне всегда не везет».

### Изыян

Берн пояснил эту игру следующим образом: «Эта игра является основным источником мелких ссор в повседневной жизни: играет она с позиции угнетенного Ребенка «Я ни на что не гожусь», которую защитный механизм превращает в позицию Родителя «Они ни на что не годятся». Следовательно, транзакционной проблемой игрока является необходимость доказать последнее утверждение. Поэтому игроки в «Изыян» чувствуют себя неуверенно с новыми людьми, пока не отыщут у них изыянов... Внутренняя психологическая выгода состоит в преодолении депрессии, а внешняя — в возможности избежать близости, которая способна прояснить изыяны самого Уайта. Уайт чувствует себя вправе отказаться от общения с немодной женщиной, небогатым человеком, не арийцем, не очень образованным или не уверенным в себе человеком, а также с импотентом».

Это тоже вид моббинга. В школьной практике дети обычно ищут недостатки не в группе сверстников, а в каком-то одном ребенке. Отличить эту игру от «Чучела» можно по реакции жертвы. Ребенок, являющийся объектом травли в этой игре, хотя и извлекает из своей роли какие-то выгоды, но водящим не является и теряет от этой игры гораздо больше, чем приобретает, поэтому реагирует либо невротизацией, депрессией и суицидом (пассивная форма протеста), либо ассертивным поведением (активная форма протеста).

**Ассертивное поведение** — это прямое, открытое поведение, когда человек хладнокровно отстаивает свои права. Агрессивное и ассертивное поведение могут выглядеть одинаково, но цели поступков позволяют их различить: агрессия направлена на уничтожение и господство; ассертивность не имеет целью нанесение кому бы то ни было вреда, цель — защита своих интересов.

По правилам игры Жертва должна реагировать пассивно. Ассертивность разрушает игру, являясь анти-тезисом. Нам известно несколько случаев, когда этот вариант моббинга был прекращен таким образом. Школьный психолог, конечно, не может брать на себя ответственность предложить школьнику физическое насилие как способ борьбы с моббингом. Но нужно заметить, что зачастую речь идет лишь о демонстрации уверенности, то есть если Жертва только покажет решимость, игра уже будет разрушена.

Здесь, как и в игре «Чучело», нужно в первую очередь работать над повышением самооценки и уверенности в себе как Жертвы, так и Агрессоров. Уверенные в себе дети не занимаются травлей других и никому не позволяют над собой издеваться. В литературе описаны различные упражнения, направленные на повышение самооценки, например: «Реконструкция позитивного образа через детские воспоминания», «Мне в тебе нравится...», «Хва-сталки», «Копилка хороших поступков».

Можно рекомендовать детям заняться каким-либо видом спорта: физическое развитие увеличивает уверенность в себе. Можем посоветовать посмотреть фильм «Храброе сердце». В этом фильме есть яркий пример различия мотивации избегания неудач и мотивации достижения успеха. 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 (т.е. избежать неудачи). Уоллесу же удалось убедить их остаться, принять бой, возможно, погибнуть, но погибнуть свободными (т.е. добиться успеха). Шотландцы остались на поле, приняли бой и победили. Смелость города берет.

Для кинотерапии также подойдут фильмы «Последний самурай», «Нокдаун», «Маэстро с ниточкой», «Форрест Гамп». В большинстве этих кинолент много насилия. Но насилия много и в реальной жизни. И, на наш взгляд, фильмы, показывающие, как люди сохраняют спокойствие в самых тяжелых, опасных обстоятельствах, благотворно сказываются на нравственном развитии.

Стоит заметить, что обе игры в моббинг связаны и могут переходить друг в друга. Так, Чучело при чрезмерной агрессивности одноклассников может ощутить себя настоящей Жертвой и искренне желать прекращения игры. Напротив, ребенок, не по своей воле ставший жертвой моббинга, может очень быстро оценить все преимущества своего положения и перейти в роль Чучела.

Нужно всегда помнить, что моббинг — игра опасная и является не только психологической проблемой, поэтому требует участия других специалистов. Если говорить о моббинге как форме насилия в школе, а не только как о трансакционной игре, то способами борьбы может стать внимательное на-

блюдение персонала школы за происходящим на территории школы, обязательный разбор выявленных случаев моббинга, в том числе с привлечением сотрудников милиции, родителей и учеников, никак не участвующих в моббинге. В крайнем случае можно перевести ребенка, подвергающегося издевательствам, в другую школу.

Иначе говоря, взрослые должны вообще запрещать детям играть в любой вариант моббинга.

**Людмила Петрановская:** «...конфронтация необходима. Не конфронтация с конкретными глупыми детьми, а конфронтация с правилами, по которым сильный имеет право бить слабого. Конфронтация с травлей как насилием, как болезнью, отравой, моральной ржавчиной. С тем, чего не должно быть, что нельзя оправдывать. С тем, от чего любой ребенок должен быть защищен, — и точка».

### Анализ

**Тезис:** «Я лучше, чем ты».

**Антитезис:** «Мне нет до тебя никакого дела».

**Цель:** самоутверждение.

**Роли:** Агрессоры, Жертва.

**Социальная парадигма:** Родитель — Ребенок.

Родитель: «Ну вы посмотрите, какой он чумазый».

Ребенок: «Я случайно испачкался».

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Ребенок.

Ребенок: «Подойди поближе, потому что на твоём фоне мои недостатки труднее заметить».

Ребенок: «Только не бей меня».

**Ходы:** агрессия — страдание.

**Выгода:**

1. Внутренняя психологическая — защита от депрессии.
2. Внешняя психологическая — избегание близости, которая может обнаружить недостатки водящих.
3. Внутренняя социальная — «Изьян».
4. Внешняя социальная — времяпрепровождение «Изьян».
5. Биологическая — обмен «поглаживаниями» гнева и страха.
6. Экзистенциальная — «Я идеален».

### Клуб

Целью этой игры является удовлетворение потребности в принадлежности и потребности ощущать свою уникальность. Группа ребят объявляет, что у них клуб или что-то другое в зависимости от фантазии. С теми, кто не состоит в клубе, они не общаются или общаются только по необходимости. У них как бы есть некая тайна, которая их объединяет.

Члены клуба будто бы лучше всех остальных, чем-то отличаются от других. Чтобы попасть в клуб, нужно пройти одно или несколько испытаний. Поскольку члены клуба сами не знают, чем они отличаются от остальных, то придумать рациональные задания для претендентов они не могут. Поэтому



задания даются курьезные, сложные, требующие смелости, например: просидеть всю перемену в туалете для учителей или пройтись по школе с надписью «Пни меня».

Нужно заметить, что фантазия наших школьников не хуже, чем у студентов Гарварда. В американских университетах игра «Клуб» имеет давнюю историю и официальное оформление. Там претенденту в члены клуба могут дать задание носить с собой живую курицу целый день. Игра, в общем-то, безобидная, только вот такие оригинальные вступительные испытания могут не понравиться обществу защиты животных и завучу по воспитательной работе.

### Анализ

**Тезис:** «Мы избранные».

**Антитезис:** «Мы тоже избранные».

**Цель:** самоутверждение.

**Роли:** Избранные, претендент.

**Социальная парадигма:** Родитель — Ребенок.

Родитель: «Стать одним из нас не так-то просто».

Ребенок: «Я готов на всё».

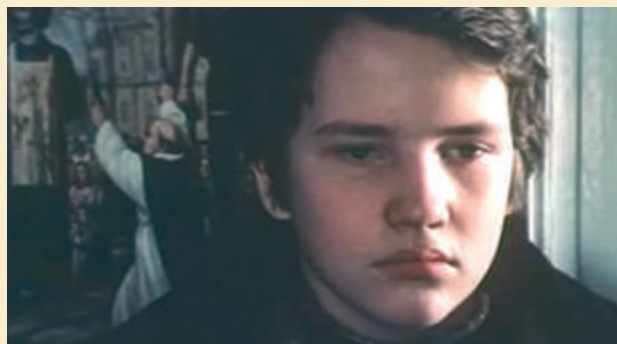
**Психологическая парадигма:** Ребенок — Ребенок.

Ребенок: «Вместе не так страшно».

Ребенок: «Мне страшно одному».

### Ходы:

1) демонстрация элитарности — заявка на участие в клубе;



2) предложение испытания — выполнение испытания (вступление в клуб).

### Выгода:

1. Внутренняя психологическая — удовлетворение потребности в аффилиации.
2. Внешняя психологическая — избегание изоляции.
3. Внутренняя социальная — «Мы — избранные».
4. Внешняя социальная — «У нас клуб».
5. Биологическая — обмен «поглаживаниями» презрения и заботы.
6. Экзистенциальная — «Я лучший». ●

⊕ Дополнительный материал см. на диске

(Продолжение следует)

## НОВАЯ КНИГА!



### Дедушка А. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БАНЯ Опыт проведения тренинга личностного роста с учениками и учителями одной школы



Эта книга необычна. Во-первых, по жанру. Фактически это стенограмма хода тренинга, написанная в публицистической манере: ярко, живо, подробно, так, что читатель поневоле погружается в атмосферу тренинга и становится его «участником». Во-вторых, сам тренинг необычен и по форме, и по содержанию, и по составу участников. В нем участвуют «обитатели» одной школы — и ученики, и учителя, а цель его — «нравственное очищение» (недаром называется тренинг «Психологическая баня»). Ну и в-третьих, в этой книге мы как издатели впервые позволили себе вступить в диалог с автором: возражать ему, задавать вопросы и выслушивать ответные возражения и аргументы. Эта дискуссия является неотъемлемой частью книги и, как нам кажется, представляет для читателя отдельный интерес.

В общем, если вы работаете с подростками, ведете группы или задумываетесь над воспитательными возможностями тренинга личностного роста, то обратите внимание на книгу «Психологическая баня» — она для вас!

[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»

# Как не стать «мальчиком для битья»

## Принципы превентивного поведения

Что делать, если тебе  
причиняют боль твои одноклассники?  
Как такого не допустить  
и как бороться с этим злом?

**Евгений ПЯТАКОВ**

психолог,  
Москва

*Чтобы быть пацифистом,  
нужно быть очень сильным человеком.*

**Гюстав Лебон,  
отец социальной психологии  
и автор легендарной книги  
«Психология толпы»**

**О**днажды на специализированном интернет-форуме о «проблемных» детях я наткнулся на любопытную дискуссию. Началась она с истории, рассказанной обычным мужчиной — не педагогом: в классе, где учится его племянник-подросток, появился «типа крутой разрядник-каратист». Используя свои навыки, он начал безжалостно третировать весь класс. Что сделал рассказчик? Потратив пару вечеров, он поставил племяннику несколько простых, но эффективных боксерских ударов. Итог: «с тех пор этот «разрядник» выкрикивает свои оскорбления издалека, близко подходить не решается».

Естественно, на рассказчика посыпались упреки в стиле: «Вы совершенно не правы, теперь ваш племянник будет думать, что все проблемы можно решить кулаками. Он не научится нормально общаться, договариваться» и т.д.

«Какой бред! — подумал я. — Прямо как наши психологини-первокурсницы». Но вступать в дискуссию не стал — лень было регистрироваться, да и форум оказался малопопулярным. Тема была

забыта, а потом вдруг всплыла в виде предельно конкретного вопроса «Что делать?», заданного напрямую мне.

Дело было так: я давал в 6-м классе урок на тему «Психологическая боль, и как мы неосознанно причиняем ее друг другу». После урока ко мне подошли два ученика и сказали: «Ну ладно. Как определить, причиняешь ли ты другому боль, — мы поняли. А что делать, если тебе самому причиняют боль? Как это прекратить?»

Да, я мог бы попробовать отделаться общими словами о необходимости достойной встречи жизненных испытаний, мог бы попытаться пригласить для беседы обидчиков, учителей, родителей всех вовлеченных сторон, провести групповую беседу, тренинг толерантности... Но этот вариант показался мне очень долгим, трудоемким и малоэффективным. Ведь можно уговорить конкретных хулиганов оставить моих подопечных в покое. Но если последнее, сами того не понимая, будут и дальше выставлять себя жертвами (я это предположил и оказался прав), то новые обидчики найдутся всегда.

К сожалению, большинство известных педагогов и психологов-гуманистов не дают четкого ответа: что конкретно можно сделать в такой ситуации? (Разве что Макаренко, чьи приемы, однако, не всегда можно воспроизвести, и Виктор Франкл с его опытом выживания в Освенциме.) Хуже того, в тот момент мне отчетливо вспомнился жестокий, но справедливый упрек, высказанный некогда в адрес Януша Корчака — одного из величайших педагогов-гуманистов

XX века. Упрек был таков: «Януш Корчак сделал все, чтобы облегчить участь своим подопечным-сиротам, защитить их от жестокостей и несправедливости жизни. Но не научил их одному: бороться с жестокостью и несправедливостью жизни...»

Поэтому я обратился к опыту других людей — порой настоящих «монстров» с точки зрения некоторых наивных гуманистов. Среди них были как здравствующие, так и почившие не один век назад: Никколо Макиавелли (книга «Государь»), Конрад Лоренц (книга «Агрессия»), Александр Гуров (книга «Красная мафия»), Юрий Антонян (книга «Психология убийства»), Михаил Литвак (книга «Психологический вампиризм»), Вадим Шлахтер (книга «Человек-оружие»), Игорь Губерман (книга «Прогулки вокруг барака») и др. Всех их я знал благодаря маленькому невинному хобби — интересу к криминальной, военной, манипулятивной психологии, а также к иным «неподобающим» темам.

Но именно эти «неприличные» интересы и воспоминания о собственном подростковом опыте помогли мне дать действительно ценные советы двум обычным пацанам. А еще через неделю я услышал от них: «Спасибо! Больше не «достают» — сами дружить предлагают».

Как мне удалось добиться подобного результата и как его можно повторить? Об этом статья.

## **ЛЬВА И СПЯЩЕГО ОБХОДЯТ. ЗАЙЦА ПОХОДЯ ВСЕ БЬЮТ**

*У сильного всегда  
бессильный виноват...*

**И.А. Крылов. Волк и ягненок**

Сначала о том, как была разрешена проблема двух мальчишек 12 лет. Описание персонажей: физическое развитие — нормальное для их возраста. Интеллект — выше среднего. Характер — бойкий, но несколько робкий. Проблема: к ним иногда грубо приставали и задевали сверстники — обычная история двух «ботаников».

Я попросил ребят привести конкретные примеры типичных «наездов». Первый рассказал: «Стою, читаю книжку, никого не трогаю. Но почти всегда кто-нибудь подскочит и выбьет книжку из рук...»

Я попросил парня показать, как он обычно стоит. Он показал. Картина — как и ожидалось. Я щелкнул его на камеру мобильного телефона и показал фотографию. На ней мальчишеская фигурка,



неуверенно ссутулившаяся над книжкой, всем своим видом словно говорила: «Пожалуйста, не бейте меня. Я маленький и слабый». Второй из ребят подтвердил: «Да, человека, читающего в такой позе, так и хочется пнуть».

После этого я задал ребятам вопросы: что выражает данная поза? Какие желания она пробуждает у любителя подраться? Почему? Что должны выражать поза и поведение человека, чтобы желание подраться с ним не возникало? Как такая поза может выглядеть?

Далее я сам взял книжку и продемонстрировал позу, в которой можно читать, но при этом показывать готовность к отпору, легко держать в поле зрения происходящее вокруг. Выпрямил спину, прислонился к стене обеими лопатками, поместил книгу чуть ниже уровня глаз — поверх страниц было отлично видно все, что происходит вокруг.

После этого мы перешли к обсуждению проблемы, как выглядит и ведет себя типичная жертва и как — «крутой парень». Чем первый персонаж привлекает, а второй — отпугивает потенциальных агрессоров, даже если у него всего лишь средняя физическая подготовка.

Потом началось обсуждение других типичных проблем. Для начала рассмотрели ситуацию, когда «в шутку» пристают, хватают за руки. В роли хулигана выступил я: взял одного из ребят за руку и попросил показать, как он будет вырываться, если его так же станет хватать кто-то из ровесников. Как и ожидалось, мой подопечный начал выдергивать руку — довольно вяло и неуверенно. Словно говоря: «Ну не надо! Ну отстань, пожалуйста...»

Тогда я предложил взять за руку меня. Он взял. Коротким и жестким рывком я выдернул руку. Парень даже ойкнул от неожиданности. «Ну, что? — спросил я. — Возникает желание дальше испытывать меня на прочность? Почему?» Ответ был очевиден. После этого я объяснил ребятам, как правильно делать такие освобождающие рывки (не требующие особой физической силы), и они немного потренировались друг на друге. Также я показал, как, выкрутив собственную напряженную руку под неудобным для противника углом, можно вырвать ее из захвата. В приложение к этому упражнению я показал ребятам, как лучше смотреть на хулигана сразу после освобождения от его захвата — взглядом уверенного в себе человека, готового дать отпор (угрюмым, колючим, исподлобья).

**Примечание.** Алгоритм упомянутого рывка примерно повторяет алгоритм классического хлесткого удара кулаком во многих восточных единоборствах. Сперва рука полностью расслабляется и провисает как плеть. Затем делается рывок с одновременным предельным напряжением всех мышц руки. Сила рывка при этом становится очень высокой.

От простого перешли к сложному. К классическим грубым захватам, которые резвящиеся подростки часто применяют друг к другу. Два наиболее типичных: обхватывание жертвы руками сзади поперек туловища или удушающий захват шеи типа «замок».

**Примечание.** Просто поразительно, сколь зажатым бывает «мышечное мышление» типичных тихонь и «ботаников» в таких ситуациях. Они словно забывают, что человеческое тело — сложнейшая гибкая машина, а не примитивная шарнирная кукла. На этом и играют хулиганы — хватают такого «ботаника» сзади и смеются над его вялыми и неумелыми попытками вырваться. А ведь для того чтобы вырваться, не нужны никакие особые приемы. Хватает простой гибкости «мышечного мышления».

**Пример из личной биографии.** Благодаря регулярной «борьбе без правил» с отцом где-то до 12 лет, мое «мышечное мышление» было развито весьма неплохо и регулярно ставило в тупик ровесников — классических борцов того же дзюдо. Я дрался «неправильно». Например, получив подсечку, не падал, «как положено», словно бревно. Напротив — уже в полете или при падении инстинктивно изворачивался, сцеплялся в расслабившегося противника всеми конечностями и, используя вес собственного тела и инерцию движения, тянул противника вслед за собой. Неожиданно для себя тот оказывался на полу. Нередко подомной, обалдевший и возмущенный (КАК ЭТО?..).

Это «мышление» я и попытался пробудить в ребятах. Поскольку физически они были примерно равны, я попросил одного применить ко второму один из типичных захватов (вполсилы), а второго — попробовать освободиться привычным для него способом. Затем предложил несколько очевидных для меня, но неожиданных для них способов высвобождения. Принципиальное отличие этих способов заключалось в том, что все они имели не пассивно сопротивляющийся, а активно атакующий характер. Затем я предложил ребятам придумать свои способы по тому же принципу.

**Пример.** Первый участник упражнения, стоя сзади, зажимает шею второго в удушающий замок. Вторым, схватившись руками за руку соперника, давящую ему на горло, пытается оттянуть ее вниз и разорвать удушающее кольцо. Бесполезно. Слишком удобно чисто физически положение душиителя и слишком неудобно — удушаемого. Что реально может сделать последний? Сразу же, не раздумывая, наклонить голову вперед и с силой втянуть ее в плечи (защита горла). Затем вспомнить несколько простых и очевидных вещей.

*Во-первых, одна рука свободна, и этой руке доступно множество слабых мест на теле противника: лицо, волосы, уши, пах, солнечное сплетение — для удара локтем.*

*Во-вторых, резким рывком положение тела тоже можно изменить на более выгодное: развернуться внутри удушающего кольца из рук и оказаться лицом к лицу с душителем. И тогда, помимо прежнего «поля деятельности», открываются новые. Грудь и живот соперника — для ударов кулаками, пах — для удара коленом и т.д. Не обязательно сразу бить сильно. В конце концов, это же не борьба за выживание. Кроме того, есть и более гуманные, но не менее «доходчивые» типы ударов. Например, тычки под ребра костяшками полусогнутых пальцев.*

*В-третьих, руки даже самого сильного сверстника не выдержат долго вес тела — твоего или его собственного. Так подогни ноги и повисни в его захвате. А потом резко встань и снова повисни. А потом наклонись, чтобы он лег тебе на спину и потерял опору под ногами. А потом помотайся из стороны в сторону. Важно помнить, что ты на сопротивление тратишь гораздо меньше сил, чем соперник на твое удержание. Ведь ты задействуешь мышцы и вес всего туловища, он же противостоит тебе только мышцами рук.*

Следующим этапом стало обсуждение типичных страхов и заблуждений, которые мешают ребятам оказывать полноценное сопротивление обидчикам, привлекают к ним внимание последних (об этом см. в следующей части).

Для подтверждения сказанного я попросил ребят вспомнить те случаи, когда они проигрывали обидчикам, и наоборот. Эти случаи мы сравнили и проанализировали, чтобы понять, где действия ребят были ошибочными, а где — правильными.

Наконец, я особенно подробно объяснил, что те знания и навыки, которые ребята сегодня получили, можно применять только для самообороны и предупреждения насилия со стороны одноклассников. Что эти знания и навыки, по большому счету, очень поверхностны и примитивны и помогают только в мелких стычках с обычными сверстниками и мелкими хулиганами — не матерыми драчунами, привыкшими к жестоким потасовкам. Если ребята хотят научиться драться по-настоящему, нужно идти в специальную секцию.

Не знаю, что именно и в каком количестве усвоили мои «ученики», но уходили они прямо-таки полыхая отвагой и боевым азартом. Через неделю сообщили, что все проблемы с «наездами» решены наилучшим образом. Потом я и сам стал замечать, как они с удовольствием на равных участвуют в беззлобных пацанских «разборках» со своими одноклассниками. А поскольку от учителей не посту-

пало жалоб на бывших тихонь, принцип «не навреди» был соблюден.

Перед началом следующей части особо отмечу: предложенные формы и способы поведения рассчитаны на те классы, в которых нет устойчивых прокриминальных и криминальных межличностных отношений. То есть унижение сверстников и проявления насилия не носят постоянного, сложившегося и сознательного характера. И поэтому бывает достаточно изменить некоторые особенности своего поведения, чтобы перестать быть объектом регулярных провокаций со стороны одноклассников.



## ПОЧЕМУ АНГЕЛЫ ПО ЗЕМЛЕ НЕ ХОДЯТ...

Тактика — БОТВА! Главное — НАСТРОЙ!  
Огородник Копатыч  
из мультсериала «Смешарики»

То, что сейчас будет сказано, может не понравиться многим людям, уверенным, что человек изначально добр, совершенен и пр. А также тем, кто думает, что всегда и со всеми можно договориться сразу без помощи кулаков или хотя бы без предварительной ненавязчивой демонстрации силы.

В действительности множество фактов доказывают обратное. А именно, что люди, стоящие по тем или иным причинам на низкой ступени нравственного и социального развития, очень часто для достижения своих целей сперва пробуют насилие в той или иной форме. И только осознав его невыгодность для себя (наткнувшись на жесткий отпор), переходят к переговорам или оставляют человека в покое.

**Пример исторический.** *Очень многие племена, находящиеся на уровне первобытно-общинного строя (так называемые дикари), при первых встречах с европейцами вели себя, мягко говоря, недружелюбно. Чаше всего осыпали их градом копий и стрел из засады — даже не попробовав заговорить. Что касается тех же индейцев во времена их борьбы с европейцами, то для их поведения было типично следующее.*

*Едут молодые воины по прерии. Видят — вдалеке движется караван. Он им как будто ни к чему, но хочется «повеселиться», показать свою «крутизну». Разворачиваются и с гиканьем-свистом несутся в атаку. Стреляют из луков, мечут копья и томагавки — убивают всех. Затем хватают что попало из имущества убитых, остальное бросают. Если же ситуация складывается иначе — с караваном едут несколько хороших стрелков с ружьями, то, потеряв несколько человек убитыми и ранеными, brave ребята-индейцы разворачиваются, отъезжают на безопасное расстояние, а затем мирно и спокойно направляются обратно к каравану со словами вроде: «Ребята, мы все поняли — без обид. Давайте мирно торговать. У нас есть на обмен то-то, а у вас что?»*

*Могут возразить, что нередко европейцев встречали вполне мирно — как того же Христофора Колумба. На это можно ответить, что Колумба испугались, как только увидели его «огромные пироги с растущими на них деревьями без листьев».*

Но вернемся к нашей теме. Как же помочь ученику, которого регулярно третируют в классе? Чаше

всего, за исключением особенно тяжелых случаев, достаточно честно и откровенно обсудить с ним несколько ключевых вопросов.

- 1) Зачем обижают?
- 2) Кого обижают?
- 3) Как выбирают постоянную жертву?
- 4) Почему становятся жертвой? Как ею не стать?

Как выйти из этой роли?

- 5) Цена превращения в жертву.
- 6) Что лично ты сделал, чтобы стать или не стать жертвой?

Большая часть вопросов имеет простой конкретный ответ, к которому подростка нужно подвести. Попробуем эти ответы дать.

### **Зачем обижают?**

Чтобы получить удовольствие от реакции на оскорбление, провокацию и др. Или доставить удовольствие людям, в чьих глазах хотят возвыситься.

#### **Рекомендации**

А) Вспомни, что именно в твоей реакции на обиду доставляет удовольствие обидчикам.

Б) Подумай, почему таким же образом не обижают твоих товарищей — порой даже более слабых физически.

В) Подумай, почему именно тебя именно такой тип «наезда» так глубоко задевает; подумай, как перестать реагировать на такие «наезды».

Г) Подумай, как можно изменить свою реакцию, чтобы она больше не доставляла удовольствия обидчикам, а еще лучше — отбила охоту провоцировать твою реакцию.

### **Кого обижают?**

Того, от кого не ожидают жесткого физического и психологического отпора. Считают слабаком или неспособным припомнить зло.

#### **Рекомендации**

а) Оцени свое реальное физическое состояние. Ответ себе честно, позволяет ли оно объективно, если ты вдруг перестанешь бояться, давать жесткий отпор попыткам одноклассников на тебя «в шутку наехать». Если нет, то тебе стоит заняться своей физической формой, чтобы поднять ее хотя бы до среднего уровня. Твоя физическая слабость — не неразрешимая трагедия, а лишь рабочая задача, имеющая вполне конкретные способы решения.

б) Подумай, что в твоём поведении, внешнем виде выставляет тебя слабаком, даже если физически ты нормально развит.

## КАК ВЫБИРАЮТ ПОСТОЯННУЮ ЖЕРТВУ?

Как правило, жертву ищут путем осознанного или неосознанного поэтапного «прощупывания» всех имеющихся кандидатов на эту роль. Очень явно это происходит во вновь образовавшихся детских

группах. Для этого любитель подавлять других начинает понемногу подшучивать над всеми. Особенно над теми, чей вид вызывает подозрение в физической или психологической слабости. С теми, кто сразу жестко огрызается и показывает зубы, больше не шутит. Тот, кто демонстрирует слабинку (обижается, плачет, бесится и неумело машет кулаками), берется на заметку. Над ним хулиган продолжает «шутить» — с каждым разом все жестче и жестче. К хулигану вскоре присоединяются другие любители «повеселиться».

#### *Рекомендации*

а) Вспомни, не «прощупывали» ли тебя самого. Когда? Как? В чем при этом была твоя ошибка?

б) Подумай, не «прощупывают» ли тебя в настоящее время.

в) Вспомни, как на такие попытки «прощупывания» реагировали ребята, которых быстро оставили в покое.

г) Подумай, что помешало тебе реагировать так же.

*Пример из личной биографии.* В моем классе несколько лет учился физически крепкий драчун. За эти годы он успел избить не одного человека. Меня — физически более слабого — не трогал, хотя изредка и пытался приставать. Причина: я сопротивлялся. В отличие от других, «проглатывавших» мелкие «шуточные» затрецины и толчки, я начинал злиться, жестко отпихивал

«шутников», резко высказывался. В общем, «обламывал кайф» веселым ребятам и делал шутки над мной неприятными для самих шутников.

#### *Почему становятся жертвой?*

##### *Как ею не стать?*

##### *Как выйти из этой роли?*

Жертвой становятся не только потому, что упускают момент «прощупывания», но и потому, что упорно верят в сказки типа: «Хорошие мальчики не грубят и кулаками не машут», «Попристает-попристает и отстанет. Надо только потерпеть», «Не трогай других, и тебя не тронут». По крайней мере в подростковом возрасте с его тягой проверять на прочность всё и вся — это не работает. Еще одна причина — необоснованные страхи и заблуждения, когда хулигану приписывается какое-то особое могущество.

Чтобы не стать жертвой, нужно выглядеть и вести себя не как жертва. А если уже стал — резко и радикально изменить свое поведение, свою реакцию на провокации. Вполне можно приготовить морально и физически, а затем дать один или несколько «показательных боев» одному или нескольким наиболее ярым обидчикам. Возможно, это кончится синяками и «фонарем» под глазом. Главное — доказать, что издевательство над тобой перестало быть безопасным развлечением. И ни в коем случае не сдаваться. Ведь, как показывает



практика, жестче всех издеваются даже не над теми, кто сразу сдался, а над теми, кто сдался, чуть-чуть посопротивлявшись.

**Рекомендации**

1) Посмотри на себя со стороны. Ответь себе, на кого ты похож: на слабака или на «настоящего пацана». Обрати внимание на свою осанку, походку, манеру поведения (не суетлив ли), выражение лица, типичные реакции на провокации. Измени ситуацию. Например, запишись в секцию. Поверь, когда твои мышцы окрепнут, ты почувствуешь себя совсем иначе — и физически, и психологически. Правильная осанка, походка, уверенность в себе придут без труда.

*Пример. Однажды я встретил парня, который, сам того не ведая, вылечил меня от одного застарелого комплекса. Просто своим внешним видом. Предыстория такова: я долгое время считал свое телосложение слишком астеничным и хрупким. Стеснялся. Но однажды встретил его — до чьей природной астеничности мне было далеко. С этим парнем природа вроде бы сделала все, чтобы он выглядел хилой оглоблей, шатающейся на ветру и вызывающей соответствующее отношение. Но — ничего подобного. Стоя в группе накачанных приятелей, он общался с ними абсолютно на равных и совершенно не выглядел слабее их. Причина — уверенное поведение и великодушная военно-спортивная, читай — офицерская, выправка. Впрочем, он и был спортсменом, что отражалось не столько на силе его мышц, сколько на фигуре и поведении в целом. Я сделал вывод.*

2) Подумай, а почему, собственно, ты так боишься быть «плохим мальчиком» в критических ситуациях? Почему боишься хулиганов? Переоцени свои страхи. Поверь: хулиган — тоже человек и тоже боится «нарваться». Так дай ему возможность «нарваться» на твой неожиданный отпор. Для этого, в частности, научись быстро переводить свой страх не в панику и ступор, а... в ярость. Она часто служит неплохим заменителем смелости — на первое время.

**Цена непревращения в жертву**

Она очень «страшная». Во-первых, нужно преодолеть свой страх и лень. Сесть и подумать — почему же тебя обижают. А затем поговорить честно и открыто с теми, кому доверяешь и кто может оценить тебя со стороны. Ведь вполне возможно, что это не обижающие тебя ребята плохие, а ты сам «не очень». Эгоист, стукач, сплетник, сеятель раздоров, трус (хотя и называешь это иначе). Таких били всегда и везде с начала времен. И выход тут один — перестать быть таковым. И тогда, вполне возможно, твои враги станут твоими друзьями. Кстати,

присмотрись повнимательнее, а действительно ли в них нет ничего хорошего? Действительно ли они такие законченные негодяи?

Во-вторых, начни работать над собой. Это трудно, но необходимо. Причем не только для того, чтобы решить мелкую проблему сейчас, а чтобы вся твоя жизнь в целом не пошла наперекосяк. Ведь сами собой такие проблемы не решаются, со временем они только усугубляются. И если сейчас тебя изредка шпыняют одноклассники, то потом уже другие люди начнут давить по-настоящему. Например, урезать зарплату, нарушать твои гражданские права, не давать строить карьеру и пр.

В-третьих. Не бойся, что на первое время к тебе приклеится кличка типа «бешеный», «вырубалистый». Она, как правило, недолговечна, зато отбивает охоту проверять, действительно ли ты такой. А значит — и задевать тебя по пустякам. Главное, не злоупотребляй своей новой способностью давать отпор.

**ЧТО ЛИЧНО ТЫ СДЕЛАЛ, ЧТОБЫ СТАТЬ ИЛИ НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ?**

Данный вопрос обсуждается на основе большого объема информации, полученной от конкретного подростка. А поскольку каждый случай уникален, то давать подробные рекомендации я затрудняюсь. Единственное, на чем советую заострить особое внимание, это детальное обсуждение вопросов типа: «Чего конкретно ты боишься? Что тебе мешает? С чего ты это взял?»

Для подтверждения того, что изменения к лучшему возможны, следует прибегнуть к реальным историям из жизни или историческим примерам. Причем особо подчеркивая, что их персонажи — такие же простые люди, как и пришедший за помощью подросток. Кем в детстве были, например, великий русский полководец Александр Васильевич Суворов или актер и культурист Арнольд Шварценеггер? Тощими и хилыми подростками, на которых и внимания-то никто не обращал, пока они сами собой не занялись.

\* \* \*

Возвращаясь к началу — к истории, рассказанной неизвестным мужчиной о своем племяннике, хочу сказать, что он был абсолютно прав. Неумение постоять за себя в подростковом возрасте — одна из опаснейших проблем. Ведь в эту пору никто не станет даже слушать сверстника, которого можно забавы ради и совершенно безнаказанно пнуть и унижить. А значит, почти любые переговорные технологии для него бесполезны. Чтобы его стали слушать, его должны начать воспринимать всерьез. И именно на это в конечном счете и направлены все приемы, описанные в данной статье. ●



## Модульные курсы

## «Навыки личной эффективности»

Педагогический  
университет  
Первое сентября

Лицензия 77 № 000349, рег. № 027477 от 15.09.2010, выдана Департаментом образования г. Москвы

**Модульные курсы предоставляют уникальную возможность:**

- начать обучение в любой момент;
- выбирать удобный график освоения материалов и самостоятельно определять срок окончания изучения модуля (минимальный срок обучения – 1 месяц);
- выполнять контрольную работу в режиме онлайн;
- осваивать знания из психологии, менеджмента, экономики, которые позволят: лучше понять себя и других людей; психологические причины возникновения стрессов и различных заболеваний и сохранить свое здоровье; оптимизировать свою деятельность и др.

Нормативный срок освоения каждого модуля – 6 часов. Форма обучения – дистанционная. После успешного окончания модуля выдается сертификат.

**Стоимость одного модульного курса – 200 руб.**

## ПЕРЕЧЕНЬ МОДУЛЬНЫХ КУРСОВ



Тайм-менеджмент,  
или Как эффективно  
организовать свое  
время.



Тайм-менеджмент  
для детей,  
или Как научить  
школьников  
организовывать  
свое время.



Приемы  
конструктивного  
разрешения  
конфликтных ситуаций,  
или Конфликты  
в нашей жизни:  
способы решения.



Профессиональное  
выгорание,  
или Как сохранить  
здоровье  
и не «сгореть» на работе.



Стресс-менеджмент,  
или Приемы  
профилактики  
и преодоления стресса.



Управление имиджем,  
или Как создать  
свой стиль.

**ПОДАЙТЕ ЗАЯВКУ НА ОБУЧЕНИЕ НА САЙТЕ**  
<http://edu.1september.ru>

Получить более подробную информацию можно на сайте, по электронной почте: [module@1september.ru](mailto:module@1september.ru) или по телефону (499) 249-47-82



# У последней черты

## Содержание антисуицидальной профилактической работы в учреждении образования

**Наталья САКОВИЧ**

ведущий психолог отдела  
прикладной педагогической психологии  
Академии последипломного образования,  
г. Минск, Республика Беларусь  
sakovich@academy.edu.by

*Нет того, чего мы хотим.  
Есть то, к чему мы можем приспособиться.*  
**М. Жванецкий**

**Р**абота по профилактике суицида в школе должна проводиться не только с учащимися, но и с педагогами и родителями. Такая работа имеет несколько профилактических уровней: *общий, первичный, вторичный и третичный.*

Задачи **ОБЩЕЙ ПРОФИЛАКТИКИ**: повышение групповой сплоченности детских и педагогического коллективов, оптимизация психологического климата. Они могут быть реализованы в следующих мероприятиях: диагностика ученических и педагогического коллективов с целью уточнения особенностей социально-психологического климата; тренинги сплочения и коммуникативной компетентности в детских коллективах; групповые занятия по профилактике эмоционального выгорания для педагогов; а также другие мероприятия для оптимизации психологического климата (акции, большие психологические игры, конкурсы и пр.).

Как мы видим, на этапе общей профилактики отдельных мероприятий, посвященных тематике самоубийств, нет. Все проводимые на этом этапе мероприятия направлены на содействие адаптации

ребенка и взрослого в учреждении образования. **Адаптация** — это состояние динамического соответствия, равновесия между живой системой (человеком) и внешней средой. В норме все субъекты учебно-воспитательного процесса должны адаптироваться к условиям образовательного учреждения, причем на трех уровнях: физическом, психическом и социальном.

В целях эффективной **физической** адаптации учреждение образования соблюдает режим учебного процесса с учетом возрастных особенностей, раскладку детей в классе с учетом рекомендаций врача, организует питание в школе и др.

**Психологической** адаптации будет содействовать наличие благоприятного психологического климата в учреждении образования, психологическое здоровье педагогов и других субъектов образовательного процесса, учет индивидуальных особенностей учеников и педагогов в процессе организации деятельности, возможностей личностной реализации и др.

Для эффективной **социальной** адаптации важным является наличие сплоченного педагогического и классного коллектива, общие для всего учреждения образования правила и нормы, традиции, ценности и др.

Мероприятия в рамках общей профилактики будут работать на поддержку адаптации, автоматически формируя (усиливая уже имеющиеся) антисуицидальные барьеры.

Для учащихся можно предложить следующее: классные часы «Жизнь прекрасна» (цикл занятий, посвященных жизненным ценностям); акции и флэш-мобы («Мы голосуем за жизнь!», «Улыбка», «Жизнь замечательных людей», «День без конфликтов» и др.). В рамках акций можно провести конкурс фотографий (темы жизненных ценностей), диспуты для старшеклассников («От противостояния к пониманию!»), совместные уроки с учителями истории, русского языка и литературы (например, по произведениям поэтов Серебряного века, В. Шекспира «Ромео и Джульетта» или А.Н. Островского «Гроза»).

Эффективным будет обучение медиаторов (волонтеров) из числа подростков оказанию кризисной помощи (антикризисные, информационные бригады). Что касается специфической диагностики, выявляющей суицидальный риск, то на этом этапе специально она не проводится. Для первичного выявления достаточно наблюдения и анализа (с опорой на маркеры суицидального риска) уже имеющегося диагностического материала.

#### *Задачи психолога на этапе общей профилактики*

- 1 Изучение особенностей социально-психологического статуса и адаптации учащихся с целью своевременной профилактики и эффективного решения возникших трудностей (что уже входит в план мероприятий психолога).
- 2 Участие в создании системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп (система волонтеров, медиаторов по разрешению конфликтов, педагогическая поддержка, психологическое консультирование и др.).
- 3 Участие в разработке и проведении общешкольных и классных мероприятий, целью которых будет содействие формированию позитивного образа Я, уникальной и неповторимой личности, коммуникативной компетентности, ценностного отношения к жизни и др.

**ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА** осуществляется в отношении детей и подростков группы риска, имеющих в наличии три и более факторов суицидального риска. Мы не можем говорить о том, что эти дети обязательно будут реализовывать суицидальные намерения. Но, учитывая наличие комплекса суицидальных факторов, необходимо в отношении этой группы осуществлять профилактические меры.

В первую очередь необходимо провести комплекс мероприятий, содействующих *повышению компетентности педагогов и родителей* в области распознавания маркеров суицидального риска, а также

*оказать поддержку детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации.*

В рамках повышения компетентности педагогов и родителей следует разработать для них памятки, в которых будет содержаться информация, как распознать острое кризисное состояние у ребенка и что делать, если ребенок высказывает суицидальные намерения. Для этой же аудитории целесообразно пригласить медиков с лекцией по проблематике депрессии и суицидального риска. По вопросам проблемных взаимоотношений с ребенком для родителей и педагогов должна быть организована консультативная психологическая помощь.

Каждый случай сотрудники СППС должны оценить с точки зрения сложности, распределить ответственность, решить вопрос привлечения других специалистов (медиков, инспектора по делам несовершеннолетних, специалиста по вопросам опеки и попечительства, юриста и др.), определить примерные сроки, в течение которых будут решены проблемы ребенка, и пр. По сути, это обычная работа по сопровождению подростков группы риска, где дополнительной задачей является профилактика суицидального риска.

Для группы риска уже необходимо проведение *более подробного диагностического обследования*, тем более что это является частью психолого-педагогического сопровождения. Предлагаем следующие методики: Патохарактерологический опросник (Личко), Тест фрустрационной толерантности (Розенцвейга), Опросник суицидального риска (ОСР), Опросник социально-психологической адаптации (Роджерса–Даймонда), Шкала самооценки уровня тревожности (Спилбергер–Ханина), Опросник агрессивности (Баса–Дарки).

Для подростков с выраженным комплексом суицидальных факторов дополнительно можно предложить проективный тест Сильвера «Нарисуй историю», метод незаконченных предложений (Подмазина С.И.), которые покажут область эмоционального напряжения и актуальность намерения.

*Работа с семьей подростка*, попавшего в трудную жизненную ситуацию или испытывающего кризисное состояние, должна носить комплексный характер. Как правило, если в семье есть реабилитационные ресурсы, заинтересованность в помощи, отсутствует фактор алкоголизации, педагог-психолог может справиться сам. Если мы столкнулись с неблагополучной, алкоголизированной семьей или семьей, в которой один из родителей имеет психиатрический диагноз, педагог-психолог не справится самостоятельно. Необходимо разделить ответственность (на консилиуме) со специалистами СПЦ, медиками и др.

#### *Задачи психолога на этапе первичной профилактики*

- 1 На основании анализа наблюдений, текущей диагностики, жалоб учителей, запросов родителей

выделить подростков группы риска, в том числе имеющих комплекс суицидальных факторов (по нашему опыту, почти у всех подростков группы риска или находящихся в социально опасном положении он есть).

- 2 Провести дополнительную диагностику, позволяющую оценить патохарактерологические особенности, уровень тревожности и агрессивности, степень дезадаптации, степень риска по суициду.
- 3 Провести анализ диагностических данных с выходом на рекомендации.
- 4 Участвовать в работе консилиума.
- 5 Участвовать в разработке и реализации индивидуальных программ сопровождения. Включить подростков группы риска в индивидуальные и групповые занятия, целью которых будет: отреагирование эмоционального напряжения, реабилитация коммуникативной компетентности, реабилитация образа Я, развитие фрустрационной толерантности, ранняя профилизация и др., то есть осуществить то, что обычно делает педагог-психолог в рамках коррекционного направления психолого-педагогического сопровождения.
- 6 Реализовать свою часть ответственности при работе с семьей подростка.
- 7 Разработать памятки для родителей и педагогов (как распознать острое кризисное состояние у ребенка и что с этим делать).
- 8 Организовать встречи педагогов и родителей с другими специалистами.

**ВТОРИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА** *осуществляется* с группой учащихся, находящихся в трудной жизненной ситуации и высказывающих суицидальные намерения. То есть работать с теми, кто или косвенно (через записки, дневниковые записи, словесные ключи), или прямо говорит о желании самоубийства. Основная задача — предотвращение суицида.

В первую очередь перед педагогом-психологом стоит задача оценки риска самоубийства. Существует три степени риска: незначительный (наличие суицидальных мыслей без определенных планов), средней степени (наличие суицидальных мыслей, наличие плана без сроков реализации), высокий (есть мысли, разработан план, есть сроки реализации и средства для этого). Оценить степень риска педагог-психолог может, используя следующие диагностические методы: Опросник суицидального риска (ОСР), Карта риска суицидальности, Шкала оценки риска суицида (Патерсона), Шкала безнадежности (Бека).

В рамках каждой из степеней риска существуют определенные **стратегии и действия**.

*Первоочередные (начальные) задачи психолога при незначительном риске*

- 1 Педагог-психолог должен предложить подростку эмоциональную поддержку.
- 2 Проработать суицидальные чувства.
- 3 Сфокусировать внимание на сильных сторонах подростка.
- 4 Направить к психотерапевту (психиатру).
- 5 Постараться встретиться через определенное время и наладить постоянный контакт.

*Задачи психолога при наличии риска средней степени*

- 1 Предложить подростку эмоциональную поддержку.
- 2 Проработать суицидальные чувства.
- 3 Укрепить желание жить (через амбивалентные чувства).
- 4 Обсудить альтернативы самоубийства.
- 5 Заключить контракт.
- 6 Направить к психотерапевту (психиатру) как можно скорее.
- 7 Связаться с семьей, друзьями.

*Задачи психолога при наличии высокого риска*

- 1 Постоянно оставаться с подростком, не оставляя его ни на минуту.
- 2 При необходимости удалить орудия самоубийства.
- 3 Заключить контракт.
- 4 Немедленно связаться с психиатром или опытным врачом, вызвать «скорую помощь» и организовать госпитализацию.
- 5 Информировать семью.

Для педагогов надо организовать индивидуальные и групповые консультации, целью которых будет разработка стратегии взаимодействия с группой риска на период преодоления кризисной ситуации. Для родителей — индивидуальные консультации. В случае необходимости оказания психотерапевтической помощи семье у психолога должна быть информация, которую он сможет предоставить родителям (телефон, адрес, условия оказания помощи).

Педагоги и школьный персонал, которые могут быть включены в суицидальный случай, нуждаются в выражении своих чувств, переживаний. Служба СППС должна предоставить им возможность групповой или индивидуальной консультации, в том числе с приглашенными специалистами, так как педагог-психолог или социальный педагог также могут быть включенными в кризисную ситуацию и нуждаться в помощи.

Чтобы решить подобные задачи можно организовать в районе добровольную антикризисную бригаду, куда войдут различные специалисты (психолог, социальный педагог, врач, юрист и др.), обученные кризисной помощи. СППС учреждения образования

мог бы обратиться к специалистам антикризисной бригады за помощью и тогда, когда у них уже произошел суицидальный случай. Кроме этого, все включенные в суицидальный случай субъекты должны внести предложения относительно стратегий и индивидуального плана работы.

Может так произойти, что все ваши действия и шаги не изменят намерения суицидально настроенного подростка и он попытается совершить или совершит задуманное. В этом случае перед специалистами СППС встанет дополнительная задача сопровождения одноклассников, сверстников, педагогов и родных несостоявшегося (или состоявшегося) самоубийцы.

---

**ТРЕТИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА** предполагает мероприятия, снижающие последствия и уменьшающие вероятность парасуицида, социальную и психологическую реабилитацию суицидента и его социального окружения.

В первую очередь адресатом этого профилактического уровня становятся дети или подростки, совершившие попытку суицида. Важно серьезно относиться к подобным действиям, так как при условии сохранения источника боли (фрустрации, конфликта и т.п.) подросток может предпринять вторую попытку «бегства» от проблемы.

Наиболее опасным периодом считаются 1–3-я недели после первой попытки. По мнению Д.С. Исаева и К.В. Шерстнева, существуют три главных компонента ближайшего постсуицида:

- актуальность конфликта,
- степень фиксированности суицидальных тенденций,
- отношение к совершенной попытке.

Задача специалистов СППС получить информацию по каждому из компонентов, чтобы предвидеть дальнейшее развитие событий.

Исаев и Шерстнев выделяют *четыре типа постсуицидальных состояний*.

**1. Критичный.** Конфликт утратил актуальность. Суицидальных тенденций нет. Характерно чувство стыда за суицидальную попытку, страх перед возможным смертельным исходом. Рецидив маловероятен.

**2. Манипулятивный.** Актуальность конфликта уменьшилась, но за счет влияния суицидального действия. Суицидальных тенденций постсуицида нет. Характерно легкое чувство стыда, страх смерти. Высока вероятность того, что и впредь при решении конфликтов суицидент будет прибегать к этому способу скорее демонстративно-шантажного характера.

**3. Аналитический.** Конфликт при рассматриваемом типе постсуицида актуален, однако суицидальных тенденций нет. Характерно раскаяние за покушение. Подросток будет искать способы решения конфликта, если не найдет — возможен рецидив, но уже с высокой вероятностью летального исхода.

**4. Суицидально-фиксированный.** Конфликт актуален, причем характерно сохранение суицидальных тенденций. Отношение к суициду положительное.



Это самый опасный тип, при котором необходимы тесное взаимодействие с суицидентом и жесткий контроль.

Таким образом, мы видим, что по-прежнему основной мишенью работы специалистов СППС остается причина (кризисная ситуация, конфликт и др.), толкающая ребенка или подростка к страшному решению. Поэтому, кроме психолого-педагогического сопровождения суицидента и его окружения, необходимо возвращение к источнику проблемного поля и выработка стратегий разрешения кризисной ситуации. Мы должны четко понимать, что если бы проблемы решились раньше — попытки суицида не было бы!

При организации третичных профилактических мероприятий в школе после совершения фатального суицида большое значение имеет помощь знакомым самоубийцы в преодолении боли и для предотвращения подражания и имитации. Социальное окружение подростка-суицидента, как правило, испытывает вину после случившегося, считая, что не услышала зов о помощи, не смогла предотвратить самоубийство. По мнению К. Лукаса и Г. Сейдена, обращение к несовершеннолетнему другу самоубийцы — это разговор со следующей жертвой суицида. Цель подобных диалогов — дать возможность юношам и девушкам (педагогам, включенным в ситуацию) поговорить об умершем, снять запрет на обсуждение причин самоубийства, предотвратить его последующую идеализацию и романтизацию.

Если самоубийство официально признается причиной смерти учащегося, тогда в уведомлении о причине смерти в среде учащихся (особенно задающих вопросы) должно звучать слово «самоубийство», а не «несчастный случай» или «неизвестная причина смерти». Однако ни в коем случае не должно быть упоминания средств совершения самоубийства.

Друзьям и учащимся должно быть разрешено посещение похорон, но они не должны нести гроб во избежание вторичной травматизации.



## Правила работы с подростками, друг или подруга которых совершили самоубийство

(Э. Гроллман)

*Следует:*

- **Избегать сказок и полуправды.** Одна из самых серьезных проблем молодежи состоит в отсутствии знаний о суицидах из-за стремления взрослых к сохранению тайны «в интересах детей». Между тем искажение реальности способно на долгий срок закрепить у подростка, находящегося в депрессии из-за случившегося, состояние подавленности. Поэтому необходимо в доступной форме предоставить старшеклассникам простые и ясные сведения о суициде с учетом их возраста и уровня развития. Очень важно, чтобы друзья самоубийцы услышали об обстоятельствах смерти от педагогов, а не от приятелей, соседей или из прессы.
- **Говорить с ребенком об умершем, давая высказаться ему самому** и вспоминая не только о произошедшей трагедии, но и о счастливых временах и моментах, проведенных с ушедшим. Однако обсуждение интимных причин и поводов суицида следует проводить избирательно.
- **Давать возможность показать горе, выплеснуть эмоции.** Гнев, отчаяние, протест свойственны не только взрослым, но и детям, которые имеют право на открытое проявление чувств. Вместе с тем необходимо обратить особое внимание на возникающее у подростков ощущение вины, уверяя их в непричастности к самоубийству и в том, что они сделали все возможное для его предотвращения.
- **Преодолевать фаталистические настроения,** обсуждая конструктивные пути преодоления возможных конфликтов. Важно убедить ребенка, что суицид является недостойным способом выхода из затруднительного положения, ибо как бы ни были мрачны тучи, потом обязательно выглянет солнце и самая ужасная зубная боль проходит, стоит только немного потерпеть.
- **Помочь ребенку принять решение вновь начать жизнь.** Выход из депрессии и реабилитация не происходят после одной встречи, 1–2 дней или ночей, поэтому важно продолжать работу с друзьями суицидента на протяжении всего срока, пока они нуждаются в помощи, поддерживая в них надежду на облегчение в будущем.



В подобной помощи нуждаются также педагоги и сами специалисты СППС. Здесь на помощь может прийти районная антикризисная бригада.

Что касается источников помощи специалистам СППС в школе, при желании педагог-психолог может подготовить из педагогов и старшеклассников, увлекающихся психологией, антикризисную группу (группу медиаторов), которые будут обучены навыкам антикризисной поддержки и станут серьезным подспорьем в кризисной ситуации.

На период переживания суицидального случая в школе может быть создан антикризисный штаб, куда войдут специалисты СППС, районных служб, врач, подготовленные медиаторы, активные педагоги и родители. Штаб работает по определенному его членами расписанию. На базе штаба проходят консилиумы по суицидальному случаю, где принимаются решения о сопровождении нуждающихся в этом групп, о привлечении специалистов извне и т.п. Кроме этого, на базе штаба может быть организован временный центр кризисной поддержки для всех нуждающихся, в котором дежурят по очереди специалисты СППС и подготовленные медиаторы.

#### *Задачи психолога на этапе третичной профилактики*

- 1 Определение типа постсуицидального состояния у подростка.
- 2 На основании результата разработка шагов социально-психологического сопровождения (в том числе необходимость обращения к врачам).
- 3 Участие в работе консилиума по суицидальному случаю (в организации и работе антикризисного штаба).
- 4 Индивидуальная коррекционная работа с подростком.
- 5 Организация групповой работы в классе и включение в нее подростка с целью восстановления навыков адаптации (это может быть коммуникативный тренинг или тренинг фрустрационной толерантности).

- 6 Организация консультаций для включенных в случай педагогов, родителей и детей (или консультирование в рамках антикризисного штаба).
- 7 Мониторинг состояния подростка (метод наблюдения, метод интервью, метод опроса).

В ситуации завершеного суицида специалистам СППС целесообразно привлекать специалистов СПЦ или других подобных организаций для оказания социально-психологической поддержки, так как они сами будут нуждаться в помощи и не смогут работать эффективно.

Для этого необходимо заранее на базе района создать антикризисную бригаду (на добровольных началах), которая в подобном случае будет действовать оперативно и профессионально. В подобную бригаду может войти: психиатр (психотерапевт) районной поликлиники, психологи, имеющие подготовку в этой области (2 чел.), социальный педагог, юрист, инспектор по делам несовершеннолетних, активные родители.

Повторим еще раз: основная задача профилактики суицида среди детей и подростков — это раннее выявление суицидальных факторов и их устранение. ●

 *Дополнительный материал см. на диске*

#### **Рекомендуемая литература**

- Актуальные проблемы суицидологии: Сборник трудов московского НИИ психиатрии. — М., 1978.
- Амбрумова А.Г.* Индивидуально-психологические аспекты суицидального поведения // Актуальные проблемы суицидологии. — М., 1978.
- Амбрумова А.Г.* Методические рекомендации по профилактике суицидальных действий в детском и подростковом возрасте. — М., 1978.
- Дюркгейм Э.* Самоубийство (социологический этюд). — М., Мысль, 1994.
- Исаев Д.С.* Психология суицидального поведения. — Самара, 2000.

# Заходи, если хочешь найти выход

## О безопасном интернет-пространстве

По роду своей деятельности мы, школьные психологи и социальные педагоги, знаем, что в подростковой среде все более распространяются курение и наркомания, игромания и алкоголизация, ранние сексуальные связи и беременности, аборт и венерические заболевания, падает учебная мотивация, растут нетерпимость и конфликтность, случаются убийства и суициды. А виноваты в этом обвальном «грехопадении», по мнению родителей и учителей, они — компьютер с Интернетом, ведь именно там дети находят и ненужную информацию, и ненужные контакты. Что делать?

**Вячеслав ЗАЙЧИКОВ**

руководитель проекта «Лабиринт»,  
заместитель директора ЦПМСС

**Александра БУГАЕВА,**

**Анна АЛЕНЬКИНА**

психологи ЦПМСС,  
Рязань

**С**амый простой выход — запретить компьютеры, Интернет с его социальными сетями. Ведь в Интернете действительно полно информации антисоциального и антигуманного содержания, и подростку почти ничто не мешает интересоваться именно этими сведениями и получать к ним доступ...

Ура! Мы нашли выход!.. Но если мы запретим или хотя бы резко ограничим пользование Интернетом, то опять убедимся, что и этот «джинн» уже не хочет возвращаться в свою «бутылку». А подростков никак не трогают взрослые лекторы и докладчики, заполняющие классные часы и школьные собрания уговорами и угрозами, предупреждениями и ультиматумами.

С профессиональной точки зрения хорошо было бы работать с подростками, отвечая на их пря-

мые запросы. Но запросов-то особенно и нет! Раз нет, значит, все хорошо? Нет, не хорошо. Отсутствие обращений не тождественно отсутствию проблем. Просто подростки ищут ответы на интересующие их вопросы не дома, где у взрослых на детей остается все меньше времени, понимания и любви, и не в школе, где учебные нагрузки велики и зашкаливает напряженность в отношениях, а в сетевых сообществах, где намного больше простора для креативности и партнерских взаимоотношений.

Можно вспомнить, что лет 100–150 назад в арсенал воспитательных средств входили категорические запреты гимназистам посещать театры и читать романы. В наши дни взрослые бранят рэп и хип-хоп, видео и кабельное телевидение, а также ломают копыя на тему: как бы сделать подростка прилежным и благодарным слушателем, читателем, зрителем?

А он вообще-то и не переставал им быть. Вот только слушает, читает и смотрит современный подросток не только то или совсем не то, что его школьные учителя. А применение запретительно-воспитательных методов времен пионерских галстуков и комсомольских линеек он вообще не приемлет: чуть что — шмыг в свой персонально-сетевой мир! И ищи его там по блогам и группам, постам и твиттам. Самые продвинутые педагоги находят их там зачастую далеко за полночь, а утром снова встречают в школе, сонных и рассеянных.

Интернет стремительно ворвался в нашу жизнь, став неотъемлемой частью цивилизации, породил новые формы общения и обучения. Интернет сделал возможным взаимодействие в неизвестных доселе форматах — от сетевой игры до видеосеминара, а также





предоставил безграничные возможности для самовыражения и социальной адаптации — от авторского блога до онлайн-консультаций преподавателей и врачей.

Как специалистов социально-психологической службы, нас уже давно интересовала возможность создания позитивного и безопасного интернет-пространства, в котором молодой пользователь найдет информацию о здоровье и болезнях, курении и алкоголизме, наркомании и СПИДе. Известно, что подростки, в силу в том числе и возрастных особенностей, не имеют сформированной устойчивой позиции в отношении вопросов здоровья, построения взаимоотношений, получения образования и пр., в Интернете они скорее заинтересуются играми и музыкой, видео и покупками. Сегодня специалисты Рязанского центра ПМС-сопровождения детей и подростков готовы в Интернете ока-

зать помощь подросткам и молодым людям в формировании такой позиции.

Широкий круг подростковых проблем регулярно обсуждается участниками межведомственного круглого стола по профилактике социально опасных заболеваний, который под руководством заместителя главы администрации города по социальным вопросам каждые три месяца проходит в Центре ПМСС. Заручившись интересом и поддержкой своих коллег из органов здравоохранения и правопорядка, мы решились использовать возможности веб 2.0 в качестве инструмента для информирования и воспитания подростков и молодежи и создали собственный интернет-ресурс: <http://labirint-rzn.blogspot.com/> — коллективный блог «Лабиринт: заходи, если хочешь найти выход», первое сообщение в котором было размещено 15 сентября 2009 года.

Сначала было непросто: молодые специалисты, привыкшие работать с подростками в интерактивных формах, испытывали трудности, не видя перед собой тех, к кому обращали свои тексты, не слыша их запросов и не получая поначалу никакой обратной связи. Помогли регулярные встречи проектной группы, на которых обсуждались возникавшие проблемы, вырабатывались подходы к их решению, ставились конкретные задачи по развитию и продвижению ресурса. Так, постепенно была выстроена логика и освоены принципы выбора тем, структуры и объема текстов, целесообразность иллюстрирования постов и сопровождения их гиперссылками.

Для наращивания интерактивных возможностей и продвижения «Лабиринта» к подростковой аудитории мы начали проводить тематические опросы, добавлять видеодатчики, а также создали

представительство «Лабиринта» в социальных сетях «ВКонтакте», «Твиттер». Кроме того, наши читатели могут виртуально подписаться на блог «Лабиринт» и получать оперативную информацию о любых его обновлениях.

Чтобы облегчить посетителям «Лабиринта» поиск информации, мы сделали активными такие гаджеты, как «окно поиска», «популярные сообщения», «последние комментарии», «архив блога». С этой же целью мы отмечаем наши посты метками-тэгами («общение», «мое\_окружение», «мое\_здоровье», «самовыражение», «безопасность», «обратная\_связь», «отдых», «учеба», «стратегии», «Интернет», «наркотики», «самообразование», «фильмы», «он\_и\_она», «самопознание», «кумиры», «праздники», «вера-надежда-любовь», «алкоголь», «карьера», «потребление», «лабиринт», «подвиг», «СПИД»).

Сегодня коллективный блог «Лабиринт», который продолжают

вести семь молодых психологов и социальных педагогов, прочно занимает места в первой десятке в ведущих поисковых системах Яндекс, Google, Rambler, Yahoo. По данным аналитического аппарата блоггера, опубликованные в нем 150 постов прочитаны посетителями более 15 тысяч раз, на них оставлено 800 комментариев, многие из которых стали поводом для дискуссий и новых тем.

Наполняя «Лабиринт» тематической информацией, специалисты не дают своим читателям «умные» советы и не навязывают «правильные» решения, но готовы обсуждать с молодежным сообществом любые интересующие молодых людей вопросы. Самыми востребованными из них остаются общение, здоровье (особенно последствия курения и употребления наркотиков), безопасность в Интернете, самовыражение. Есть надежда, что предоставленная подросткам и молодежи возможность неформального диалога по вопро-

сам здоровья и образования, развития и поиска смыслов поможет им уберечься самим и уберечь друзей от необдуманных поступков, социально опасных заболеваний и еще чего-нибудь очень вредного.

«Лабиринт» постепенно находит свое место в городском образовательном пространстве — его возможностями для организации обсуждений с подростками пользуются специалисты социально-психологической службы и классные руководители образовательных учреждений, а также родители.

Группа авторов искренне надеется, что созданный ими и продолжающий свою жизнь интернет-блог будет способствовать формированию у подростков и молодежи ответственности за свою жизнь, активизации личностных ресурсов, обеспечивающих развитие жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни и установок на ответственное поведение. ●





**Надежда БОЛСУНОВСКАЯ**

*педагог-психолог,  
руководитель службы  
инновационных технологий,  
Центр диагностики  
и консультирования № 7,  
г. Красноярск*



# Первые шаги Психологическое сопровождение внедрения новых образовательных стандартов

Новые образовательные стандарты, стандарты второго поколения — эти слова давно на слуху у всех специалистов системы образования. Их ждали, обсуждали всей страной, и... пришло время начать применять новое на практике.

С сентября 2011 г. вся система начального образования РФ перешла на образовательные стандарты второго поколения.

Психолог также не может остаться в стороне от изменений в образовании, ведь новые стандарты, по словам разработчиков, «особенно психологичны» и при своей реализации требуют обновленной роли психолога в школе. Но

## О ПРЕДПОСЫЛКАХ ПОЯВЛЕНИЯ НОВЫХ СТАНДАРТОВ

Образовательные стандарты второго поколения появились не случайно — они стали ответом на реалии современного мира: процессы глобализации, информатизации, ускорения внедрения новых научных открытий, быстрого обновления знаний.

Для того чтобы успешно действовать в XXI веке, человеку недостаточно владеть предметными знаниями, важно обладать компетенциями, которые позволят освоить и применить любые знания, дадут возможность успешно общаться, управлять собственной деятельностью, работать в команде. Все это ставит перед образованием новые задачи, заставляет по-иному строить образовательный процесс и технологию оценивания.

Новые стандарты опираются на концепцию духовно-нравственного развития, где обозначены нравственные идеалы и ценности. Ценностное основание стандарта особенно важно в связи с тем, что в России ныне утеряны многие ценности. Кроме того, необходимость перехода на образовательные стандарты второго поколения связана с тем, что инновационный, социально ориентированный

какой? В чем может быть наша роль? Какие задачи ставит новый стандарт перед психологами? Эти вопросы хоть раз задавал себе каждый психолог, работающий в образовании. Однако ответов пока не очень много. Инструктивные письма и рекомендации недостаточно описывают систему деятельности психолога в рамках перехода на ФГОС.

Попробуем понять роль и направления деятельности психолога исходя из анализа основополагающих документов, касающихся перехода школ на образовательные стандарты второго поколения.

тип развития страны, обозначенный в концепции развития России, возможен только за счет накопления нового качества человеческого капитала — российской идентичности, что невозможно без проектирования специального образовательного процесса.





Все это привело к пересмотру стандартов и необходимости внедрения новых.

Обозначенные предпосылки подтверждают тот факт, что вектор развития школы меняется. От учителя требуется владение не только определенными предметными знаниями, но и универсальными учебными действиями (УУД) — совокупностью способов действия, обеспечивающих способность учащегося к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса.

Образовательный стандарт предполагает, что у учащегося будут сформированы **4 группы универсальных учебных действий**:

- **личностные** — самоопределение, смыслообразование, ценностная и морально-этическая ориентация;
- **регулятивные** — управление своей деятельностью;
- **коммуникативные** — речевая деятельность, навыки сотрудничества;
- **познавательные** — работа с информацией, работа с учебными моделями, использование знаково-символических средств, общих схем решения, выполнение логических операций.

Все вышеперечисленное требует от администрации образовательных учреждений и педагогов понимания педагогической психологии, знания технологий формирования УУД в учебном процессе и внеучебной деятельности. Если учить «по старинке», невозможно достичь нужных результатов. От образовательного учреждения требуется в обязательном порядке прописать, как планируется формировать УУД, оценивать результаты, то есть возникает необходимость создавать и реализовывать программы формирования и отслеживания универсальных учебных действий.

Однако объективная ситуация такова, что специалисты школы зачастую недостаточно владеют специализированными знаниями в области психологии. Таким образом, появляются новые запросы к психологам, ведь они, как никто другой в школе, должны понимать, как организовывать развивающий процесс по-новому.

### **НАСТОЯТЕЛЬНАЯ ПОТРЕБНОСТЬ**

Мы видим, что достижение новых образовательных результатов требует участия психолога в проектировании и реализации мероприятий по внедрению ФГОС. На основании анализа основополагающих документов можно обозначить предполагаемые потребности целевых групп в отношении участия психолога в проектировании и реализации образовательных стандартов второго поколения:

- 1 Участие в проектировании, реализации новой образовательной программы и ее отдельных подпрограмм.

- 2 Совместная с администрацией работа по организации обучения педагогов технологиям формирования и оценивания УУД как базовых образовательных результатов.
- 3 Совместная работа с педагогами по разработке и реализации индивидуальных программ, а также по проектированию развивающей среды, комплексного урока, которые способствуют формированию УУД разных видов.
- 4 Участие в разработке, воплощении системы отслеживания сформированности УУД как базовых результатов и ведении базы результатов.

Данные запросы требуют иной роли и позиции от психолога образования, реализация которых невозможна, если работать в режиме «скорой помощи», вести коррекционные занятия для детей. Требуется выход на системную работу в составе команды специалистов школы, где на первый план выходят следующие **направления деятельности**:

- участие в проектировании и управлении проектами;
- экспертиза;
- обучение педагогов и совместная работа с педагогами;
- мониторинг;
- консультирование педагогов и администрации по вопросам формирования УУД.

Исходя из этого, новую роль психолога можно обозначить как роль штурмана корабля, который помогает команде разобраться в карте формирования и отслеживания УУД, вместе с командой проектирует и реализует развивающую среду, отслеживает результаты, а также создает условия для повышения профессионального развития специалистов школы. В первую очередь психолог — командный игрок, который владеет технологиями формирования универсальных учебных действий и вместе с командой выстраивает развивающий процесс.

Нередко можно услышать: «Вот теперь все УУД будет формировать психолог, ведь там сплошная психология!» Важно не попасться на эту удочку и четко держать позицию. Новый стандарт предполагает, что формирование и отслеживание УУД осуществляется в учебной и внеучебной деятельности педагогами. Психолог может посодействовать в формировании, и не более того.

Рассмотрим более подробно возможные направления деятельности психолога с субъектами образовательного процесса в связи с необходимостью психологического сопровождения внедрения новых стандартов.

### 1. Сопровождение педагогов

Переход к работе по новым стандартам для учителя означает, что ему необходимо не только передавать ребенку предметные знания, но и формировать

универсальные учебные действия: учить ребенка управлять собственной деятельностью, учить учебному сотрудничеству, формированию ценностных ориентиров и т.д., а также отслеживать достижение новых результатов.

Многие учителя оказались не готовы к этому: они недостаточно владеют понятием «универсальные учебные действия», технологиями формирования УУД в учебной и внеучебной деятельности, способами оценки. Это неудивительно, так как формирование и оценка сформированности УУД требует владения особыми психолого-педагогическими компетенциями, основанными на знаниях в области педагогической и возрастной психологии, умения построить развивающий урок, организовать сотрудничество, проектную и исследовательскую деятельность и т.д.

Как научить детей самоконтролю, научить ставить цели, сотрудничать и др., как отследить формирование УУД, как строить урок, чтобы не просто передавать знания? Эти и другие вопросы актуальны для педагога, приступающего к реализации ФГОС. Психолог может быть полезен педагогу как специалист, понимающий закономерности развития и знающий возрастную психологию.

И здесь актуален именно тандем психолога и педагога как синтез психологии и педагогики: работая вместе, педагог и психолог могут найти ответы на проблемные вопросы. Например, возникает вопрос развития самоконтроля школьников на уроке. Психолог может познакомить с теорией



формирования учебных действий на основе концепции П. Гальперина, а затем вместе с педагогом спроектировать, через какие педагогические средства — задания, упражнения, приемы — формировать самоконтроль на уроке и отслеживать достижение результатов.

Таким образом, именно совместная работа и консультирование выступают на первый план в направлении сопровождения педагогов.

Какие запросы особенно актуальны и где нужны поддержка и участие психолога?

Первый запрос: **как формировать УУД: самоконтроль, сотрудничество, планирование, рефлексию на уроке?** И тут роль психолога — работая в тандеме, вместе найти ответы, как можно выстроить технологию, вместе понять педагогические способы действий, организовать внеурочную деятельность.

Второй запрос: **как отслеживать сформированность УУД?**

Для реализации данного запроса психолог вместе с учителем разрабатывает карту отслеживания сформированности универсальных учебных действий, которая затем будет использоваться учителем на уроке для мониторинга динамики формирования УУД. Также психолог может включиться в оценивание отдельных УУД, в частности личностных, как это фиксируется в рекомендациях по оценке УУД.

Третий запрос: **«Давайте вместе что-то проведем для класса по формированию УУД».**

Да, психолог может вместе с педагогом участвовать в проведении мероприятий в классе, развивающих мини-курсов, направленных на формирование УУД. Но опять-таки не забываем слово ВМЕСТЕ. Не один психолог, а психолог вместе с педагогом что-то проектируют и реализуют. И не менее важно: все мероприятия проводятся именно под реальные задачи класса, определяемые исходя из требований стандарта, проблем, актуального уровня сформированности УУД у учащихся класса.

Алгоритм действий может быть таким: в соответствии с задачами параллели, класса, определяемыми стандартом и актуальной ситуацией развития, проектируются общие условия формирования УУД у учащихся и на этой основе проводится серия мероприятий, которые реализуются педагогом или тандемом «психолог–педагог».

Работая с педагогами, психолог должен понимать, что он не подменяет собой завуча и методиста, а действует в тех рамках, которые напрямую связаны с развивающим процессом, и лишь отчасти касается содержания и предметных ЗУНов. Также психолог не встает в позицию всезнайки, в позицию «над учителем». Это диалог на равных.

Последний из возможных запросов: **«Помогите составить программу формирования УУД».**

Требования к программам предполагают, что в них фиксируется, как и какие УУД учитель формирует на конкретном предметном материале, а также способы отслеживания результатов исходя из задач возраста.

Психолог может оказать поддержку в прояснении способов, стратегий формирования, в разработке карт отслеживания, в подборе педагогических техник, заданий из предметных курсов, которые бы способствовали формированию УУД.

Для достижения обозначенных задач психологу целесообразно использовать **деятельностные формы работы с педагогами:**

- обучающие и проектные семинары;
- консультации;
- совместная проектная деятельность с педагогом;
- посещение уроков с последующим совместным его анализом;
- совместное составление базы данных приемов формирования УУД;
- подготовка памяток, рекомендаций для педагогов.

## II. Работа с администрацией

Многие администраторы, так же как и педагоги, не владеют понятиями, относящимися к формированию УУД, способами действий, связанных с достижением новых образовательных результатов, а также их оцениванием.

Задача психолога в работе с управленцами — донести до них психологический смысл понятия «универсальные учебные действия» (если это необходимо), вместе спроектировать технологии выстраивания развивающей среды, организации оценивающих процедур, а также подготовить документы к действию.

Можно обозначить следующие **направления работы:**

- 1 Участие психолога в проектировании и реализации основной образовательной программы учреждения и ее подпрограмм, особенно связанных с формированием универсальных учебных действий, здорового и безопасного образа жизни, воспитательной программы школы.
- 2 Участие психолога в проектировании системы оценки универсальных учебных действий как составляющей программы, в оценке достижения новых результатов и ведения базы данных результатов мониторинга.
- 3 Участие психолога в разработке единого плана методической поддержки и обучения педагогов при внедрении новых ФГОС — обучение педагогов, создание методической базы материалов, консультации педагогов, помощь в проектировании уроков и психологическом их анализе.
- 4 Участие психолога в создании единой развивающей среды начальной школы в единстве урочной и внеурочной деятельности школьников.

### III. Работа с родителями учащихся

На самом деле перед родителями стоит непростая задача — помочь ребенку не только в получении предметных знаний, но и в формировании УУД. Здесь большая роль отводится личности самого родителя, модели воспитания ребенка в семье, организации процесса отслеживания и поддержки учебной деятельности ребенка дома, степени налаженности партнерства между семьей и школой и др.

Затруднительно сформировать навык у ребенка, если в семье и школе согласия нет или реализуются различные, порой противоположные модели действий. Родителям важно понимать, как и зачем они участвуют в формировании УУД, как они могут это сделать, а также как обстоят дела с формированием УУД у их ребенка.

Работа психолога с родителями в данном случае должна сосредоточиться на том, чтобы показать родителям важность их участия в формировании УУД, пути поддержки формирования УУД ребенка в домашних условиях, а также на предоставлении родителям актуальной информации об уровне сформированности УУД определенного вида у их ребенка (в случае если психолог участвует в проведении диагностики).

В качестве **направлений работы** выступают:

- 1 Просвещение и обучение родителей поддержке формирования УУД школьников. Необходимо через памятки, групповое консультирование,

деятельностные семинары предоставить родителям материал, который поможет им найти ответы на все вопросы. Кроме того, им должна стать понятна их роль в поддержке ребенка

- 2 Предоставление информации об уровне развития УУД разных видов (если психолог проводит мониторинг). Родителям целесообразно предоставить карты развития УУД собственных детей и рекомендации по совершенствованию.

### IV. Работа с учащимися

В рамках внедрения новых стандартов работа с учащимися — далеко не основная для психолога, так как реализация стандартов — это в первую очередь педагогическая задача. На первый план в данном направлении выходит совместное с педагогом проектирование и реализация мероприятий для школьников, потому что разовые занятия не дадут большого эффекта, если педагог дальше не будет поддерживать ту же линию действий на уроках и переменах.

Отдельное большое направление — сопровождение учащихся с ОВЗ в рамках перехода на новые стандарты. Здесь важна опять же не столько коррекционная работа психолога с ребенком, сколько совместная работа команды специалистов по созданию образовательной траектории, подбору оптимальной модели инклюзии, созданию ситуации успешности.



## ВАРИАНТЫ РАЗВИТИЯ СОБЫТИЙ

Таковы базовые направления деятельности психолога в рамках внедрения образовательных стандартов второго поколения. Вместе с тем, приступая к внедрению обозначенных направлений в школе, психолог и школа могут столкнуться с четырьмя вариантами развития событий.

- Роль психолога недооценивается, и к участию в новых стандартах он не допускается — «его не видят». В данной ситуации важно показать администрации возможные пути взаимодействия в рамках внедрения новых стандартов и целесообразность участия психолога. Стоит выйти с конкретными предложениями и попытаться сделать так, чтобы психолога «заметили».
- Психолога готовы привлечь к участию во внедрении стандартов, а сам психолог не видит здесь своей роли, не владеет инструментарием или не считает нужным идти на такое взаимодействие. В данной ситуации важно конструктивно включаться в проект, в противном случае есть вероятность оказаться невостребованным в учреждении в будущем.
- Администрация, педагоги считают, что психолог может через уроки психологии в одиночку «развить детей», и пытаются переложить ответственность на психолога. В данном случае важно показывать администрации неэффективность работы одного психолога, а самому психологу целесообразно осваивать командные техники, не становясь в позицию «Зевса всемогущего».
- Оптимальный вариант — психолога видят в качестве активного участника процесса и предла-

гают активно включиться в работу. Здесь важно, чтобы действия психолога были профессиональными и реально практико-ориентированы.

Таким образом, успешность позиционирования и встраивания психолога в обновленную модель системы образования во многом зависит от того, насколько сильна собственная позиция психолога, его понимание ситуации и желание включиться в работу.

И это переломный момент для всей психологической службы. Займет ли психолог более значимое место в школе или останется за бортом жизни — во многом это зависит от того, как грамотно мы сумеем позиционироваться в рамках перехода школ на ФГОС. Все в наших руках?! ●

## ЛИТЕРАТУРА

Федеральный государственный образовательный стандарт начального образования. — М.: Просвещение, 2009.

Планируемые результаты начального общего образования / [Л.Л. Алексеева, С.В. Анащенкова, М.З. Биболетова и др.] // Под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. — М.: Просвещение, 2009.

Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / [А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская и др.] // Под ред. А.Г. Асмолова. — М.: Просвещение, 2008.

Оценка достижения планируемых результатов в начальной школе. Система заданий. В 2 ч. Ч. 1 / [М.Ю. Демидова, С.В. Иванов, О.А. Карабанова и др.] // Под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. — М.: Просвещение, 2009.





# Поддержка – что это такое?

## Занятие для педагогов

Педагогам — участникам занятий предоставляется возможность получить теоретические знания и практический опыт в оказании психологической поддержки близким, ученикам, коллегам.

### Задачи:

- предоставить теоретическую информацию о психологической поддержке, об особенностях и различиях поддержки и похвалы;
- обучать способам анализа и методам нахождения решения в трудной ситуации;
- помочь участникам скорректировать свое поведение при взаимодействии с другими (школьниками, родителями, коллегами);
- способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, умения принимать и правильно оценивать поддержку коллег;
- развивать умения и навыки командного взаимодействия.

**Форма проведения:** игровое занятие-практикум.

**Оборудование:** корсажная лента, фломастеры, карандаши, листы формата А5, скотч, степлер, бланки «Лучики солнца», магнитофон, музыка «Звуки природы», колокольчик, повязки для глаз, карточки с подснежниками для записок, стикеры с изображением ребенка и взрослого, дерево (небольшая срезанная сухая ветка с многочисленными веточками), стикеры в виде листочков.

### ХОД РАБОТЫ

#### 1. Вступительное слово ведущего

За окном сентябрь, осень. А так хочется вспомнить такие вроде бы недавние весенние денечки. Давайте сегодня мы вернемся в весну.

Весна — это свежесть легкого ветерка на улице, это время приятных ожиданий. Яркие солнечные



### Елена БАРКОВСКАЯ

педагог-психолог,  
УО «Полоцкая государственная  
общеобразовательная средняя школа № 18  
имени Евфросинии Полоцкой»,  
Республика Беларусь

лучи пробуждают наши эмоции, будоражат желания, вызывают фантазии. Весна традиционно считается сезоном влюбленности, беспричинной радости, ожидания перемен к лучшему... Вряд ли кто-то поспорит с тем, что весна что-то меняет в нашей жизни, весеннее солнышко заставляет таять не только снежные сугробы, но и сердца людей.

Для того чтобы очутиться на весенней полянке, нам необходимо пройти через волшебный туннель. Встаньте в круг и возьмитесь за руки.

*(У ведущего через плечо повязана корсажная лента. Всем участникам, не разнимая рук, необходимо пройти через эту ленту.)*

#### 2. Рисунок «Поляна возрождения»

**Инструкция:** участники на листах бумаги рисуют весеннюю поляну.

Когда рисунки готовы, то каждый демонстрирует свою поляну.

**Ведущий.** Нарисованная каждым из вас поляна — это частичка вашего внутреннего мира. Мира, в котором есть счастливые моменты и не очень, есть трудности, которые необходимо преодолевать. Цветы, травинки — это вы, ваши дети, близкие. Что необходимо, чтобы эти цветы росли, крепились? *(Ответы участников.)* Да, им нужен свет, тепло, забота, ласка и, конечно же, поддержка. Давайте попробуем определить, что такое поддержка, какая поддержка нужна всем нам и как ее правильно оказывать.

*(После этого все поляны соединяются в одну большую.)*

### 3. Дискуссия на тему занятия «Поддержка — что это такое?»

*Ведущий вводит понятия: знак внимания, похвала, поддержка, комплимент.*

**Ведущий.** Взрослые часто путают поддержку с похвалой и наградой. Похвала может быть, а может и не быть поддержкой. Например, слишком щедрая похвала может показаться ребенку неискренней. В другом же случае она может поддержать ребенка, опасаящегося, что он не соответствует ожиданиям взрослых.

Задача психологической поддержки — помочь ребенку почувствовать свою нужность. Различие между поддержкой и наградой определяется временем и эффектом. Награда обычно выдается ребенку за то, что он сделал что-то очень хорошо, или за какие-то его достижения в определенный период времени. Поддержка в отличие от похвалы может оказываться при любой попытке или небольшом прогрессе.

*Далее идет обсуждение вопросов:*

— Как вы поняли различие между поддержкой и похвалой?

— Почему иногда похвала может обескуражить, привести в уныние?

— Как вы понимаете выражение: «Оценка человека и оценка его действий не одно и то же».

**Ведущий.** Каждому из нас, независимо от возраста, статуса и возможностей, случалось попадать в ситуацию, когда все валится из рук и, что бы мы ни предпринимали, дело с места не движется. Не всегда помогает и поддержка близких. Они-то искренне желают нас подбодрить: «Ты должен собраться!»; «Ведь ты всегда со всем справлялась!»; «Брось, это просто ерунда — при твоей-то энергии и находчивости!». А нам становится от этого хуже... Но почему?

Когда кто-то обращается к нашим внутренним резервам, предлагает вспомнить, что мы успешны, энергичны, способны на многое, это вопреки ожиданиям загоняет нас еще дальше в угол. Дело в том, что в сложные моменты жизни мы не помним, не чувствуем себя такими, какими являемся на самом деле. Попавший в трудное положение человек понимает, что окружающие ждут от него чего-то вполне конкретного, но, будучи не в состоянии выполнить эти требования, он начинает сомневаться в себе, невольно боится разочаровать своих близких, а потому вынуждает себя соответствовать их представлениям о нем самом.

Для этого он всячески подстегивает себя, в то время как силы ему нужны совсем для другого — для размышлений, нового взгляда на себя, самостоятельных решений, непривычных действий и поступков. Кроме того, страдает и его вера в себя: «Не надо было и пытаться, для этого проекта нужен совсем другой человек!»; «Да ну ее, эту информацию, у меня к ней совсем нет способностей».

Именно **психологическая поддержка** со стороны другого человека создает для вас атмосферу доброжелательности, покоя и уверенности в своих силах, способствует снижению тревоги и остроты переживаний.

### 4. Игра «Солнце способностей»

Участники разбиваются на группы по 5–6 человек. Принцип деления — цвет лепестков подснежников, которые участники получили в начале занятия.

Задача каждой группы: создать солнце своих способностей. Группам раздаются карточки с изображением круга. Участники дорисовывают необходимое количество лучей, а также пишут на них свои способности, умения, отвечая на вопрос: «Мы умеем, мы можем...».

*Вопросы для обсуждения*

— Кто испытывал неловкость, затруднения?

— Кому показалось, что кто-то хвастается?

— Узнали ли вы что-то новое о людях?

Ведущий помогает участникам прийти к выводу о том, что нас учили (и мы так воспитываем своих детей) обращать внимание прежде всего на минусы, а не на плюсы. А это способствует появлению у ребенка состояния подавленности. Подавленные дети — дети с низкой самооценкой. Дети с низкой самооценкой, как правило, имеют «плохое поведение».

**Психологическая поддержка — это процесс:**

- в котором взрослый сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки;
- который помогает ребенку поверить в себя и свои способности;
- который помогает ребенку избежать ошибок;
- который поддерживает ребенка при неудачах.

Для того чтобы научиться поддерживать ребенка, педагогам и родителям, возможно, придется изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним. Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение ребенка, взрослому придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрения того, что он делает.

Поддерживать ребенка — значит верить в него. Вербально и невербально родитель сообщает ребенку, что верит в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо, но и тогда, когда ему хорошо.

Для того чтобы поддержать ребенка, родители и педагоги сами должны испытывать уверенность. Они не смогут оказывать поддержку ребенку до тех пор, пока не научатся принимать себя и не достигнут самоуважения и уверенности в своих силах.

## 5. Игра «Ручеек»

Участники становятся в пары и играют в игру «Ручеек» для создания новых пар. В течение всей игры звучит музыка со звуками природы. Время проведения: 5–7 минут.

## 6. Игра «Путь доверия»

**Материалы:** маленький колокольчик, для каждого второго участника повязка для глаз.

**Инструкция.** Разбейтесь на пары. Я хочу вам предложить игру, которая называется «Путь доверия». Заключается она в следующем: один из пары надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Когда ты ведущий — ты должен провести «слепого» участника по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. При этом нельзя ничего говорить. Через пять минут я позвоню в колокольчик, и вы поменяетесь ролями. А еще через пять минут я позвоню еще раз — и тогда вы возвращаетесь обратно в круг, и мы поговорим о том, что вы пережили во время прогулки. Перед началом договоритесь с партнером, как он вас будет вести: за руку или как-то по-другому.

### *Анализ упражнения*

- Как вы чувствовали себя, когда были «слепыми»?
- Вел ли вас «поводырь» бережно и уверенно?
- Знали ли вы все время, где вы?
- Как вы себя ощущали в роли поводыря?
- Что вы делали, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера?
- Когда вам было лучше: когда вы вели или когда вас вели?

## 7. Упражнение «Подснежник»

А) Поучаствовать в этой игре приглашаются желающие. Им предстоит представить себя подснежником, тянущимся сквозь снег проблем к свету, солнцу, теплу.

Б) Всем участникам предлагается написать каждому члену группы тайную записку (на подснежнике), в которой описываются виды поддержки, в чем и как отправитель может поддержать адресата. Записки складываются в коробочку, и каждый ищет «послание для себя».

## 8. Упражнение «Бабочки»

**Инструкция:** участники разбиваются на пары, первый из пары становится взрослым, второй — ребенком.

**Ситуация № 1.** Дети выходят за дверь. Взрослому дается задание: не обращать внимания на детей. Дети должны подбежать к своему взрослому и показать пойманную бабочку: «Мама, мама, смотри, какую я бабочку поймал».

**Ситуация № 2.** Дети выходят за дверь. Взрослому дается задание со вниманием отнестись к ребенку. Дети должны подбежать к своему взрослому и



показать пойманную бабочку: «Мама, мама, смотри, какую я бабочку поймал!»

**Вопросы**

- Какие чувства испытывали «дети» в первом случае?
- Какие чувства испытывали «взрослые» в первом случае?
- Какие чувства испытывали «дети» во втором случае?
- Какие чувства испытывали «взрослые» во втором случае?

**Беседа о воспитании**

Ведущий рассказывает о детях, которых мало поддерживают.

Такой ребенок легко сдаётся, часто использует выражения «я не могу», «я не знаю», «мне безразлично», защищается, создает конфликты, жалуется на самочувствие, обвиняет других, чрезмерно извиняется, старается избегать социального общения, жалуется на отсутствие друзей или на одиночество, выглядит печальным.

Таким образом, ребенок пытается нам сказать, что он нуждается в любви и поддержке.

**Как мы подавляем наших детей?**

- Заставляем их плохо относиться к самим себе (обвиняем, наказываем, стыдим, обзываем).
- Делаем для них слишком много или решаем их проблемы за них (слишком балуем, делаем за них то, что они могут сделать сами, принимаем решения за них).
- Требуем слишком многого (останавливаем внимание на негативном, ожидаем великих достижений, хотим, чтобы они были самыми лучшими, накладываем на них слишком большую ответственность и не позволяем быть просто детьми).
- Не ценим их (не находим времени для них, считаем другие дела более важными, не спрашиваем их мнения, не ценим их вклад в семейные дела, отрицаем или преуменьшаем их чувства или желания).
- Не устанавливаем или не соблюдаем определенных границ (позволяем смотреть телевизор слишком долго, уступаем их требованиям, позволяем им относиться к нам самим или к дому неуважительно).

**9. Упражнение «Если бы я был насекомым, то я был бы...»**

Каждый участник придумывает себе насекомое и заканчивает предложение. Далее ведущий произносит: «Ветер дует на...» — и называет насекомых. Те должны подняться. Игра продолжается до тех пор, пока не поднимется каждый из участников.

По этому принципу образуются группы для следующего упражнения.

**10. Упражнение «Тропинка»**

Участники делятся поровну на две команды. Каждая команда берется за руки, образуются два круга. По сигналу ведущего участники начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока не прекратится музыка (пауза в музыке через разное количество тактов: 6, 12, 18 и т.д.). После чего ведущий дает задание, которое выполняется обеими командами. Если ведущий говорит: «Тропинка!» — участники каждой команды, становясь друг за другом, кладут руки на плечи впереди стоящего, приседают, наклоняя голову чуть-чуть вниз. Если ведущий говорит: «Копна!» — все участники игры направляются к центру своего круга, соединив руки в центре. Если «Кочки!» — то все участники игры приседают, положив руки на голову.

Эти задания чередуются ведущим. Кто быстрее выполнит задание, тот получит очко.

**11. Упражнение «Дерево мыслей»**

Для работы понадобится небольшая срезанная сухая ветка с многочисленными веточками (дерево).

Ведущий предлагает участникам, используя стикеры в виде листиков и фломастеры, написать свои слова поддержки педагогическому коллективу школы, описать свои мысли и эмоции после завершения занятия, а затем прикрепить стикеры на дерево.

Когда все мысли «развешаны» на дереве, психолог предлагает подойти к нему и провести обсуждение:

- Какие листочки вы разместили на Дереве мыслей?
- Для чего человеку знать, нужна ли поддержка другому человеку?
- Что может произойти с человеком, если его дерево поддержки засохнет и все мысли, эмоции «облетят» и потеряются?
- Что необходимо делать, чтобы возродить Дерево мыслей? ●

**ЛИТЕРАТУРА**

Агеева И.А. Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы. — СПб.: Речь, 2007.

Межкультурное кафе: метод. «меню» для лидеров учеб. кружков / Авт.-сост. А. Величко, С. Лабода. — Минск: Новое знание, 2007.

Сакович Н.А. Игры в тигры: Сборник игр для работы с агрессивными детьми и подростками. — СПб.: Речь, 2007.

Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. — М.: Генезис, 2001.



# 2 НОЯБРЯ

## Учительская книга



### Начальная школа • Дошкольное образование а также Педагогика, психология, воспитание

**БОЛЕЕ 1000 НАИМЕНОВАНИЙ КНИГ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ ПРЕДСТАВЛЯЮТ**

«Айрис-пресс», «АСТ-Пресс», «ВАКО», «Интеллект-Центр», «КАРО», «КомпасГид», «Легион», «Логопед+», «Мнемозина», МЦФЭР, «Новый Диск», «ОБРУЧ», «Первое сентября», ИД «Питер», «Психологическая Книга», «Ребус», «СГУ», «Скрипторий», «СМИО Пресс», «СФЕРА», «ТС», «Учитель», «Экзамен», «Элти-Кудиц», «Ювента»

ПРОГРАММА ДНЯ

10.00 – 11.15	Издательство «Айрис-пресс» <b>Гармоничное развитие дошкольников посредством творческих заданий</b> <i>С.В. Погодина</i> , к.п.н., доцент кафедры эстетического воспитания НПО ГОУ ВПО МГПУ	Издательство «СМИО Пресс» <b>Разноуровневые задания на уроках математики и русского языка (авторские дидактические материалы с DVD)</b> <i>М.Ю. Полникова</i> , заслуженный учитель России, Вторая Санкт-Петербургская гимназия, учитель высшей категории	Издательство «Экзамен» <b>ФГОС НОО. Технология современного урока в формировании читательской компетенции младших школьников</b> <i>И.В. Иванова</i> , учитель высшей квалификационной категории, лауреат гранта Москвы в области образования и науки
11.30 – 12.45	Издательство «Легион» <b>Организация мониторинга учебных достижений школьников в освоении нового образовательного стандарта начального образования с использованием пособий издательства «Легион»</b> <i>Л.Н. Потураева</i> , к.филол.н., доцент Таганрогского государственного педагогического института, автор пособий по начальной школе	Издательство «Ювента» <b>Роль тренажеров и ученического портфолио в достижении планируемых результатов обучения и в формировании универсальных учебных действий младших школьников (в соответствии с требованиями ФГОС)</b> <i>Т.Л. Мишакина</i> , отличник народного просвещения, заслуженный учитель РФ, лауреат конкурса «Грант Москвы в области наук и технологий в сфере образования» (2004 г.)	Издательство «Компас-Гид» <b>Современные стратегии и практики детского и подросткового чтения на примере социальных сюжетов в книгах издательства «КомпасГид»: социальная проблематика современных книг для детей и подростков; детская и подростковая литература в круге чтения учителя, психолога, родителя; педагогические технологии формирования читательской культуры и стратегии формирования читательской среды в образовательном учреждении</b> <i>Е. Асонова</i> , к.п.н., специалист по детскому чтению, Московский гуманитарный педагогический институт
13.00 – 14.15	Издательство «ВАКО» Лекция	Компания «ЭЛТИ-КУДИЦ» <b>Социально-личностное воспитание маленького россиянина средствами ИКТ</b> <i>И.Л. Туйчиева</i> , заведующая ГОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 2558» г. Москвы, заслуженный учитель РФ; <i>И.И. Казунина</i> , зам. ген. директора по научно-методической работе ЗАО «ЭЛТИ-КУДИЦ», научный сотрудник лаборатории предметно-пространственной среды НИИСО МГПУ, директор МОУ «Экспертиза для детей», отличник просвещения РФ	<i>расписание уточняется</i>
14.30 – 15.45	<i>расписание уточняется</i>	<i>расписание уточняется</i>	<i>расписание уточняется</i>

**Начало работы в 9.00.** В расписании возможны изменения и дополнения.

Следите за изменениями в расписании на сайте <http://bookfair.1september.ru>

**ВХОД СВОБОДНЫЙ**, но чтобы получить профессиональные подарки,

**пройдите заранее бесплатную регистрацию** на сайте <http://bookfair.1september.ru>

Все мероприятия фестиваля пройдут в московском государственном лицее № 1535 по адресу: ул. Усачева, дом 52 (в 3 минутах ходьбы от станции метро «Спортивная»). Телефон (499) 249-31-38. **Внимание!** В лицее нет камеры хранения. Спасибо за понимание.



Номинация  
«ПСИХОЛОГ И СЕМЬЯ ШКОЛЬНИКА:  
ИДЕМ НА СБЛИЖЕНИЕ»

## «Как дела?»

### Функции фразы в контексте детско-родительских отношений

При анализе запросов родителей в ходе консультативной работы с семьями подростков была выявлена примечательная закономерность. Многие родители жалуются на отсутствие в отношениях с подростком теплоты, близости и желаемого уровня доверия. Для восстановления отношений, вхождения в контакт большинством родителей использовалась фраза «Как дела?», на которую следовала неадекватная, по мнению родителей, реакция: агрессия, игнорирование, формальный односложный ответ. Это позволило сформулировать гипотезу данного исследования: контактоустанавливающая фраза «Как дела?» многозначна, многофункциональна и адресант и адресат этого высказывания понимают ее по-разному.

**Анна БЕРДНИКОВА**  
педагог-психолог,  
МАОУ гимназия № 6  
«Горноста́й»,  
г. Новосибирск

Правной точкой исследования стал анализ слова «дело». Поскольку фраза «как дела?» обладает устойчивостью и воспроизводимостью, что сближает ее с фразеологической единицей, то многие толковые словари включают ее в статью к слову «дело». Наше исследование опиралось на дефиниции толковых словарей под редакцией С.И. Ожегова и Д.Н. Ушакова.

Анализ данных толковых словарей позволяет выявить узусальное, присутствующее в языковом сознании всех носителей русского языка значение фразы «как дела?»: это **заинтересованное отношение к положению адресата фразы.**

Для проверки заявленной гипотезы было предпринято следующее: более ста учащихся девятых классов гимназии № 6 «Горноста́й» г. Новосибирска приняли участие в написании эссе на тему «Что для меня значит, когда меня спрашивают «Как дела?»».

Контекстуальный анализ письменных работ учащихся позволил выделить несколько смыслов фразы.

1 Искренний интерес к собеседнику (совпадение со словарным толкованием).

«Этот вопрос звучит нечасто, но если мама так говорит, значит, у нее есть время поболтать со мной как с подружкой».

2 Формальный интерес: каждый родитель должен общаться со своим ребенком, следовательно, по-

интересоваться делами, совершить акт общения.

«Когда слышу этот вопрос, всегда отвечаю: «Нормально!» и иду по своим делам».

«Говорит так, когда больше не о чем спросить».

3 Контроль собеседника. В этой функции фраза «Как дела?» становится синонимичной фразе «Отчитайся!».

«Как дела? Значит — что ты сегодня получил?»

4 Фраза становится маркером неблагополучия.

«Если меня спрашивают, как дела, значит, со мной визуальное что-то не в порядке».

5 Зачин неприятного разговора. «Значит сейчас будет разбор полетов».

6 Как форма приветствия, которая не предполагает развернутого ответа.

7 Способ начать общение с незнакомым человеком в социальных сетях.

Для анализа смысла, вкладываемого родителями во фразу «Как дела?», был предпринят опрос на родительских собраниях, семинарах для родителей и родительском форуме «Сибмама». Участникам было предложено завершить предложение: «Когда я спрашиваю ребенка «Как дела?», я подразумеваю...» В опросе приняли участие 86 человек. Примечательно, что родители видят в этой фразе преимущественно два смысла: искренний интерес и маркер неблагодарности.

Для многих родителей произнесение фразы «Как дела?» предполагает автоматическую демонстрацию искреннего интереса к ребенку.

«Если я спрашиваю ребенка о его делах, значит, мне интересны именно его дела. Если бы мне было интересно что-то другое, я спрашивала бы о другом».

Многие из родителей склонны отрицать функцию контроля даже в тех случаях, когда она явно прочитывается из контекста.

Например, мама двенадцатилетнего мальчика так описывает ситуацию. «Я знаю, когда у него заканчиваются уроки, и всегда звоню на

последней перемене, спрашиваю: «Как дела, сынок?» — а сама думаю, хоть бы не отчебучил сегодня чего-нибудь. Сын отвечает: «Ну мама, блин...» — и кладет трубку». Функцию своего вопроса мама обозначает как проявление интереса к делам сына.

В родительской аудитории иногда за фразой «как дела?» признается «легкая» форма контроля:

«Когда я задаю вопрос «Как дела?» сыну (пяти лет), я хочу знать, чем он занимался в мое отсутствие, но не с целью контроля (пока еще, хотя и это отчасти тоже), а показывая свою заинтересованность в нем. Потом я обычно расспрашиваю, насколько ему были интересны эти занятия, нравятся — не нравятся, вкусную ли еду ел и т.д.

К сыну интерес контроля сейчас пока легкий, так как в мое отсутствие он под контролем бабушки или воспитателя. Думаю, с возрастом контролирующая составляющая вопроса будет выше. Кроме того, от сына я хочу получить информацию, не причинил ли ему кто-то какого-либо вреда».

Другой пример, иллюстрирующий взаимодействие маленького ребенка и мамы посредством фразы «Как дела?».

На консультации мама жалуется на то, что ребенка в саду обижают почти все одноклассники. Сама она этого не видела, воспитатель не замечает, говорит, что у мальчика все в порядке в группе. Но ребенок каждый вечер дома в красках рассказывает о своих обидах в ответ на вопрос «Как дела?». Полностью реплика мамы, после которой пятилетний

мальчик говорит о своих неприятностях, звучит следующим образом:

«Как дела, тебя в саду не обижают?»

Для мамы это автоматизм общения с сыном, вторая часть фразы сливается с первой по смыслу и не воспринимается как провоцирующая ребенка на изыскание обид.

Около 30% опрошенных родителей не пользуются этой фразой во внутрисемейном общении, считая ее демонстрацией исключительно формальных взаимоотношений.

Значительная часть опрошенных (около 60%) дифференцируют смысл этой фразы в зависимости от того, какова дистанция между адресатом и адресантом:



чем короче это расстояние, тем более искренний интерес может быть вложен в эти формально-ритуальные слова.

*«Если спросит малознакомый приятель, то я отвечу нейтрально: «Хорошо. Нормально. По-старому». Если спросит муж, родители или сестра, ответ будет полным, развернутым, с обсуждением того или иного дела. Этим людям я доверяю. Им на самом деле интересны события моей жизни».*

Если оставить за скобками смысл расхожего выражения: «На вопрос «как дела?» подробно отвечает только зануда», — то развернутый ответ на этот вопрос предполагает высокую степень открытости и доверия в отношениях, не вытекающих автоматически из наличия родственных связей.

Еще одна примечательная функция фразы была выделена родительской аудиторией: фраза становится камертоном для дальнейшего общения. В зависимости от того, что отвечает или не отвечает собеседник, а также как он отвечает, можно прогнозировать дальнейшее общение, подстраиваться под адресата оптимальным образом. Эта функция была обозначена как исключительно женская. Мужчина, получив ответ на этот вопрос, может принять стратегическое решение — стоит ли ему продолжать общаться. Тема под-

стройки, сонастраивания здесь, как правило, не поднимается.

*«Когда спрашиваю «как дела» у близких мне людей, моя основная задача — не выяснить все в подробности (кроме исключительных случаев), а услышать, что ничего волнующего и плохого не произошло! То есть когда мне отвечают «дела хорошо/отлично/нормально», — мой внутренний сторож спокоен и радуется жизни, и можно уже послушать, например, про необычный поход в поликлинику».*

В данном контексте фраза выполняет своего рода сигнальную функцию.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы.

1 Родители склонны воспринимать фразу «Как дела?» в ее ближайшем, узуальном значении «демонстрация искреннего интереса». Функция контроля, как правило, отрицается. Возможно, это связано с тем, что контаминация искреннего интереса и контроля входит в противоречие с собственным образом хорошего родителя, имеющимся у отвечающего. Признать, что демонстрируется искренний интерес, как и предполагает узуальный смысл фразы, а на деле воплощается контроль, означает принять, что есть готовность или навык использовать в отношении собственного ребенка двойствен-

ные, манипулятивные, не всегда объективно честные приемы.

2 Дети более чутко относятся к языковым нюансам общения с родителями, выделяют большее количество смысловых оттенков, готовы их озвучивать и пояснять.

3 Неадекватная, по мнению родителей, реакция детей возникает наиболее часто в тех ситуациях, когда дети ощущают скрытый за фразой контроль или формальный, а не искренний интерес. При частотном использовании фразы с такой смысловой нагрузкой высказывание становится конфликтогеном в детско-родительском общении. Появление этой фразы начинает ассоциироваться с демонстрацией неискренности и манипулятивности, что приводит к бунту, протесту и соответственно неадекватной, по мнению родителей, реакции.

4 Результаты исследования позволяют составить блок рекомендаций для заинтересованных в эмоциональном контакте с детьми родителей. Одной из главных рекомендаций становится работа над осознанием собственных коммуникативных интенций. ●

#### ЛИТЕРАТУРА

Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. — М., 1998.

Ушаков Д.Н. Толковый словарь русского языка: В 4 т. — М., 2003.







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

## Диагностика открытий

Приоритетным направлением во взаимодействии психологов с учителями-предметниками является организация и проведение в лицее различных мероприятий: посещение занятий, психолого-предметные тренинги, межпредметные уроки, викторины, конкурсы, игры. В ходе подобной работы психолог имеет возможность не только провести дополнительную психодиагностику класса, но и активно участвовать в формировании творческих и мыслительных процессов обучающихся, а также организовать позитивное бесконфликтное взаимодействие в триаде педагог-предметник — ученик — психолог.

**Татьяна СТОРОЖЕНКО**

психолог,  
НОУ СОШ

«Московский лицей «Ступени»

Работа проведена совместно  
с учителем естествознания  
и биологии лицея

**Денисом КРАСНОБАЕВЫМ**

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ

Работа школьного психолога в негосударственной частной школе имеет характерные особенности. В рамках образовательной и развивающей концепций лицея «Ступени» каждый психолог обязан не только участвовать в работе психологической службы школы, но и решать различные учебные и организационные вопросы, а также являться воспитателем в одном или двух классах.

Мы представляем опыт длительной работы с учениками 5-го класса, изучающими тему великих географических открытий в разделе «Открытие Земли и создание карт» по окружающему миру (УМК «Земля и люди. 5 класс», авторы К.Ю. Еськов, О.В. Бурский).

*Основная цель* работы — изучение форм психологического взаимодействия обучающихся в малых группах в процессе учебной деятельности.

При этом ставились следующие конкретные *задачи*:

- планирование и организация самостоятельной совместной деятельности обучающихся;
- проверка на практике современных репродуктивных, творческих, ценностно-оценочных и проектно-исследовательских технологий обучения;

- расширение поля образовательной активности обучающихся за рамки одного предмета за счет межпредметной направленности;
- формирование устойчивого навыка говорения понятным русским языком с использованием научных понятий и терминов; обучение выражению своих мыслей четко и доступно;
- психологическая диагностика способностей обучающихся.

Тема была выбрана не случайно, поскольку данный учебный материал, на наш взгляд, позволяет удачно подобрать задания, провести самостоятельную исследовательскую работу школьников и сориентировать обучающихся на освоение общекультурных ценностей.

Проводя подобную работу, любой психолог может столкнуться с рядом трудностей. Мы укажем здесь лишь самые основные, которые нам пришлось преодолевать в ходе подготовки, организации и проведения данной работы.

### ТРУДНОСТИ И ПРОБЛЕМЫ

*Проблема первая.* Многие наши воспитанники живут в своем узком мирке, и их быт и уклад жизни абсолютно никак не связаны с изучаемым в школе материалом — ни теоретически, ни в прикладном

аспекте. Ликвидация этого пробела — достаточно трудоемкая работа, и в каждом новом классе ее приходится проводить заново.

**Проблема вторая.** Многие школьники связывают самостоятельную исследовательскую работу только лишь с учебной деятельностью. И грамотно направить вектор их образовательной активности на освоение личностно-ориентированных ценностей бывает порой нелегко.

**Проблема третья.** В последнее время мы все чаще стали сталкиваться с проблемой детской «немоты и косноязычности» — многие школьники оказываются не способны грамотно сформулировать свои мысли, доступно и четко их изложить. В лицее «Ступени» подобная проблема взята на особый контроль и решается совместными усилиями психологической службы, учителей словесности и специалистов-логопедов. А работы, подобные данной, стимулируют школьников не только правильно и красиво говорить, но и уверенно держаться в компании сверстников, свободно и раскованно общаться с другими людьми. Кроме того, такая форма учебной деятельности снимает отрицательный эмоциональный фон, который может сопровождать учебный процесс в ходе обычного традиционного урока.

## ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Весь цикл рассчитан примерно на полтора месяца (12–15 уроков), что совпадает по времени с изучением данного раздела в соответствии со школьной программой.

Подготовительный этап был начат с собеседования с учителем-предметником и заведующим школьной библиотекой, распределения обязанностей, составления плана работы и деления класса на малые группы, руководствуясь способностями и навыками обучающихся, их психофизиологическими особенностями развития и степенью развития мотивации к обучению.

Класс из 10 человек был разделен на три малые группы — «ТРИ-У» (сокращенное название от слов: «Учащийся, Узнающий, Умеющий»), состоящие из трех человек. Впоследствии по желанию школьники могут сами придумать название своей группе. Каждое «ТРИ-У» получило свою конкретную учебную тему в соответствии с программой. Представленные темы охватывали три крупных временных промежутка:

— Первые открытия и начало освоения территории России (IX—XVII вв.);

— Становление географии в России как науки и дальнейшие открытия в России и в мире (XVIII — середина XIX в.);

— Современные открытия и исследования русских в России и в мире (конец XIX — начало XXI в.).

Внутри групп каждый школьник получил одну из трех специальностей: докладчик, оппонент и ре-

цензент. Последний, десятый ученик получил дополнительную специальность — координатор.

Дальнейшая работа подготовительного этапа сводилась к следующему. Каждая из тем была разделена на подтемы, и для каждой из них были подобраны доступные литературные источники в дополнение к базовому УМК. Для каждого были составлены памятки с алгоритмами выполнения работы, инструкции и подробные рекомендации к выполнению заданий (см. приложение на диске). Были разработаны временные рамки и четкие критерии оценивания (см. приложение на диске) для каждого из видов предстоящей работы.

Любое творческое и исследовательское задание должно заканчиваться подведением итогов с обязательным выставлением оценок. Безоценочный подход к подобного рода работам, на наш взгляд, устраняет один из основных стимулов: стремление к лучшему познанию материала. Ведь творческий поиск — это не только интересное общение, но и огромный труд психолога, учителя и обучающихся, направленный на освоение или закрепление изученного, развитие логического и абстрактного мышления, формирование умения продуктивно работать в коллективе и при этом не быть оторванными от реальности.

## ОСНОВНОЙ ЭТАП

Работа второго, основного этапа начиналась со знакомства ребят с планом деятельности по каждой специальности, с тематикой работ, условиями их оценивания и сроками выполнения.

Воспитанники, работающие по специальности «докладчик», изучая литературные источники, составляли сводную таблицу открытий и достижений русских и советских путешественников в рамках своей темы, на основании материалов которой подготавливали текст итогового доклада и наносили на контурную карту маршруты путешествий.

Оппоненты каждого ТРИ-У также составляли таблицу открытий, текст доклада и оформляли контурную карту, но применительно к зарубежным путешественникам и исследователям. Также оппоненты составляли вопросы к докладчику и так называемый список приоритетов, куда в ранжированном порядке по убыванию значимости заносились все достижения, открытия и путешествия заданного периода.

Рецензенты каждой группы соответственно писали рецензии на тексты докладов докладчика и оппонента, готовили раздаточный материал для других групп в виде резюме и кратких выводов, а также составляли вопросы и задания для тестов по своей теме.

Помимо этого, все учащиеся составляли в рабочих тетрадях таблицу терминологического словаря, в которую заносили все понятия и термины, встреченные ими в ходе изучения учебного материала.



Коллаж В. Солдатенко

Естественно все учились правильно выступать с сообщениями, грамотно говорить и аккуратно, в соответствии с требованиями, оформлять все виды письменных работ.

Задачи координатора, как следует из названия, сводились к координированию и контролированию работы всех трех групп. Кроме этого, координатор, выступая в роли научного консультанта, составлял план выполнения работ, а также список трудностей и перечень достижений каждой малой группы.

Большую часть работ школьники выполняли самостоятельно, работая индивидуально, в парах и в своих ТРИ-У, совещаясь с педагогами на уроках и в специально отведенные консультативные часы во внеурочное время. Разумеется, при этом каждый «специалист» обязан был хорошо владеть материалом всех участников своей группы, а координатор — материалам всех трех ТРИ-У.

После этого в течение примерно 10 уроков личности выполняли намеченные задания внутри своей группы, выступали с докладами, демонстрировали карты, составляли таблицы, тесты, рецензии, конструктивно взаимодействовали между собой, консультировались с руководителями. По окончании выступлений группы наносили пути движения «своих» путешественников на общую настенную контурную карту, а затем каждый участник на этой же карте обозначал маршруты своих собственных путешествий.

Заполненная карта была сфотографирована, полученное изображение распечатано, заламинировано и вручено на заключительном уроке всем воспитанникам в качестве памятного подарка (см. на диске).

Заключительный этап представлял собой урок-конференцию, завершающую весь цикл работ.

Конференция — это учебная дискуссия, на которой каждая малая группа знакомила остальных воспитанников класса с результатами своей работы, представляла рецензии и выводы, демонстрировала раздаточный материал и тесты. Центральное место в дискуссии занимала постановка вопросов о вкладе русских путешественников в историю географических открытий и их значении для укрепления позиций на мировой арене.

Дискутируя и отвечая на поставленные вопросы, пятиклассники постепенно пришли к выводу, что маршруты на карте — это не просто разноцветные стрелки, а жизнь и труд многих реально живших людей со своими мечтаниями, помыслами и надеждами. И что для любой страны дело всякого человека, бескорыстно потратившего для ее блага время, силы, энергию, средства, становится бесценным, а отдавшего за Родину свою жизнь — бессмертным!

Именно в подобных заключениях, на наш взгляд, формируется личностно-ориентированное отношение к учебным заданиям, постигаются общекультурные и общечеловеческие ценности, закладываются основы гражданственности и патриотизма у подрастающего поколения.

После дискуссии всем школьникам было предложено заполнить анкету, в которой отобразить свою оценку выполненной работы, рассказать о встреченных трудностях и учебных взаимоотношениях в коллективе.

На урок были приглашены другие психологи и педагоги, работающие в этом классе, а также представители администрации лицея. По окончании урока всем воспитанникам и гостям были вручены памятные подарки. Урок был заснят на видеокамеру. Смонтированный фильм хранится в фильмотеке лицея.



## СЦЕНАРИЙ ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНОГО УРОКА-КОНФЕРЕНЦИИ

### 1. Начало урока — 3 минуты.

Подготовка, приветствие, вступительное слово руководителей.

### 2. Выступления лицейстов — 5 минут.

**Андрей.** За полтора месяца мы изучили большой материал о путешествиях людей по всему земному шару, об открытии новых земель.

**Злата.** Мы пытались заглянуть в глубь веков и познакомиться с совсем недавними путешествиями. Маршруты путешествий мы нанесли на карту: экспедиции наших соотечественников — красным цветом, зарубежных путешественников — синим. Мы обсуждали причины, которые заставляли людей отправляться в дальние плавания, пересекать пустыни, покорять горные вершины, двигаться по бескрайним снежным равнинам.

**Даниил.** Мы представляли себя на месте тех, кто, преодолевая трудности, призывая на помощь все силы природы и уповая на милость Божию, упорно двигался вперед, к новому, неизведанному. С теми, кто ощущал себя жителем нашей большой и красивой планеты, приносил в дар людям все свои достижения.

Конечно, люди не идеальны, и большое количество открытий принесло с собой не только прогресс, но и жестокость и разрушения. Историю нельзя изменить. Но уже сегодня каждый из нас может бережно относиться к окружающему миру и людям, встречающимся на нашем пути.

**Андрей.** Именно благодаря первооткрывателям мы сегодня имеем возможность путешествовать во все уголки Земли и чувствовать себя комфортно и безопасно.

На последнем уроке мы отметили на карте, рядом с маршрутами легендарных путешественников, направления наших собственных поездок, наиболее интересных и запомнившихся нам. Эти поездки обозначены на карте цветными линиями.

Возвращаясь к пройденному материалу, мы хотим предложить всем присутствующим выполнить задания, которые мы сами составили при изучении материала.

### 3. Выполнение тестов — 5 минут.

Ангелина раздает всем тестовые задания.

### 4. Дискуссия — 5–7 минут.

Ведущие, подводя итог занятию, предлагают провести общую дискуссию и сделать вывод по ее итогам. Но прежде участники должны проанализировать работу, выполненную группами исследователей. Внутри каждой исследовательской группы необходимо провести совещание по списку-рейтингу географических открытий, составленному каждой группой, и согласиться или поспорить с этим спис-

ком. Надо выработать единое мнение группы и выбрать выступающего, который аргументирует решение своей группы.

### 5. Выступление координатора проекта — 3 минуты.

**Полина.** В процессе изучения этого материала я должна была выполнять роль координатора — изучить весь материал целиком, следить за выполнением группами своего задания. К сегодняшнему дню я подготовила прогноз результатов только что проведенной аналитической работы и сравнила полученные результаты с прогнозируемыми, а также готова высказать свое собственное мнение об этом. Итак...

### 6. Подготовка и выступление ребят — не более 12 минут.

Ведущий задает два вопроса для дальнейшей дискуссии.

- В какой период времени вклад русских путешественников в открытие и исследование новых земель и морских путей был, с вашей точки зрения, наиболее значимым? Аргументируйте, пожалуйста, вашу точку зрения. Ответ обязательно сопровождайте данными географической карты.
- В какой период времени, с вашей точки зрения, открытие и освоение новых земель русскими путешественниками оказало наибольшее влияние на формирование современных границ Российского государства и укрепление позиций России в мире? Аргументируйте, пожалуйста, вашу точку зрения. Ответ обязательно сопровождайте данными географической карты.

Участникам следует прийти к единому мнению в маленьких группах и снова определить выступающего. Трое выступающих выходят к доске и, пользуясь картой и списками приоритетов, дают развернутый ответ на поставленный вопрос.

### 7. Формулирование вывода — 2–3 минуты.

**Ведущие.** Итак, мы провели дискуссию и теперь можем сделать окончательные выводы по ее итогам. Может быть, кто-то готов сформулировать этот вывод?

### 8. Заключение и обратная связь — 5 минут.

**Ведущие.** Сейчас мы каждому участнику нашей конференции раздадим анкеты, которые вам надо подписать и ответить на поставленные вопросы, касающиеся проведенной вами большой работы. Большое спасибо всем участникам за их старания! А теперь мы вручим вам памятные подарки и расскажем, что нам больше всего понравилось в работе каждого из вас. ●

 *Дополнительный материал см. на диске*



Фото О. Решетниковой

# СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ

Отличается ли новое поколение подростков, выросшее в эпоху перемен и новых информационных технологий, от предыдущих? Каковы его сильные и слабые стороны? Об этом наш разговор с академиком, доктором психологических наук, профессором, директором Института социологии образования РАО В.С. СОБКИНЫМ.

**Владимир Самуилович, что вы можете сказать про современную молодежь, которую взрослые оценивают чаще негативно?**

Есть такая дежурная фраза, которая мне очень нравится: «Хорошая у нас молодежь!» Если говорить серьезно, то молодые люди в каждом поколении вполне нормальные, а если что-то в них не нравится, то виноваты в этом мы, взрослые. Конечно, индивидуальные стратегии развития у каждого свои и зависят от многих факторов: образования родителей, их материального положения, от национальной принадлежности и, конечно же, той социокультурной ситуации, в которой оказался молодой человек. Есть условия, на которые мы не можем повлиять.

Каждый молодой человек по мере взросления и вставания в культуру, в общество определяет свои ценности, выбирает свой жизненный путь. Это зависит в первую очередь от него самого и от взрослых как посредников, вводящих его в социум. Каждое новое поколение существует в тесном взаимодействии с поколением предыдущим.

В 1991 году мы проводили большое кросскультурное исследование «Москва—Амстердам», во время которого опрашивали по

две с половиной тысячи человек в каждом из этих городов — учителей, учащихся и родителей. Оказалось, что ценностные ориентации московских и амстердамских школьников очень похожи. И те, и другие хотели, чтобы у них была хорошая семья, стремились к получению нормальной профессии и работы, к материальной независимости.

Основной тренд — социальная успешность. И это нормально. Второй вектор — стремление к самореализации, саморазвитию, установка на достижение успеха. Это мне тогда показалось удивительным: при существующих различиях в социокультурной среде и уровне жизни московские и амстердамские старшеклассники оказались схожи в своих ценностных ориентациях.

Но когда мы сравнили данные родителей и учителей, то увидели принципиальные различия. Взрослые амстердамцы были сориентированы на развитие человека критического, способного брать на себя ответственность. Наши же взрослые в основном представляли тип человека, для которого общественные интересы были выше личностной самореализации. Таким образом, в Голландии взрослые ориентируют детей на развитие критичности и ответственности, а наши —

ослабляют тенденцию индивидуального успеха, считая, что гораздо большей ценностью является общественное служение, общественная значимость.

Сказанное, по сути, описывает то, что Л.С. Выготский называл «социальной ситуацией развития». И эта ситуация реально проявляется в отношениях подростка и взрослого человека. В этом и есть основное различие: в Амстердаме социокультурная ситуация одна, а у нас совершенно другая. Но это мы видим только тогда, когда сопоставляем ценностные ориентации детей и взрослых.

На мой взгляд, нельзя рассматривать одно поколение в отрыве от других, ориентируясь только на год рождения его представителей. Правильнее рассматривать поколения в связке, в контексте диалога, в котором находятся люди молодого возраста с более старшими.

Мое поколение, например, тесно общалось со старшими, которые прошли войну, пережили эпоху развенчания культа личности и осознали ее, хотя и все по-разному. Но они реагировали на все эти события, и мы были с ними в диалоге по поводу их смысловых контекстов. А на что реагируем мы, общаясь с молодыми людьми, что мы им даем, кем мы для них являемся? Какой своей стороной

мы к ним повернуты? Как мы относимся к общественным, политическим, культурным проблемам?

И если подросток видит, что мы, взрослые, предлагаем ему на телевидении программы Петросяна, — значит, это и есть взрослый мир в его представлении: скучный и плоский. Или мы по-другому к нему «повернуты»? Что мы, собственно, предъявляем молодому поколению? Ведь, как известно, «на зеркало неча пенять...».

***А что является отличительной чертой современной молодежи?***

Я неоднократно слышу от друзей и сам употребляю фразу «непоротое поколение». Некоторые даже усиливают ее, говоря «первое непоротое поколение». Я бы

так не сказал, поскольку сам себя к «поротому» поколению не отношу.

Самоопределение гражданское, политическое, смысловое — самый серьезный вопрос, который волнует меня и моих сотрудников при исследовании проблем социализации подростка, проблем ценностного самоопределения, подросткового чтения, ориентаций в искусстве.

Нынешнее поколение неоднозначно воспринимает существующую социокультурную ситуацию. Эту сложность я бы обозначил как ценностно-нормативную неопределенность.

Социализация подростка происходит в ситуации, когда в обществе не существует принятых большинством ценностных ориен-

таций и опор. Во времена нашего взросления существовала официальная идеология и были разные социальные подтексты. Кто-то искренне принимал официоз, кто-то — нет. Но мы имели четкую государственную позицию, которая была достаточно последовательной. Она себя презентировала по целому ряду ценностей, которые были вполне определенными: подвиг во имя родины, героизм, молодоговардейцы... Существовала в этом смысле непротиворечивая картина.

Другое дело, что «считывалось» каждым конкретным человеком. И насколько это соответствовало реальности, как воспринималось — как правда или как кривда? И именно в этой двойственности был смысл нашей социализации:



Коллаж В. Солдатенко

мы учились понимать социальные подтексты и контексты.

Мне вспоминается предисловие к роману Юрия Тынянова «Смерть Вазир-Мухтара». Он описывает, как одно поколение — тех, кто вместе с декабристами выходил на площадь, сменилось другим, и это новое поколение было похоже на «скисшее вино». Создавая свой роман в 30-е годы XX века, Тынянов очень точно уловил признаки тоталитаризма. Тогда возникли понимание «второго плана», умение за словом увидеть подтекст, находить смысл высказывания.

Сложность социализации сегодняшних молодых заключается в том, что они не сориентированы на культурный подтекст. Этой ценностной установки нет. Сама культурная ситуация этого не предъявляет. Она в этом плане очень проста: любая точка зрения может быть высказана и в ней нет тайны. Нет (в этом смысле) глубины. Культура как бы «сплющена». Не строятся «многоуровневые» тексты, а создаются тексты рядоположные. Одно высказывание противостоит другому, и нужно лишь выбрать подходящее.

Подросток самоопределяется не в ситуации углубления смысла и

понимания того, что происходит, а в ситуации принятия той или иной позиции. Перетягивание каната — наш национальный вид спорта: «К барьеру!», «Кто кого переспорит!». Нет понимания того, что стоит за тем или иным высказыванием, что же человек хотел сказать на самом деле. Неважно! Он сказал, а твое дело — решить, кто прав.

Вспомним фильм «Чапаев»: «Белые пришли — грабят, красные пришли — грабят, куда крестьянину податься?» Современные подростки, мне кажется, сейчас находятся в положении этого крестьянина.

***Но появился еще и Интернет, который устанавливает свои правила и определяет смыслы...***

Мы проводили исследование отношения подростка к Интернету. С одной стороны, там идет поиск информации. Это замечательная возможность: легко и просто найти и воспользоваться той информацией, которая тебе нужна. Проблема заключается в том, какую информацию подросток ищет? Определяющим здесь является сформированность целей и мотивов.

Во времена нашей молодости во многих квартирах (по крайней мере, среди моих знакомых) стояли подписные издания. 30 томов Золя! Кому были нужны эти академические издания? Кто читал полное собрания сочинений Золя или Драйзера? Но они стояли, и многие их вообще не открывали, хотя, конечно, были те, кто читал. Так же и с Интернетом, где размещено много всего. Но кто заходит на те сайты, которые выдают нечто запретное, то, что ребенок не должен смотреть: эротику, порнографию. Ведь запретное манит!

Вопрос о нахождении ребенка в Интернете важен еще и потому, что тексты, которые читаются в Интернете, — клиповые, они очень просто построены, не требуют умственного усилия для их понимания. На мой взгляд, странно читать Набокова или Достоевского на компьютере. Хотя кто-то, наверно, их там читает в целях экономии денег. Книги — дорогое удовольствие.

Второй сегмент Интернета — те социальные среды и сети, в которые ребенок может вступить, расширив свою коммуникацию. Здесь он может совершенно спокойно выходить за рамки своей



Фото с сайта <http://www.21202s13.edusite.ru>



ограниченной социальной ситуации, реального социального взаимодействия и уходить во внеситуативную среду.

П.П. Блонский ввел термин «расширение социальной среды подростка». Это стремление расширить свою социальную среду, выйти за рамки наличной ситуации, за пределы города, страны прекрасно реализуется в Интернете.

Это совершенно иная ситуация взаимодействия, где много разного — и хорошего, и плохого. Там можно стать другим и попробовать себя в ином образе. Такой жанр очень важен для подросткового сознания. Наблюдать всё и быть в то же время незаметным, подсматривающим.

Интернет дает еще и возможность прикинуться другим, узнать реакцию на то, что ты скажешь. Здесь есть и безнаказанность, и неконтролируемость — много разных плюсов и минусов. Здесь, кстати, можно не отвечать за свои слова, оставаясь инкогнито. Это особая тема.

***Но сетевое общение позволяет быть и предельно открытым. Молодые люди описывают в чатах и на форумах любые подробности своей жизни, делясь с огромной аудиторией самыми сокровенными мыслями.***

Это стремление к «авторскому поведению», когда ребенок или даже взрослый человек оформляет себя как автора своих поступков. У Ю. Лотмана есть статья о Пушкине, где он пишет, что тот был первый литератор, который строил свое бытовое поведение как поведение писателя. Он строил свою модель социального поведения, относясь к собственной жизни как автор.

В этом отношении подростковый возраст — не только время самореализации, достижения нормативных успехов, с чего мы начали разговор, но и время придания своему действию формы авторского поступка. Советская педагогика, очень хорошо понимавшая стремление подростков к

авторскому поведению, называла это «чувством взрослости». Для его реализации выстраивались общественные, социально полезные действия.

Что такое чувство взрослости и социальная активность? Это совершение социально значимых действий. Это стремление проявить себя как автора того или иного действия, порой выходящего за общие рамки, на который взрослые люди реагируют именно как на твой социальный поступок.

И здесь подросток, выходя в Интернет, выстраивает свое поведение в квазиреальности. Не реальный поступок: бабушку перевести через дорогу — это «банально», а вымышленные действия в виртуальной реальности: полезные или бесполезные, рискованные или нет.

***С 1990-х прошло два десятилетия, и многие подростки сами стали родителями. Есть какие-то различия между молодежью этих поколений?***

Сейчас существует большая социальная дифференциация в подростковой среде. В начале 1990-х она не была так явно ощутима. Такой сепарации социальных групп, такого расслоения тогда не было. И это большая беда нашего времени.

Сфера образования среагировала на потребность ряда социальных групп выстраивать свои образовательные среды, не задумываясь об общекультурной направленности, и сформировала их. Я сам в начале 1990-х ратовал за то, что должна существовать негосударственная система образования в России. Неправильно, что талантливые педагоги могут реализовать себя только под жестким государственным контролем, что родители не могут учить своих детей по нестандартным программам.

Но тогда трудно было предположить, что эта идея примет те уродливые формы, какие существуют сейчас. Уродливые по-

тому, что существующая дифференциация в образовании осуществляется не только на платной основе в негосударственном секторе образования, но и на базе общегосударственной системы образования.

Подчеркну: глубокая социальная справедливость заключается в том, что государство должно содействовать созданию учебных заведений, которые поддерживают талантливую молодежь. Или наоборот, детей, имеющих сложности в развитии. Именно это дело государства, требующее особых затрат. Но сейчас привилегии в учебе дети имеют не по способностям, и не по труду, и не в силу жизненных обстоятельств, а в силу социального статуса родителей.

С возрастанием социальной дифференциации возникает проблема расслоения, разрозненности, мозаичности самой подростковой среды, причем порой с противостоянием и агрессией внутри. И этим очень легко можно манипулировать, ведь опыт деления на «мы — они», «свои — чужие» у нас уже был. К сожалению, проблема «мы» не решена и в новом поколении.

Фраза из песни Булата Окуджавы «возьмемся за руки друзья, чтоб не пропасть поодиночке» — тот посыл, который нам в свое время передало старшее поколение. И мы попытались взяться за руки, поскольку сердцем прочувствовали честные, важные, откровенные и привлекательные в своей нравственной основе слова. Их нам сказали люди, прошедшие войну. Они их сказали не официально, надев на себя правительственные награды и погоны, а, наоборот, сняв их.

И в этой фразе есть «мы». Когда смывается социальная шелуха, открывается простор для этики и нравственности, чувства правды. Этого, к сожалению, очень не хватает современному поколению.

*Беседовала  
Ольга Решетникова*

**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
31 октября – 2 ноября	Екатеринбург	Научно-практическая конференция <b>«Культура здоровья и образование»</b>	уточняются	Уральское отделение РАО, Российский государственный профессионально- педагогический университет	E-mail: kultura-zdorov2011 @mail.ru
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 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
14–17 ноября	Москва	Обучающий семинар <b>«Разрешение проблем подросткового кризиса методами эмоционально- образной терапии»</b>	3000 руб.	Консорциум «Социальное здоровье России»; канд. психол. наук А.П. Королева (Москва)	Тел./факс: (499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru
15–17 ноября	Санкт-Петербург	Семинар-тренинг <b>«Эффективные способы влияния на поведение ребенка. Решение проблем дисциплины»</b>	5800 руб.	Институт практической психологии «Иматон»; И.А. Венщикова (Санкт-Петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru
17–18 ноября	Альметьевск (Татарстан)	Международная конференция <b>«Системный подход к модернизации стандартов высшего профессионального образования»</b>	1000 руб.	Министерство образования и науки Республики Татарстан, Альметьевский государственный институт муниципальной службы	(8553) 30-0080 E-mail: nayka_rector@mail.ru
21–22 ноября	Москва	Обучающий семинар <b>«Родительско- детские конфликты в семейном консультировании»</b>	3000 руб..	Консорциум «Социальное здоровье России»; канд. психол. наук А.Н. Елизаров (Москва)	(499) 261-2226 (499) 263-1760 E-mail: shealth@cnt.ru
23–24 ноября	Ярославль	V Всероссийская конференция <b>«Системогенез учебной и профессиональной деятельности»</b>	3000 руб.	Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского	(4852) 32-9287 E-mail: systconf@mail.ru

Дата	Место проведения	Название	Условия участия	Организатор, ведущий	Контакты
23–25 ноября	Санкт-Петербург	III Всероссийская конференция « <b>На пороге взросления</b> »	уточняются	Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена	www.conf.childpsy.ru/2011/
24 ноября	Ульяновск	V Международная конференция « <b>Профессиональная рефлексия педагога как фактор инновационного развития образования</b> »	оплата публикации	Министерство образования Ульяновской области, Ульяновский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования	(8422) 32-5751 E-mail: uipkpro@yandex.ru
24–25 ноября	Минск (Белоруссия)	Международная конференция « <b>Психологические проблемы современной семьи</b> »	уточняются	Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка	(375-17) 263-7895
24–25 ноября	Барнаул	IV Всероссийская конференция « <b>Психологическая культура и психологическое здоровье в образовании</b> »	оплата публикации	Министерство образования и науки РФ, Алтайская государственная педагогическая академия	(3852) 38-8463 E-mail: zharikovali@mail.ru
25–26 ноября	Донецк (Украина)	Международная конференция « <b>Психологическое здоровье и благополучие нации</b> »	10 у.е.	Донецкий национальный университет, Ассоциация психологов Донбасса	(380-62) 335-7952 E-mail: apd.dn@mail.ru
25–26 ноября	Киров	Международная конференция « <b>Психология профессионального развития</b> »	уточняются	Вятский государственный гуманитарный университет	(8332) 37-0255
27–28 ноября	Москва	Международная конференция « <b>Теория и практика социально-педагогической деятельности в современном социуме</b> »	500 руб.	Московский городской психолого-педагогический университет	(499) 256-4640 E-mail: nir-sop-mgppu@mail.ru
28–30 ноября	Санкт-Петербург	Методический тренинг « <b>Методика проведения тренинга «Уверенное поведение на экзамене</b> »	6800 руб.	Институт практической психологии «Иматон»; Н.Е. Афанасьева (Санкт-петербург)	(812) 320-7154 (812) 327-5584 E-mail: ippi@imaton.ru
29–30 ноября	Челябинск	Интернет-конференция « <b>Модернизация российского образования: психолого-педагогические проблемы и перспективы</b> »	оплата публикации	Академия практической психологии и тренинга	(912) 798-3844 E-mail: vdy-55@mail.ru www.conf-a.narod.ru/index.htm
5–6 декабря	Москва	Международная конференция « <b>Актуальные проблемы психологической реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья</b> »	уточняются	Департамент образования города Москвы, Московский городской психолого-педагогический университет, Институт психологии Фрайбургского университета	(495) 632-9199 E-mail: psy-rehab@yandex.ru
8–9 декабря	Киев (Украина)	V Международная конференция « <b>Проблемы эмпирических исследований в психологии</b> »	оплата публикации	Киевский национальный университет им. Тараса Шевченко	(380-44) 239-3285



**Психологическая  
адаптация  
Механизмы и стратегии**

*А.А. Налчаджян*

2-е изд., перераб и доп.  
М.: Эксмо, 2010  
(Психологическое образование)

Книги по фундаментальным проблемам психологии рассчитаны на читателя, готового к размышлениям на серьезные темы, что хотя и предполагает ознакомление с авторской точкой зрения, но не означает ее безусловного принятия. Данная книга — достойный образец именно такого издания, настраивающего не на простое умножение знаний, а на их преломление сквозь призму собственных профессиональных предпочтений и установок. Работа с этой книгой сродни, если говорить языком Эриха Фромма, чтению «по принципу бытия», когда хочется выйти за рамки авторского взгляда на процессы психологической адаптации и заметить возможность иного понимания адаптивных стратегий или механизмов преодоления фрустрационных воздействий.

Автор — исследователь из Армении, известный своими работами в области психологии, философии и этнологии. Его труды публиковались на армянском и русском языках, и русскоязычному читателю знакомы его публикации по различным проблемам, в числе которых — интуиция в творческом процессе, этническая самозащита и даже психологическая этнопедагогика.

В данной работе нашли отражение представления автора о психологических механизмах адаптации. Это уже второе, значительно переработанное и дополненное издание; первое, посвященное социально-психологической адаптации личности, вышло в 1988 году в Ереване и в настоящее время стало труднодоступным. По своему жанру это научная монография, в которой последовательно описаны основные типы проблемных ситуаций, актуализирующие процессы адаптации и дезадаптации. Автором предложена собственная теория психологической адаптации, в частности механизмов личностной защиты в условиях фрустрации.

Трудно сказать, в какие еще исторические периоды проблема адаптации была бы столь актуальна, как сейчас, когда психологам приходится не на словах, а на деле доказывать свою профессиональную состоятельность при столкновении с ситуациями, требующими обретения гармонии с собой и с миром. Что касается практикующих психологов, то они могут использовать данное издание в качестве источника сведений по вопросам разрешения конфликтов как разновидности проблемных ситуаций.

Данная книга — не пособие в практической работе, а обобщение научных изысканий, поэтому она не содержит конкретных советов относительно того, какому поведению следует отдать предпочтение. Однако изложение возможных подходов к разрешению конфликтных ситуаций способствует обретению психологической свободы, допускающей нетривиальные решения привычных проблем.

**Михаил ЖДАНОВ**



**Родитель и учитель  
Как понять друг друга  
и помочь ребенку**

*М.М. Безруких*

Екатеринбург:  
Рама Пабблишинг, 2010  
(Серия «Учебники для родителей»)

Значительное место в деятельности практикующего психолога — вне зависимости от того, где он работает, — занимает оказание поддержки в разрешении противоречий между начальниками и подчиненными, коллегами, супругами и пр. Судя по числу публикаций, касающихся конфликтных ситуаций в школе, проблема установления добрых отношений между участниками образовательного процесса по-прежнему остается в числе актуальных. Нет оснований сомневаться, что и данное издание, написанное известным специалистом в области коррекции школьных трудностей, найдет своего читателя.

Его основная идея нашла отражение в заглавии одного из разделов — как решать проблемы, не создавая новые. Учителям хорошо известно, что в большинстве случаев в школу приходят мамы-папы, бабушки-дедушки относительно благополучных детей. При этом педагогам, а порой и школьному руководству приходится приложить немало усилий, чтобы убедить родителей неуспевающих, малообщительных, неуравновешенных, тревожных и т.п. учеников в необходимости установления более тесных контактов со школой. То же самое можно сказать и относительно потенциальных читателей пособия — его в первую очередь возьмут в руки те, кто уже осознал наличие проблем и ищет способы их разрешения.

Действительно, в книге подробно описано, какие существуют принципы эффективного общения. Однако этим ее содержание не исчерпывается. Заинтересованный читатель, а таких немало среди психологов, найдет в ней сведения о том, как заметить неблагополучие и предупредить появление конфликта, как наладить отношения с родителями, избегать контактов со школой и не желающими признавать неуспехи своих детей.

Конфликты касаются разных сторон школьной жизни, именно поэтому автор выделяет несколько «уроков», которые отражают содержательную специфику проблем в той или иной области, сфере общения. В частности, первый «урок» помогает подготовить и провести родительское собрание, второй — организовать личную встречу учителя с родителями. А если родители отказываются от того и другого?

В книге можно найти немало полезных советов, которые представлены либо в систематическом виде — как принципы и правила, либо в виде отдельных рекомендаций под рубриками «Что делать, если...» и «Это важно знать!». При этом их объединяет простая мысль: какой бы неприятной ни была ситуация для взрослых, какие бы чувства они ни испытывали друг к другу, нельзя забывать, что в данном случае главным действующим лицом конфликтных отношений выступает ребенок, и прежде всего следует заботиться о его благополучии. Это нелегко. А легкой жизни в школе никто и не обещал.

**Марина СТЕПАНОВА**

# Счастье

Игру рекомендуется использовать в работе с подростками, юношами и взрослыми с целью развития жизнерадостности и повышения уверенности в себе.

**Ирина СТИШЕНОК**

психолог,  
г. Гомель,  
Республика Беларусь



## Основные задачи:

- обучение навыкам самоанализа и самопознания;
- обучение трансформации негативного внутреннего состояния в позитивное;
- актуализация личностных ресурсов.

## Необходимые материалы:

- музыка для релаксации;
- по 2 листа формата А4;
- цветные карандаши.

## ХОД ИГРЫ

### Приветствие

Ведущий и участники садятся в общий круг. Ведущий приветствует всех, представляется сам и знакомится с участниками.

### Составление правил группы

Под руководством ведущего группа знакомится с правилами сказочной жизни, которые являются примерно такими же, как и правила психотерапевтической группы, а именно: конфиденциальность, доверие, Я-высказывание, возможность сказать «нет», активность и пр.

### Разминка

Ведущий предлагает участникам по очереди назвать свое имя и сказать, какого, как он думает, он сегодня цвета.

### Введение в сказку

Ведущий. *Сегодня мы поговорим о таком состоянии человека, как счастье. Думаю, вы согласитесь, что все хотят быть счастливыми,*

*но каждый вкладывает в это понятие свой смысл. А как вы считаете, что является показателем счастья?*

(Участники высказывают свои предположения.)

*Спасибо. А сейчас послушайте сказку о человеке, который искал счастье.*

*Человек искал свое счастье.*

*Долго искал. Полземли обошел. Спускался в подземелье и на морское дно, поднимался в небо на воздушном шаре и восходил на самые высокие горы.*

*Человек очень хотел быть счастливым. Но счастье приходило к нему лишь на мгновение и снова куда-то исчезало. И снова продолжались серые будни.*

### Игра «Я и мир»

#### Часть 1-я

Ведущий. *Сейчас я предлагаю вам нарисовать на листе бумаги силуэт человека (его контуры, очертания) и «поселить» внутри него различные чувства, эмоции. Для этого раскрасьте силуэт выбранными для себя цветами, то есть подберите каждому цвету соответствующее место внутри контура.*

*Время выполнения задания — 10 минут.*

#### Часть 2-я

Ведущий предлагает раскрасить пространство вокруг силуэта человека, изобразив тем самым

цвета окружающего его мира. А затем предлагает обозначить, с какими чувствами ассоциируются выбранные участниками цвета внутри силуэта человека и вне его.

### Обсуждение

Участники обмениваются впечатлениями, рассказывая о том, какие чувства они поместили внутри силуэта человека, а какие снаружи. Тем самым они анализируют, какие чувства и эмоции доминируют в них, а какие они видят в окружающем мире.

Важно, чтобы каждый осознал свои доминирующие эмоции, чувства, переживания.

### Информация для ведущего

При выполнении упражнения участники могут не только заполнить нарисованный контур чувствами, но и обозначить свое состояние, увлечения.

Например, написать: игра, лень, энергия и др. Все названия принимаются.

### Продолжение сказки

— *Серые будни? — вдруг однажды задумался человек. — А почему, собственно, они у меня серые?*

*И он понял: дни должны быть разноцветными, яркими, красочными.*

— *Наверное, что-то неладное происходит с моим зрением, — подумал Человек и пошел к окулисту.*

— У вас хорошее зрение, — посмотрев в глаза человека, сказал окулист. — Наверное, ваша проблема во внутреннем видении.

И он посоветовал человеку обратиться к другому специалисту.

— На что жалуемся? — засучив рукава, спросил другой специалист.

— Не вижу красок жизни, ничто не радует, все в сером цвете, — ответил человек.

— Так-с, — глубокомысленно сказал специалист. — А внутри-то что?

— А внутри темнота, — сказал человек и вдруг понял: меняться надо изнутри!

### Упражнение «Я в лучах солнца»

**Ведущий.** Сядьте как можно удобнее, закройте глаза, глубоко вдохните несколько раз и расслабьтесь. Вспомните ту ситуацию своей жизни, когда вам было особенно хорошо и вы были увере-

ны в себе. Посмотрите: где вы находитесь, как выглядите?.. Какие позитивные чувства вы испытываете, находясь в этом образе?..

Представьте себя в солнечном свете, который освещает и согревает вас...

А сейчас почувствуйте свет и тепло внутри себя. Представьте, что в вашем солнечном сплетении находится свет, который вы можете распространить на себя просто потому, что он полезен и плодотворен для вас.

Представьте, что свет заполняет все ваше тело: ваш живот... грудь... бедра... плечи... спину... ноги... руки... затылок... лицо... голову. Он становится все интенсивнее и вырывается за пределы вашего тела... Оно светится, как солнце, так, что вся комната озарилась светом. Если хотите, можете даже поднять руки, чтобы свет проходил через вас.

А теперь представьте себе, что свет распространяется все даль-

ше и дальше и озаряет все окружающее вас пространство: комнату, здание, в котором вы находитесь, город, леса, горы и поля.

Вы невероятно сильный маяк, и из вашего тела бьет источник всепроникающей жизненной энергии света и любви. И точно так, как отдавать, вы можете получать энергию солнечного света, энергию любви, освещаться и согреваться ею. Вы — часть великого целого.

Сохраните в себе это ощущение жизненной энергии. Потянитесь немного и откройте глаза. Вы снова здесь, в этой комнате, энергичные и бодрые.

### Анализ упражнения

Участники могут выразить свои впечатления от упражнения в рисунке, изобразив наиболее запомнившуюся им картину. А затем желающие могут рассказать, что они чувствовали, выполняя данное упражнение.





### Продолжение сказки

*И человек закрыл глаза и поставил высоко над собой солнце, теплые лучи которого осветили и согрели его, проникли внутрь, и... он неожиданно почувствовал свое сердце.*

*Волна нежности и любви наполнила его. Света было так много, что человек распространил его на весь окружающий мир.*

*Открыв глаза, он посмотрел по сторонам. Вокруг было светло.*

*«Светло внутри — светло снаружи, — понял человек и почувствовал себя счастливым. — Значит, наше счастье живет в сердце, когда оно наполнено светом и любовью. И оно всегда с нами».*

### Игра «Скульптура радости»

Ведущий предлагает участникам показать скульптуру, выражающую радость. Для этого необходимо выпрямиться, поднять голову и, раскинув руки в стороны, улыбнуться. Эта скульптура соединяет уверенность в себе и открытое, доброжелательное отношение к миру.

После выполнения упражнения участники рассказывают об испытанных ими чувствах.

### Окончание сказки

*С тех пор человек много раз восходил на высокие горы и погружался в морские глубины, развивал свое дело и воспитывал детей, но все это он делал с любовью в сердце.*

*«Как легко быть счастливым, — часто с улыбкой думал человек. — Надо просто научиться чувствовать себя, открыть сердце для света и любви и, наполнившись этими чувствами, делиться ими с окружающим миром».*

### Игра «Силуэт человека»

Ведущий. *Я предлагаю вам снова нарисовать силуэт человека. Но сейчас сделайте его по-новому. Нарисуйте на листе бумаги контур человека так, чтобы он вам нравился, и «заселите» его новыми чувствами и состояниями — теми, которые вы испытываете сейчас и которые вам хотелось бы испытать и предьявить миру (10 минут).*

После выполнения упражнения участники при желании показывают рисунки и называют свои чувства.

### Обсуждение игры

Участники занятия обсуждают игру, делятся своими впечатлениями: что особенно понравилось и

запомнилось, чего им не хватило. Отвечают на возможные вопросы для анализа сказки. Говорят, какой вывод для себя они сделали.

### Возможные вопросы для анализа сказки

1. О чем эта сказка?
2. Чего хотел достичь человек своими действиями?
3. Что он чувствовал, когда достигал желаемых целей?
4. Бывали ли у вас периоды, когда достижение желаемого приносило лишь временную радость?
5. Почему однажды человек решил вылечить свое зрение?
6. Чем отличается наше внешнее зрение от внутреннего видения?
7. Почему человек решил измениться внутренне?
8. Что он для этого сделал?
9. Какие изменения произошли с человеком, когда он почувствовал свое сердце?
10. Какой вывод он сделал?
11. Какой вывод можно сделать из этой сказки?

### Завершение занятия

Ведущий благодарит группу за совместно пройденный путь. Все прощаются со сказочной страной. ●

# ПОДПИСНАЯ КАМПАНИЯ ОТКРЫТА

ж у р н а л

## Школьный психолог – Первое сентября

ТАРИФНЫЕ ПЛАНЫ НА ПОДПИСКУ  
1-е полугодие 2012 г.

### Максимальный – от 999 руб.

*бумажная версия + CD + доступ к электронной версии на сайте*

Подписаться можно на почте по каталогам «Роспечать» (индекс 32898), «Почта России» (индекс 79152) или на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

### Оптимальный – 594 руб.

*электронная версия на CD + доступ к электронной версии на сайте*

Подписаться можно на почте по каталогам «Роспечать» (индекс 26122), «Почта России» (индекс 12769) или на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

### Экономичный – 200 руб.

*доступ к электронной версии на сайте*

Подписаться по данному тарифному плану можно только на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

### Бесплатный – 0 руб.

для педагогических работников образовательных учреждений, участвующих в Общероссийском проекте «Школа цифрового века». Подробности – на [digital.1september.ru](http://digital.1september.ru)



Бумажная версия

CD с электронной версией журнала и дополнительными материалами для практической работы

Доступ к электронной версии журнала на сайте. Дополнительные материалы включены

Именные сертификаты – пользователям электронной версии на сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru)

**ЭКОНОМИЧНЫЙ** тарифный план

**ОПТИМАЛЬНЫЙ** тарифный план

**МАКСИМАЛЬНЫЙ** тарифный план

На сайте [www.1september.ru](http://www.1september.ru) подписку можно оплатить по кредитным картам

