A decorative border in the top-left and bottom-right corners of the cover, featuring stylized flowers and leaves with small dots scattered throughout.

Н. В. САМОУКИНА

**ИГРЫ В
ШКОЛЕ
И ДОМА**

- **психотехнические
упражнения**
- **коррекционные
программы**

ББК 88.8
С17
УДК 159.7

Автор - Наталья Васильевна Самоукина, канд. психол. наук

Самоукина Н.В.
С17 Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М.: Новая школа, 1993. - 144 с.

ISBN 5-7301-0018-3

В книге предлагаются релаксационные психотехнические упражнения для учителей, способствующие повышению их работоспособности и снятию утомления. Представлены коррекционные игровые программы для учащихся начальных, средних и старших классов.

Книга будет интересна учителям, студентам учебных заведений педагогического и психологического профилей, а также школьным психологам и практикующим психотерапевтам. Книгу можно рекомендовать родителям и воспитателям.

ISBN 5-7301-0018-3

ББК 88.8

© Самоукина, 1993

Библиотека
УГПИ

Посвящаю мужу Александру
и дочерям Ларисе и Даше

ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЮ

Предлагаемая читателю книга подготовлена в виде технологичных методик, направленных на развитие интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер личности школьников, а также для оказания психологической помощи самому учителю. Описанные в книге психотехнические упражнения и коррекционные программы могут быть перенесены в педагогическую практику, поскольку они прошли апробацию в ходе наших многолетних занятий с учителями и учащимися общеобразовательных и специализированных школ как в Москве и Московской области, так и других городах СНГ.

В первых пяти главах представлены комплексы психотехнических упражнений, практикование которых поможет учителю повысить свое профессиональное мастерство, научиться быстро „сбрасывать” утомление и напряжение, эффективно восстанавливать работоспособность, оптимально строить свое общение со школьниками, коллегами по работе и близкими людьми в собственной семье.

В шестой главе описана программа коррекционных игр для старших дошкольников и младших школьников, которая может быть использована для улучшения психологической адаптации детей к школе.

В седьмой главе даны игровые программы для подростков и старшеклассников для развития их мышления и личностных качеств.

Нам бы не хотелось, чтобы представленные в книге упражнения и программы рассматривались читателями в качестве четкой, обязательной инструкции или директивного „руководства к действию”. Желательно, чтобы книга воспринималась как интересный „психологический магазин”, в котором собраны разные по стилю, „цвету” и качеству „психологические товары”. Их можно „примерять на себя”, пробовать „носить”, выбирать что-то понравившееся, а остальное просто просмотреть и отложить в сторону.

Упражнения первых пяти глав рассчитаны на индивидуальность учителя. Например, если он — сдержанный, волевой человек, склонный к „уходу в свой внутренний мир”, ему могут подойти упражнения №№ 1, 2, 3, 4, 14, 15, 18, 19, 20. Если же учитель — человек открытый, эмоциональный и общительный, он выберет упражнения №№ 5, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 21. Психологически нейтральными, полезными для всех, являются упражнения №№ 7, 9, 16, 17.

Тот факт, что одним учителям мы рекомендуем одни упражнения, а

другим — другие, совсем не говорит о том, что какими-то упражнениями вообще нельзя пользоваться. Напротив, если упражнение Вам понравилось и оказало действенную помощь в сложной ситуации, верьте своей интуиции и практикуйте его.

Игры-формулы будут полезными для людей с развитой способностью к самовнушению. Игры-освобождения мы рекомендуем для учителей, часто испытывающих состояния поглощенности своими эмоциями и нуждающихся в развитии у себя внутренних средств беспристрастного, объективного анализа собственного поведения.

Развивающие игры для старших дошкольников и младших школьников тоже могут быть организованы по выбору, в зависимости от того, какие из игр покажутся воспитателю или учителю увлекательными, а также от того, с какой группой детей он занимается. Так, если в группе в основном гиперактивные дети, желательно организовывать игры №№ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 13, 22, 23, 24, 26, 27, 33, 34, 35. Для пассивных или внутренне „зажатых” детей полезны игры №№ 21, 29, 30, 31, 32, 37, 38.

Особое внимание может быть направлено на игры, способствующие снятию детских страхов. В первом классе нейтрализация тревожных состояний у детей является, на наш взгляд, наиболее важной формой психологической работы. Напомним, что этой цели посвящены игры №№ 43-48. Развитию у детей коммуникативных способностей помогут игры №№ 49-62. Но кроме наших пожеланий, каждый учитель должен учитывать психологические особенности детей и выбирать упражнения, вызывающие интерес именно у них, отбрасывая игровые упражнения, показавшиеся детям скучными или искусственными.

Игры могут быть проведены на уроках (лучше — в конце, когда выполнена учебная программа) или в назначенное время (после уроков, на переменах). Мы уверены, что учитель самостоятельно определит удобное время для развивающих игр с тем, чтобы дети не потеряли интерес к учебе и в то же время получили удовольствие от игровых занятий.

В седьмой главе организационные условия проведения занятий подробно описаны. Отметим только, что и здесь мы предоставляем учителю полное право выбирать те игры и игровые занятия, которые покажутся ему наиболее эффективными.

И последнее: для кого эта книга? Мы уверены, что книга заинтересует учителей, воспитателей, школьных психологов, практикующих психотерапевтов, студентов средних специальных и высших учебных заведений педагогического и психологического профилей. Книгу будет полезно приобрести и родителям, серьезно занимающимся воспитанием своих детей и вообще любому человеку, стремящемуся к внутреннему саморазвитию и улучшению своего общения с окружающими людьми.

Глава 1. Психотехнические игры для учителей

Психотехнические игры для учителей направлены на достижение двух основных целей. Во-первых, они способствуют гармонизации внутреннего мира педагога, ослаблению его психической напряженности, т. е. имеют сугубо психотерапевтические цели. Во-вторых, и это очень важно, приведенные в книге психотехнические упражнения нацелены на развитие внутренних психических сил учителя, расширение его профессионального самосознания. Регулярное выполнение учителем психотехнических игровых упражнений поможет ему правильно ориентироваться в собственных психических состояниях, адекватно оценивать их и эффективно управлять собой для сохранения и укрепления собственного психического здоровья и, как следствие этого, достижения успеха в профессиональной деятельности при сравнительно небольших затратах нервно-психической энергии.

Для занятий психотехническими играми не требуется большого количества времени и специальных помещений. Самостоятельно и в паре с другим учителем, педагог может практиковать такие игры в перерывах между уроками (в своем кабинете или учительской), на уроках, когда школьники самостоятельно выполняют полученное задание, по дороге на работу или домой. Необходимо выработать в себе привычку к психогигиеническим действиям, сформировать потребность в психической стабильности и внутреннем порядке.

1.1. Игры-релаксации

В любой профессии, изобилующей стрессогенными ситуациями, — а именно к этому разряду профессий относится работа школьного учителя, — важным условием сохранения и укрепления психического здоровья работника выступает его умение вовремя „сбрасывать” напряжение, снимать внутренние „зажимы”, расслабляться. В течение 2-5 минут, затраченных на выполнение психотехнических упражнений, учитель сможет снять усталость и обрести состояние внутренней стабильности, свободы,

уверенности в себе. Как рабочий, который после трудового дня в горячем цеху принимает душ, так и учитель, выполняя в ходе своей работы и после нее специальные психотехнические упражнения, прибегает к методу „психологического душа”, очищающего его психику и способствующего быстрому и эффективному отдыху.

Упражнение 1. „Внутренний луч”

Упражнение выполняется индивидуально и направлено на снятие утомления, обретение внутренней стабильности.

Для выполнения упражнения необходимо занять удобную позу — сидя или стоя в зависимости от того, в какой конкретной ситуации оно будет выполняться (в учительской, на уроке, в транспорте).

Представьте, что внутри Вашей головы, в верхней ее части, возникает светлый луч, который медленно и последовательно движется сверху вниз и по пути своего движения освещает изнутри все детали лица, шеи, плеч, рук и т.д. теплым, ровным и расслабляющим светом. По мере движения луча разглаживаются морщины, исчезает напряжение в области затылка, ослабляется складка на лбу, опадают брови, „охлаждаются” глаза, ослабляются зажимы в углах губ, опускаются плечи, освобождаются шея и грудь. Внутренний луч как бы формирует новую внешность спокойного и освобожденного человека, удовлетворенного собой и своей жизнью, профессией и учениками.

Представление о теплом внутреннем луче необходимо осуществлять несколько раз, моделируя движение сверху вниз. От выполнения упражнения необходимо получать внутреннее удовольствие, даже наслаждение. Заканчивается упражнение словами: „Я стал новым человеком! Я стал молодым и сильным, спокойным и стабильным! Я все буду делать хорошо!”.

Упражнение 2. „Пресс”

Игровое упражнение выполняется индивидуально и способствует нейтрализации и подавлению отрицательных эмоций гнева, раздражения, повышенной тревожности, агрессии. Данное упражнение рекомендуется практиковать перед работой в „трудном” классе, разговором с „трудным” учащимся или его родителями, перед любой психологически напряженной ситуацией, требующей внутреннего самообладания и уверенности в себе. К выполнению упражнения необходимо прибегать в начале возникновения эмоционального состояния, мешающего успешной работе, поскольку психотерапевтический результат достигается только в том случае, если учитель умеет вовремя заметить в самом себе нарастание психической напряженности. Если же по тем или иным причинам данный момент пропущен, то разбушевавшаяся эмоциональная „стихия” сметет все на своем пути и не даст возможности для выстраивания эффективного

самоконтроля. Как следствие того, что педагог попал под зависимость от своих собственных эмоциональных состояний, он может прибегнуть к нежелательным, но широко распространенным в практике межличностных взаимодействий и педагогической деятельности способам „сбрасывания” отрицательно заряженной энергии на воспитанника или коллегу по работе. Наиболее часто „заземление” отрицательной энергии, к сожалению, происходит в семье учителя, где он ослабляет внутренний самоконтроль после работы (проявление раздражения, высказывание упреков, недовольства и проч.).

Суть упражнения состоит в следующем. Учитель представляет внутри себя, на уровне груди, мощный пресс, который движется сверху вниз, подавляя возникающую отрицательную эмоцию и внутреннее напряжение, связанное с нею. При выполнении упражнения важно добиться отчетливого ощущения физической тяжести внутреннего пресса, подавляющего и как бы выталкивающего вниз нежелательную отрицательную эмоцию и энергию, которую она с собой несет¹.

Упражнение 3. „Дерево”²

Любое напряженное психическое состояние характеризуется суженностью сознания и сверхконцентрацией человека на своих переживаниях. Ощутимое ослабление внутренней напряженности достигается в том случае, если человек сумел произвести действие децентрации, т. е. снятие центра ситуации с себя и перенос его на какой-либо предмет или внешние обстоятельства ситуации. По сути дела, при помощи децентрации осуществляется объективация эмоционально отрицательного состояния, выбрасывание его вовне, во внешнюю среду и тем самым, избавление от него.

Существует несколько форм децентрации. Ролевая децентрация связана с перевоплощением человека в другой предмет, мысленным включением в другую ситуацию. Интеллектуальная децентрация производится за счет активизации педагогической рефлексии, когда учитель старается посмотреть на себя „со стороны”, произвести анализ ситуации глазами внешнего наблюдателя, реализовать „психическое зеркало”. Коммуникативная децентрация реализуется в ходе диалога с переменной коммуникативных позиций. В книге в соответствующих главах будут описаны упражнения для развития различных форм децентраций. Для начала мы предлагаем игротехническое упражнение „Дерево”, способствующее развитию внутренних средств ролевой децентрации.

Упражнение выполняется индивидуально и направлено на формирование

¹ Упражнение не рекомендуется людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями.

² Упражнение взято из американской системы Натали Роджеро и адаптировано нами для педагогической деятельности.

ние внутренней стабильности, баланса нервно-психических процессов, освобождению от травмирующей ситуации.

По дороге домой, в городском транспорте, учитель стоит и представляет себя деревом (каким ему нравится, с каким он может себя наиболее легко отождествить). Необходимо детально проиграть в сознании образ этого дерева: его мощный или гибкий ствол, переплетающиеся ветви, колышущуюся на ветру листву, открытость кроны навстречу солнечным лучам и влаге дождя, циркуляцию питательных соков по стволу, корни, прочно вросшие в землю. Необходимо почувствовать как можно более реально питательные соки, которые корни вытягивают из земли. Земля — это символ жизни, корни — это символ стабильности, связи человека с реальностью. Представление утомленным учителем вросших в землю корней его дерева актуализирует внутренние взаимосвязи с реальностью, укрепляет уверенность в себе.

Упражнение 4. „Книга“

Упражнение также направлено на формирование внутренних средств ролевой децентрации и выполняется индивидуально (на уроке, в учительской). Необходимо представить себя книгой, лежащей на столе (либо любым другим предметом, находящимся в данный момент в поле зрения). Следует сконструировать в сознании внутреннее „самочувствие“ книги — ее покой, положение на столе, защищающую от внешних воздействий обложку, сложенные страницы. Кроме этого, важно увидеть „глазами книги“ окружающую комнату и внешне расположенные предметы: карандаши, ручки, бумагу, тетради, стул, книжный шкаф, стены, окно, потолок и т.п. Упражнение проводится в течение 3-4 минут и снимает внутреннее напряжение педагога, переводя его в „мир иных измерений“, можно сказать, в видимый „параллельный мир“ с реальным существованием предметов по своим собственным законам, отличным от законов человеческой жизни. Восприятие „иных миров“ и внутреннее включение в один из них дает учителю возможность понимания множественности, многогранности любой жизненной и профессиональной ситуации, временному „выключению“ из собственных травмирующих обстоятельств и отношения к ним как к относительно реальным, одним из многих разных форм жизни.

Таким же образом можно организовать психологическое „путешествие“ вовнутрь висящей на стене картины или фотографии, проиграть вымышленный сюжет ситуации.

Упражнение 5. „Мария Ивановна“

Упражнение развивает внутренние средства ролевой децентрации. Выполняется индивидуально в течение 10-15 минут. Представьте себе ситуацию Вашего неприятного разговора, например, с завучем, условно названным Марией Ивановной. Последняя позволила себе довольно

неучитивый тон в разговоре с Вами и несправедливые замечания. Закончился рабочий день и по дороге домой Вы еще раз вспоминаете неприятную беседу и чувство обиды захлестывает Вас. Это вредно для Вашей психики: на фоне психологической усталости после рабочего дня развивается психическое напряжение. Вы пытаетесь забыть обидчицу, но Вам это не удается.

Попробуйте пойти от противного. Вместо того, чтобы насильственным образом вычеркивать Марию Ивановну из своей памяти, попытайтесь, наоборот, максимально приблизить ее. Попробуйте по дороге домой сыграть роль Марии Ивановны. Подражайте ее походке, манере себя вести, проигрывайте ее размышления, ее семейную ситуацию, наконец, ее отношение к разговору с Вами. Через несколько минут такой игры Вы сможете почувствовать облегчение внутреннего напряжения и изменение своего отношения к конфликту, к Марии Ивановне, увидите в ней много позитивного, того, что Вы не замечали раньше. По сути дела, Вы включитесь в ситуацию Марии Ивановны и сможете ее понять. Последствия такой игры обнаружат себя уже на другой день, когда Вы придете на работу. Мария Ивановна с удивлением почувствует, что Вы не несете в себе внутреннего негативного состояния, Вы доброжелательны и спокойны, и сама, в свою очередь, станет стремиться к улаживанию конфликта.

Упражнение 6. „Голова“

Профессия педагога относится не только к разряду стрессогенных, но и к профессиям управленческого труда. Учитель вынужден в течение рабочего дня непрерывно воздействовать на учащихся: в чем-то их сдерживать, подавлять их волю и активность, оценивать, контролировать. Такое интенсивное управление учебной ситуацией вызывает у учителя „стресс руководства“ и, как следствие этого, перенапряжение, различные физические недомогания. Одной из наиболее частых жалоб учителей является жалоба на головные боли, тяжесть в затылочной области головы.

Предлагаем Вам упражнение, помогающее снять неприятные соматические ощущения. Станьте прямо, свободно расправив плечи и откинув голову назад. Постарайтесь почувствовать, в какой части головы локализовано ощущение тяжести. Представьте себе, что на Вас надет громоздкий головной убор, который давит на голову в том месте, в котором Вы чувствуете тяжесть. Мысленно снимите головной убор рукой и выразительно, эмоционально бросьте его на пол. Потрясите головой, расправьте рукой волосы, а затем сбросьте руки вниз, как бы избавляясь от головной боли.

Упражнение 7. „Руки“

У Вас идет последний урок. Класс занят решением задачи. В классе тишина и Вы можете несколько минут уделить себе. Сядьте на стул, немного вытянув ноги и свесив руки вниз. Постарайтесь представить себе, что

энергия усталости „вытекает” из кистей рук в землю, — вот она струится от головы к плечам, перетекает по предплечьям, достигает локтей, устремляется к кистям и через кончики пальцев просачивается вниз, в землю. Вы отчетливо физически ощущаете теплую тяжесть, скользящую по Вашим рукам. Посидите так минуты 1,5-2, а затем слегка потрясите кистями рук, окончательно избавляясь от своей усталости. Легко, пружинисто встаньте, улыбнитесь, пройдитесь по классу. Порадуйтесь интересным вопросам, которые задают дети, постарайтесь открыто и с полной готовностью идти им навстречу, отвечая обстоятельно и детально.

Упражнение снимает усталость, способствует установлению психического равновесия, баланса.

Упражнение 8. „Настроение”¹

Несколько минут назад у Вас закончился неприятный разговор с матерью ученика, постоянно нарушающего дисциплину в классе, прогуливающего уроки, нагрубившего Вам. В беседе с ней Вы говорили о воспитании сына в семье, о необходимости регулярного контроля за выполнением домашних заданий подростка, подчеркивали неправомерность той вседозволенности, которая культивируется, на Ваш взгляд, в семье учащегося. Неожиданно для Вас родительница показала полное неприятие Ваших педагогических рекомендаций, аргументируя это нехваткой времени, занятостью на работе и тем, что „воспитывать должны в школе”. В ответ Вы не смогли сдержаться. Ваши установки на спокойное и конструктивное построение беседы были разрушены.

Как снять неприятный осадок после такого разговора?

Возьмите цветные карандаши или мелки и чистый лист бумаги. Расслабленно, левой рукой нарисуйте абстрактный сюжет — линии, цветные пятна, фигуры. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как Вам больше хочется, в полном соответствии с Вашим настроением. Попробуйте представить, что Вы переносите Ваше грустное настроение на бумагу, как бы материализуете его. Закончили рисунок? А теперь переверните бумагу и на другой стороне листа напишите 5-7 слов, отражающих Ваше настроение. Долго не думайте, необходимо, чтобы слова возникали без специального контроля с Вашей стороны.

После этого еще раз посмотрите на свой рисунок, как бы заново проживая свое состояние, перечитайте слова и с удовольствием, эмоционально разорвите листок, выбросьте в урну.

Вы заметили? Всего 5 минут, а ваше эмоционально-неприятное состояние уже исчезло, оно перешло в Ваш рисунок и было уничтожено Вами.

¹ Упражнение взято из системы Н. Роджерс и адаптировано нами для педагогической деятельности.

А теперь идите на урок! Вы хорошо отдохнули!

Упражнение 9. „Пословицы”

Предлагаем Вам упражнение, хорошо „снимающее” внутреннюю депрессию и плохое настроение, а также помогающие решению сложной проблемы, которая у Вас возникла. Эта проблема может быть связана с Вашей профессией, семейной жизнью, взаимоотношениями с друзьями.

Возьмите любую из книг „Русские пословицы”, „Мысли великих людей” или „Афоризмы”. Практически в каждой школьной библиотеке такие книги есть. Полистайте книгу, читайте фразы пословиц или афоризмов в течение 25-30 минут, пока не почувствуете внутреннего облегчения.

Возможно, кроме психической релаксации, та или иная пословица натолкнет Вас на правильное решение. Возможно также, Вас успокоит тот факт, что не только у Вас возникла проблема, над способами ее решения размышляли многие люди, в том числе и исторические личности.

Упражнение 10. „Воспоминания”

Одним из широко распространенных профессиональных недостатков учителя является его взрослость. Парадоксально, но это так. Учитель подходит к ребенку из непонятного и в чем-то чуждого последнему „мира взрослых”, в котором на каждом шагу — ограничения, правила, нормы. Являясь представителем „мира взрослых” для учащегося, учитель как бы „отодвигается” от ребенка, становится ему непонятным и вызывает в нем либо подавленность, либо агрессию, бунт, желание нарушить дисциплину.

Разумеется, ведущая роль учителя в учебно-воспитательном процессе необходима, однако отчуждение и противостояние, которые она вызывает у ребенка, могут быть существенно смягчены. Этого можно достигнуть, если учитель поработает над собой с целью „оживления” и обновления своих воспоминаний о том, каким он был в детстве и какие впечатления переживал. Регулярно актуализируя воспоминания о своем детстве, учитель психологически сможет приблизиться к своему ученику, начнет лучше его понимать, при этом сохраняя и даже упрочивая свою роль ведущего.

Предлагаем Вам несколько упражнений для актуализации „комплекса детскости”. Во время посещения своих родителей расспросите их о том, каким Вы были в детстве, какие шалости и проделки Вы совершали. Попросите их также рассказать о том, как они посещали школу по вызову учителя, когда Вы, будучи школьником, нарушали дисциплину. В ходе рассказа попробуйте живо представить себя ребенком и как бы заново пережить свои детские впечатления. Главное, вспомните, какие внутренние мотивы заставили Вас тогда совершить тот или иной поступок.

Например, в составе класса Вы прогуляли урок. Это был геройский поступок! Вы впервые в жизни проявили самостоятельность. А как Вы презирали тех учащихся, которые не смогли поддержать общий „почин” и явились на урок! С каким страхом и одновременно удовольствием вы „вкусили запретный плод”!

Или, например, другая ситуация. Ваш класс был дежурным по школе, и Вы опоздали на урок. Строгая учительница потребовала дневник, чтобы записать замечание. Вы оценили ее требование как несправедливое („Я же дежурил!”) и сказали, что забыли дневник дома. В ответ разгневанная учительница приказала покинуть класс. Вспомните свои переживания, когда Вы вышли в пустой коридор и были вынуждены прислушиваться к голосам учителей и учащихся из других классов. Какое чувство Вы испытали? Одиночество? Обиду?

Организируйте для себя регулярные занятия, посвященные воспоминаниям о Вашем школьном детстве. Постарайтесь почувствовать своих учеников, опираясь на свой детский опыт, попробуйте понять мотивы их поступков, посочувствовать им, проявите к ним доверие. Обсудите со школьниками, чем они занимались, например, когда прогуливали урок. Покажите им, что признаете увлекательность их занятий.

Через некоторое время Вы заметите, что нарушения дисциплины в Вашем классе становятся все реже и реже. В чем причина? Дело в том, что дети откликнулись на Ваше предложение к взаимодействию: Ваше желание понять и почувствовать их состояния вызывает с их стороны такие же чувства. У них пропадают стремления к бунту, противостоянию, демонстрации „во что бы то ни стало” своей независимости. Они почувствовали себя **ВМЕСТЕ С ВАМИ**.

Упражнение 11. „Я — ребенок”

Многие опытные педагоги играют в игру „Я — ребенок”. Вот, например, как описывает свое состояние Ю. П. Азаров: „Мой метод: я вызываю в себе состояние детства, т.е. вызываю в себе то ощущение детской легкости, которое свойственно ребенку: сбрасываю с себя „все взрослое”, а главным образом, то внешнее взрослое, что присуще моей административной роли. Далее идет подбор форм обращения к детям, которые включают выбор интонаций, способа объяснения, манеры держаться, а главное — продумывание первых слов, так сказать, формулы обращения”¹.

Вспомните, какую игру в детстве Вы больше всего любили. Вспомнили? Теперь подойдите к Вашему ребенку или внуку и предложите ему поиграть в эту игру. В процессе игры Вы должны выполнять роль ребенка, держаться „на-равных” с Вашим партнером. Осуществление равноправной позиции с ребенком связано с реализацией его справедливых требова-

¹ См. Азаров Ю. П. Искусство воспитывать. М: 1979, с. 148-149.

ний, признанием его лидерства, вступлением в равноправный диалог по поводу вводимых в игру правил, стремление пользоваться детским языком в процессе коммуникации.

Кроме актуализации „комплекса детства” Вы почувствуете терапевтическое влияние игры, свежесть, оригинальность, творческую детскую мира, нестандартность детского мышления. Попробуйте испытать восхищение богатством и совершенством внутреннего мира ребенка и попытаться стать хотя бы немного ему ближе, понять и почувствовать его.

Упражнение 12. „Открытость”

Одним из условий успеха в педагогической деятельности выступают умения учителя правильно общаться, вступать во взаимодействие в ходе диалога или полилога. Часто удачно осуществляя вербальное поведение при формулировании вопросов и ответов, учитель все же мало следит за своим внутренним состоянием, особенно в тех случаях, когда он общается с учащимися. Тем не менее известен факт: можно сформулировать правильные и не вызывающие возражений положения, но через свое состояние транслировать отрицательные эмоции, полностью блокирующие процесс взаимодействия, такие, например, как высокомерие, холодность, пренебрежение, отчуждение. В результате дети не воспримут Ваших воспитательных воздействий, начнут протестовать против Ваших требований, демонстративно пренебрегать ими.

Для того, чтобы исключить в себе эмоции блокирования диалога и активизировать внутреннее состояние открытости к взаимодействию, предлагаем несколько простых упражнений.

Перед Вами — собеседник (ученик, коллега по работе, член семьи). Постарайтесь придать своему лицу доброжелательность, улыбнитесь, кивните собеседнику в знак того, что Вы его внимательно слушаете и понимаете. „Распахните” свою душу перед человеком, с которым Вы взаимодействуете, старайтесь психологически близко подойти к нему.

Получилось? Ну, а теперь вступайте в диалог!

Упражнение 13. „Ритм”¹

Это упражнение поможет Вам сформировать открытость к собеседнику. Выполнять его необходимо в паре с другим учителем или дома, с одним из близких Вам людей.

Два человека встают лицом друг к другу и договариваются о своих ролях: один — ведущий, второй — „зеркало”. Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает осуществлять произвольные движения руками, а играющий роль

¹ Упражнение взято из системы Н. Роджерс.

„зеркала” пытается отразить их в том же ритме. Роли несколько раз меняются.

Психологический смысл упражнения состоит в том, чтобы почувствовать внутренний „ритм” другого человека и как можно полнее отразить его. При этом полезно подумать о том, что каждый человек (Ваш ученик, коллега по работе, член Вашей семьи) — индивидуальность, обладающая уникальным психологическим „ритмом” и чтобы правильно понять человека, необходимо прежде всего почувствовать его энергетику, темперамент, направленность, динамику, внутреннюю экспрессию.

Упражнение 14. „Резервуар”

В беседе с учащимся, учителем, родителем трудного ребенка или дома в разговоре со своим ребенком сыграйте роль „пустой формы”, резервуара, в которые Ваш собеседник „вливает”, „закладывает” свои слова, состояния, мысли, чувства. Постарайтесь достигнуть внутреннего состояния „резервуара”: Вы — форма, Вы не реагируете на внешние воздействия, а только принимаете их в свое внутреннее пространство. Отбросьте свои личные оценки, — Вас как бы нет в реальности, есть только пустая форма!

Трудно? Потренируйтесь перед началом беседы 2-3 раза и у Вас будет легко получаться. Затем, когда Вы будете уверены, что сформировали внутреннее состояние „резервуара”, вступайте в диалог и постарайтесь беспристрастно и нетенденционно отнестись к своему собеседнику. Это поможет Вам лучше понять его.

1.2. Адаптационные игры

Каждый учитель может вспомнить сложный период в своей работе, связанный с профессиональной адаптацией в школе. Молодые учителя, пришедшие из педагогических вузов, привыкают к школе, в среднем в течение от 6 месяцев до 3 лет. Они привыкают к постоянному шуму, создаваемому на переменах десятками детских и юношеских голосов, к интенсивным коммуникативным взаимодействиям. Но труднее всего им выработать в себе умение в течение 45 минут на уроке держать дисциплину в классе. Многие учителя жалуются на ощущение слабости и истощенности после уроков, на сложности в формировании своей собственной готовности держать класс под контролем.

Нам приходилось наблюдать различные ситуации, в которые попадают молодые учителя. Так, например, в одном случае учительница была вынуждена метаться по классу, действуя, как челнок. Там, где она стояла, дети затихали, но в противоположном конце класса начинали громко разговаривать. Она перебежала в сторону участка, на котором велись разговоры и там мгновенно все стихало, но в том месте, в котором учительница

только что стояла, сразу же разгоралась громкая беседа учащихся. Не нужно долго описывать, какую изматывающую усталость учительница испытывала к концу урока.

Другой пример. На консультацию к школьному психологу пришла молодая учительница с жалобой на то, что школьники плохо ведут себя у нее на уроках: вертятся, разговаривают, без разрешения встают и выходят из класса. Учительница мучительно переживала свое неумение держать дисциплину в классе, задумывалась даже о смене профессии.

Как облегчить и в то же время активизировать процесс профессиональной адаптации молодого учителя в школе? Прежде всего, следует помнить, что хорошим руководителем становится только тот, кто умеет хорошо управлять самим собой, т.е. у кого хорошо развиты воля и самоконтроль. Развивая эти качества, молодой учитель сможет быстрее и эффективнее пройти адаптационный период. Предложим здесь несколько упражнений для развития внутренних средств саморегуляции.

Упражнение 15. „Фокусировка”¹

Упражнение выполняется за 10-15 минут до начала урока. Удобно расположитесь в кресле или на стуле. Отдавая самому себе команды, сосредоточьте свое внимание на том или ином участке тела и почувствуйте его теплоту. Например, по команде „Тело!” сосредоточьтесь на своем теле, по команде „Рука!” — на правой руке, „Кисть!” — на кисти правой руки, „Палец!” — на указательном пальце правой руки и, наконец, по команде „Кончик пальца!” — на кончике указательного пальца правой руки. Команды следует подавать самому себе с интервалами 10-12 секунд (найдите при этом благоприятный для Вас ритм).

Упражнение 16. „Дыхание”

Упражнение желательно выполнять перед началом урока. Устройтесь в кресле или на стуле. Расслабьтесь и закройте глаза. По своей собственной команде постарайтесь отключить свое внимание от внешней ситуации и сосредоточьтесь на своем собственном дыхании. При этом не следует специально управлять своим дыханием, не нужно нарушать его естественный ритм. Упражнение выполняется в течение 5-10 минут.

Упражнение 17. „Психоэнергетический зонтик”

Упражнение проводится в первые минуты после начала урока, а также при необходимости периодически в течение всего урока.

Учитель встает перед классом, желательно в центре классной комнаты и в процессе объяснения старается представить, что за счет его воли и со-

¹ Упражнения 15 и 16 взяты нами из книги: Дзен Н., Пахомов Ю. Психотехнические игры в спорте. — М.: Физкультура и спорт, 1985.

знания над классом образуется своеобразный „зонтик”, плотно накрывающий всех учеников. Цель самого учителя: уверенно, крепко и стабильно держать ручку этого „зонтика” на протяжении всего урока.

Упражнение формирует способность контролировать ситуацию в классе.

Упражнение 18. „Распределение внимания”

Важно также научиться эффективно распределять свое внимание в учебной ситуации в классе. Основными ее элементами выступают: учащиеся (каждый ученик со своим характером и уровнем успеваемости), подача учебного материала и регулирование учителем своих собственных состояний. Предлагаем Вам эффективное упражнение, развивающее способность к распределению внимания.

Упражнение выполняется в течение 15-20 минут, в домашней обстановке. Включите телевизор и раскройте незнакомую Вам книгу (для начала лучше взять художественную или публицистическую). Попробуйте одновременно читать книгу и „краем глаза” смотреть и слушать телевизор. Последите за собой: через сколько минут Вы почувствуете себя утомленным? Если утомление наступило уже через 4-5 минут, значит Ваша способность к распределению внимания слабо развита. Затем попробуйте для себя на бумаге кратко воспроизвести то, что Вы читали и восстановить виденное на телеэкране. По мере того, как часто Вы будете практиковать упражнение, с каждым разом Вы будете эффективнее распределять свое внимание.

Упражнение 19. „Переключение внимания”

Учителю важно уметь легко и быстро переключаться с одного вида деятельности на другой.

Наиболее действенными способами тренировки, развития способности к внутренней подвижности и быстрому переключению внимания являются спортивные игры с мячом (теннис, волейбол, баскетбол). Поэтому всегда, когда появляется возможность поиграть на спортивной площадке, обязательно ею воспользуйтесь.

Кроме того, можно рекомендовать специальное упражнение, возможно, доставляющее меньше удовольствия, чем спортивные игры, но не уступающее им по эффективности. Упражнение желательно проводить дома или в перерывах между уроками в течение 15-20 минут. Займитесь счетом (арифметическими действиями с цифрами), затем, после 3-4 минут после начала счета, без перехода, сразу же, начните читать сложный газетный текст в течение 5-7 минут. Остановитесь. Посмотрите, сколько ошибок Вы сделали при подсчетах, а также попробуйте как можно полнее и детальнее воспроизвести прочитанный текст.

Упражнение 20. „Животное”

Наличие сложного адаптационного периода характерно не только для молодых учителей, пришедших в школу с институтской скамьи. Кратковременную, но довольно болезненную профессиональную адаптацию испытывают и опытные учителя после длительного перерыва в работе, например, после летних каникул. Они отмечают некоторую внутреннюю инертность, разбалансированность, повышенную утомляемость, нежелание напрягаться, заставлять себя проявлять волевые усилия. Как „разогреть” собственную психику? Как настроить такую сложнейшую психофизиологическую систему, каким является организм человека, на успешное выполнение профессионального труда?

Мы предлагаем два эффективных упражнения, направленных на активизацию внутренней раскованности и свободы, а также стимулирование комплекса актерских способностей или способностей к публичным выступлениям, необходимых для учителя.

Первое упражнение „Животное” выполняется либо дома, либо в отдельной комнате перед уроком. Заготовьте для себя набор карточек, на которых напишите названия животных, характерных в плане внешности и знакомых Вам (например, волка, зайца, льва, лисицы, бегемота, змеи). Наугад выньте одну из карточек и проиграйте в позах и движениях роль животного, отмеченного на ней. Затем возьмите другую карточку. Хорошо, если Вы осуществите упражнение перед зеркалом. Позвольте себе быть совершенно свободным, в мимике и пантомиме, возможно, даже немного смешным.

Упражнение 21. „Эмоция”

Упражнение выполняется за 10-15 минут до начала урока в учебной комнате, классе или кабинете. Заранее заготовьте набор карточек, на которых отметьте эмоции и части тела человека, при помощи которых следует эти эмоции выразить. Например, карточка „Грусть. Руки” означает, что эмоцию грусти следует выразить при помощи рук.

На карточках могут быть отмечены следующие эмоции: „Горе. Лицо”, „Радость. Губы”, „Чванство. Правая рука”; „Гордость. Спина”, „Страх. Ноги” и др.

Как и предыдущее упражнение, упражнение „Эмоция” направлено на активизацию комплекса актерских способностей и достижение состояния раскованности и свободы.

Процедура выполнения упражнения такая же, как и в упражнении 18.

1.3. Игры-формулы

Вполне возможно, что у учителя может не быть возможности, времени и места регулярно проводить психотехнические игры. В этом случае мы рекомендуем использовать метод вербального самовнушения, широко апробированный Г. Н. Сытиным в психотерапевтической практике¹. Мы предлагаем несколько формул, которые могут быть произнесены учителем „про себя” или вслух утром и вечером, по дороге на работу, в процессе рабочего дня, перед трудной беседой.

Произнесение формул не обязательно должно быть точно по тексту, можно проявить некоторые индивидуальные вариации и отступления в выборе стиля формулы, слов, длительности фраз и пр. Важно иметь четкий язык, формулируйте самоприказ, например, так: „Мои родители, бабушки, дедушки, все в нашем роду обладают...”, „По своему астрологическому знаку я — Дракон, поэтому...”

Текст формулы самовнушения может быть составлен заранее Вами или взят готовым из нашей книги. Но иногда могут быть действенными не заготовленные формулы, а тексты коротких самоприказов, рождающиеся „в ситуации”, „здесь и теперь” и органично переплетающиеся с Вашим состоянием и внешними условиями.

Для того чтобы заготовленные заранее или спонтанно возникшие формулы были эффективными, помните о следующих правилах.

1. Для оперативного пользования формулой желательно иметь короткий текст из нескольких фраз.
2. Большое значение имеет начало формулы. Кроме описанных предложений выше, могут быть следующие начала фраз: „Мое желание иметь”, „Я вижу себя человеком...”, „Я все смею, все могу...”, „Я верю в то, что”, „Я убежден в том, что...”².
3. Формулу самовнушения необходимо повторять несколько раз (иногда до 7 раз).
4. Важно непоколебимо верить в „магические свойства” слов, произносимых Вами.
5. Проговаривание формулы должно сопровождаться состоянием сосредоточенности и концентрации воли. Для стимулирования данных состояний можно рекомендовать упражнения из подглавки 2.1. этой книги.

Упражнение 22. Утренние и вечерние игры-формулы

Утром, перед вставанием, когда Ваш организм находится в своеобразном „переходном” состоянии уже не сна, но еще и не полноценного бодр-

¹ См.: Сытин Г. Н. Животворная сила. Помоги себе сам. — М.: Энергоатомиздат, 1990.
² См. книгу Г. Сытина. с. 52-53.

ствования, заведите себе правило прочитывать две основные формулы, рекомендованные нами. Эти же формулы могут быть повторены Вами вечером, в постели перед сном.

Формула 1. Уверенность в себе.

„Я человек смелый и уверенный в себе. Я все смею, все могу и ничего не боюсь” (последняя фраза может быть повторена несколько раз)¹.

Формула 2. Любовь к ученикам.

„Я люблю своих учеников. Я всегда радуюсь встречам с ними. Я всегда открыт к диалогу с моими учениками”.

Упражнение 23. „На работу”

Формула 1. „Я радостно иду на работу. Я люблю свою работу. Это является для меня высшим смыслом моей жизни”².

Упражнение 24. Игры-формулы в течение рабочего дня

Формула 1. Спокойствие, стабильность.

„Я хочу быть спокойным и стабильным. Я хочу быть уверенным в себе”.

Формула 2. Уменьшение напряжения в процессе работы.

„На протяжении всего дня я сохраняю абсолютное самоуправление, абсолютное подчинение всех действий достижению наибольшего результата своей работы. Ни при каких обстоятельствах я не нервничаю и не раздражаюсь. Во всякой обстановке я сохраняю выдержку и самообладание.

Я не ставлю себя на одну ногу с учениками и не позволю себе раздражаться из-за их грубости или нарушения дисциплины. Я сдерживаю себя там, где не может сдержаться никто другой. И каждый при общении со мной чувствует эту силу. Я способен прилагать огромные усилия и сдерживать себя в самых волнующих обстоятельствах. Я все смогу. И я всегда своим поведением буду показывать образец большой духовной силы и выдержки... Я чувствую себя способным предотвратить возникновение раздражения даже тогда, когда это сделать очень трудно. Я все могу. Я способен к огромным волевым усилиям”³.

Формула 3. Любовь к своей работе.

„Я очень люблю свою работу, она доставляет мне огромное наслажде-

¹ См.: книгу Г. Н. Сытина. с. 362

² См. книгу Г. Н. Сытина. с. 371.

³ Формула приведена почти полностью с некоторыми изменениями из книги Г. Н. Сытина. с. 62. По своему желанию Вы можете выбрать 2-3 фразы, наиболее эффективные для Вас.

ние и наполняет мою жизнь радостью постоянных побед и большим смыслом”¹.

Формула 4. Любовь к ученикам.

„Я люблю своих учеников. Я всегда радуюсь встречам с ними. Я открыт к диалогу с моими учениками”².

Упражнение 25. „Перед сложным разговором”

Формула 1. Спокойствие.

„Я спокоен и уверен в себе. У меня правильная позиция. Я готов к диалогу и взаимопониманию”.

Формула 2. Снятие волнения и нервного напряжения.

„Мне легко, легко, свободно. Безмятежное счастье. Ярко, отчетливо чувствую безмятежное счастье. Я безмятежно счастлив... Каждая клетка тела дышит безмятежным счастьем. Все тело дышит безмятежным счастьем. Все тело легко, легко, свободно. Безмятежное счастье”³.

Упражнение 26. „Снятие усталости и восстановление работоспособности”

Формула 1. „Я верю в то, что могу легко и быстро восстанавливаться после работы. Всеми силами я стараюсь ярко почувствовать себя бодрым — энергичным после работы. После работы я чувствую бодрость, молодую энергию во всем теле”⁴.

Формула 2. „Я полон сил и энергии, я готов продолжать работу на уровне своих лучших возможностей, энергично, внимательно, с вдохновением. Я полон сил и энергии, у меня энергичные — здоровые — молодые нервы, у меня неутомимое молодое — богатырское сердце”⁵.

1.4. Игры — освобождение

По сути дела, игры-освобождение — это методическое выражение идеи децентрации, описанной в нашей книге в упражнении 3. „Дерево”. Но если в подглавке ранее приведены упражнения, направленные на активизацию внутренних сил ролевой децентрации, здесь основное внимание уделено действиям коммуникативной и интеллектуальной децентрации.

Почему игры, описываемые здесь, называются играми-освобождением? От кого необходимо освободиться учителю, занимающемуся психологическими упражнениями? Парадоксально, но в этом случае учитель ста-

¹ См. Г. Н. Сытин. С. 62. Формула несколько изменена нами.

² Формула повторена из упражнения 20. Утренние и вечерние игры-настроения.

³ Формула взята из кн. Г. Н. Сытина, с. 61.

⁴ Последние две фразы формулы взяты из книги Г. Н. Сытина, настр. 2.46. На восстановление работоспособности во время работы, с. 367-371.

⁵ Формула взята из книги Г. Н. Сытина, с. 369.

вит перед собой цель освобождения от самого себя, своих напряженных состояний и отрицательных эмоций, пытается стать в позицию внешнего и относительно независимого наблюдателя по отношению к самому себе и своей ситуации.

Упражнение 27. „Диалог”¹.

Данное упражнение обладает сильным психотерапевтическим эффектом и может быть рекомендовано в тех случаях, когда человек переживает длительный и мучительный конфликт во взаимодействии с другим человеком. Например, молодая учительница прикладывает все свои силы к организации контакта с трудным подростком, а тот грубит ей, нарушает дисциплину. В конфликтную ситуацию может попасть опытный учитель, завуч, директор школы. В нашей практике мы столкнулись со сложным конфликтом директрисы школы почти со всеми подчиненными ей учителями, начавшимся после ее развода с мужем. В последнем случае болезненный семейный конфликт был перенесен в сферу профессиональной деятельности.

Активизация внутренних средств коммуникативной децентрации, на формирование которых направлено предлагаемое упражнение, дает человеку возможность „выключиться” из острой конфликтной ситуации, посмотреть на свое участие в ней и поведение партнера по конфликту со стороны, выявить новые, ранее не замечаемые, оттенки конфликтного взаимодействия и, в результате, изменить к нему свое отношение.

Упражнение выполняется при активном участии другого человека, желательно, школьного психолога. Если последнего в школе нет, в психотерапевтический диалог может вступить другой учитель, коллега по работе, близкий член семьи.

Два участника садятся на стулья напротив друг друга. Учитель, предлагающий для разбора конфликтную ситуацию, является ведомым, а его партнер по диалогу — ведущим.

Суть первой фазы упражнения состоит в том, что ведомый играет роль человека, с которым он находится в конфликте, а ведущий — роль, каким наш ведомый является в реальности. Таким образом, организуется ситуация диалога учителя как бы с самим собой от имени того, с кем он конфликтует. В начале беседы ему предлагается подумать о своем партнере по конфликту, описать его внешность, манеру поведения, профессиональную и семейную ситуации, словом, „вжиться” в роль. Затем начинается собственно диалог, в котором ведомый описывает конфликтную ситуацию от лица человека, с которым он конфликтует, высказывает его мнение, оценку. Ведущий вступает в диалог от лица своего собеседника. После 20-

¹ Упражнение взято из шведской системы психодрамы, разработанной Х. Хогбергом, и модифицировано нами.

25 минут диалога предлагается его завершить и на второй фазе упражнения разобрать новое содержание, которое появилось в процессе коммуникации: новые обстоятельства, новый взгляд на ситуацию, иные оценки, квалификации. Безусловно важной при этом является позитивная направленность ведущего, его желание найти конструктивные средства для улаживания конфликтной ситуации.

Упражнение можно усложнить введением третьей и четвертой фаз. На третьей фазе участникам диалога предлагается поменяться стульями и осуществить диалог, в котором ведомый играет роль самого себя, а ведущий — того человека, с которым он конфликтует, т. е. производится смена стульев и ролей.

На четвертой фазе упражнения производится анализ того, что нового открылось в беседе: позиций двух конфликтующих людей, их состояний, желаний, стремлений и установок. Так же, как и на второй фазе, основной акцент должен быть сделан на выявлении условий для конструктивного разрешения конфликта.

Упражнение 28. „Видеокамера“

Если Вы по тем или иным причинам не можете доверить улаживание своего конфликта другому человеку, то мы можем предложить Вам упражнение, способствующее актуализации Вашей внешней позиции относительно конфликтной ситуации за счет Ваших собственных внутренних средств интеллектуальной децентрации. Упражнение выполняйте индивидуально — дома, на перемене, по дороге на работу. Цель упражнения состоит в формировании умения самостоятельно осмыслить свою конфликтную ситуацию как бы извне, со стороны.

Для снятия остро-эмоционального напряжения, если оно имеется, перед выполнением упражнения „Видеокамера“ проведите кратковременное занятие на релаксацию (упражнение 2 „Пресс“; упражнение 8 „Настроение“). Когда Вы почувствуете некоторое успокоение, попробуйте представить историю развития Ваших конфликтных взаимоотношений в виде своеобразного киносценария: когда Вы впервые увидели человека, с которым у Вас впоследствии возникли осложнения в отношениях, каково было Ваше первое впечатление, какие общие дела и занятия Вас с ним объединяли, с какого момента отношения стали портиться, что делали и говорили Вы, что делал и говорил он и т.п. Представьте все эти ситуации в их реальной последовательности, как будто Вы снимаете на видеокамеру. При этом, следовательно, Вы детально воспроизводите обстановку и условия каждой из этих ситуаций, других его участников, динамику развития конфликта и его апогей.

Время проведения данного упражнения не ограничено. Вы почувствуете сами, когда начнете „отходить“ от конфликта и относиться к нему более спокойно, трезво и объективно. Но в любом случае более 40-45 минут

заниматься таким самоанализом не следует, чтобы не „увязнуть“ в сфере своего сознания и не потерять живые связи с реальностью.

Упражнение 29. „Плохой — хороший“

Часто внутреннее напряжение человека связано не с каким-либо фактором его реальной жизни, а с тем, что он сам придумал о себе, о своем существовании. Иногда наши собственные мыслительные схемы заслоняют от нас реальность и искажают ее. Не чувствуя этого, мы принимаем собственные домыслы за реальную ситуацию и в соответствии со своими установками начинаем действовать, попадая в разлад с жизнью и получая довольно болезненный опыт.

В текстах английского психолога Э.Берна описан яркий случай такого несоответствия придуманной схемы и реальной ситуации, взятый из семейной жизни¹.

Жена жаловалась на деспотизм мужа, который не разрешал ей ходить на танцы. Она упрекала мужа, и он, чувствуя свою вину перед ней, постоянно дарил ей подарки. Желая разрешить мучительный конфликт, жена прошла курс психотерапии, что повлияло на ее установки и умение правильно общаться с мужем. В результате он стал разрешать ей ходить на танцы. Жена записалась на уроки танцев. И далее Э. Берн пишет: „И вдруг она обнаружила, к своему ужасу, что смертельно боится танцевать на глазах у людей, и ей пришлось отказаться от своей затеи“².

Предоставляя возможность Вам самим раскрыть книгу для семейного чтения и ознакомиться с интерпретацией данного примера Э. Берном, предложим Вам наше объяснение описанного факта. По-видимому, вызывание женой у мужа чувства вины по поводу того, что он не пускал ее на танцы, связано с некоторыми неполадками в их взаимоотношениях. Можно предположить, что муж был невнимательным к жене. Чтобы каким-то образом вызвать его активное участие во взаимодействии с ней, жена была вынуждена прибегать к такому неудачному способу. Она сформировала в своих представлениях желание, которого в реальности у нее не было, но на которое постоянно реагировал муж. Следовательно, „включение“ мужа во взаимодействие проводилось по механизму бессознательного замещения сферы реальности сферой представлений.

Мы довольно подробно описали данную ситуацию только потому, что такой психологический механизм замещения реальности собственными мыслительными схемами, а затем отношения к ней с позиций своих представлений без разграничения „реальность — мои домыслы“, является широко распространенным. Например, девочка-подросток мучительно пере-

¹ Берн Э. Игры взрослых / Семья: Книга для чтения. — М.: Политиздат, 1990, — с. 285-287.

² См. Берн Э. Игры взрослых / Семья: Книга для чтения. — М.: Политиздат, 1990, — с. 285.

живает, что у нее крупный и некрасивый нос. Ей кажется, что если бы ее нос был меньше и изящнее, то вся ее жизнь сложилась бы иначе, более удачно. Предложите девочке описать, как бы она жила, если бы данного физического недостатка у нее не было, девочка затруднилась бы ответить на этот вопрос.

Другой пример. Учительница уверена, что мальчик специально, „чтобы вывести ее из себя”, не слушает на уроке, отвлекается, плохо выполняет домашние задания, прогуливает. В своих размышлениях она часто задает себе один и тот же вопрос: „За что он меня так не уважает?!” При выяснении данной ситуации психологом было показано, что причина была не в том, что ученик специально и целенаправленно досаждал учительнице, а в том, что молодой человек впервые в своей жизни испытал чувство первой любви и был полностью поглощен своими переживаниями.

Предлагаемое Вам упражнение „Плохой-хороший” заключается в том, чтобы при помощи собственных внутренних размышлений попытаться выстроить ситуацию, поменяв в ней только одно условие: то, что Вам кажется очень плохим, представить хорошим и посмотреть, как может измениться ситуация, если в реальности произойдет такое замещение.

В описанных нами трех примерах данное упражнение могло бы выполняться следующим образом. Жена занимается анализом ситуации своей семейной жизни и представляет себе (можно также попробовать практически выполнить свое представление, как это было в описанном Э.Берном случае), что произошло бы, если бы муж разрешил ей посещать танцевальные занятия.

Во втором случае девочка представляет свою жизнь „А если бы нос был красивым?” и убеждается в том, что ничего особенного при этом не произошло бы.

И, наконец, учительница внутренне, в мыслительном плане, „проигрывает” ситуацию „а если бы он относился ко мне хорошо”. Такие размышления помогли бы ей увидеть самого подростка, его интересы, желания, его собственную личную жизнь, что способствовало бы изменению ее отношения к конфликту и в итоге улаживанию его.

Упражнение 30. „Мой враг — мой друг”¹

Предлагаемое упражнение является, по существу, психотерапевтической формой реализации одной из ведущих заповедей христианства: „Полюби врага своего”. Оно направлено на принципиальное изменение отношения человека, включенного в остронапряженное взаимоотношение с другим человеком (учащимся, коллегой, своим ребенком, членом семьи).

¹ В адаптированной форме упражнение взято из системы Д. Карнеги. См.: Карнеги Д. Как перестать беспокоиться и начать жить. — М.: Прогресс, 1990.

Это изменение отношения производится в направлении от отрицательного к положительному.

Итак, представьте своего обидчика. Возьмите лист бумаги и постарайтесь описать его внешний вид, т. е. составить словесный портрет. Старайтесь фиксировать прежде всего симпатичные детали его внешности. Прочитайте то, что написали. Если Вы соскользнули на описание отрицательных внешних данных этого человека, вычеркните их. Затем на втором листе опишите качества характера своего партнера по конфликту. Опирайтесь на то, что в нем есть хорошего, не разрешайте себе описывать отрицательные свойства его личности. Если все же это произошло, при повторном чтении второй страницы вычеркните их.

На третьем листке опишите ситуацию Вашего взаимодействия с этим человеком, опять же опираясь на позитивные моменты в его поведении. В связи с этим попробуйте проанализировать свое собственное поведение. С удивлением Вы почувствуете, как что-то изменилось к лучшему в Вашем отношении к этому человеку, а теперь, на основе Вашего измененного отношения, займитесь выстраиванием другой линии Вашего поведения: „Мне надо сделать все по-другому...” Упражнение заканчивается при завершении моделирования стратегии и тактики Вашего позитивного поведения.

Глава 2. ПОЗИЦИОННЫЕ ИГРЫ (ИГРЫ-КОММУНИКАЦИИ)

Процесс педагогического общения имеет определенную структуру. Ведущей ее составляющей является позиционное взаимодействие¹. Кратко опишем его основные характеристики.

Общаясь с учащимися и их родителями, коллегами по работе, руководством школы, работниками управления народного образования, членами своих семей, а также в зависимости от условий складывающейся ситуации, учитель занимает определенные коммуникационные позиции: позицию „над” (тип А), позицию „наравне” (тип Б), позицию „под” (тип В) (см. рис. 1).

Взаимодействие типа А (над партнером по коммуникации) характеризуется тем, что активным, доминирующим субъектом общения выступает учитель. Он проявляет инициативу, осуществляет управление, контроль и планирование ситуации, реализует свои цели. Партнер по коммуникации является зависимым от учителя как ведущего объекта общения. Не-

¹ О структуре позиционного взаимодействия в общении см.: Кроник Е. А., Кроник А. А. В главных ролях: Вы, мы, он, ты, я. М.: Мысль, 1989.

трудно заметить, что описанный тип коммуникации характерен для взаимодействий „учитель — ученик”.

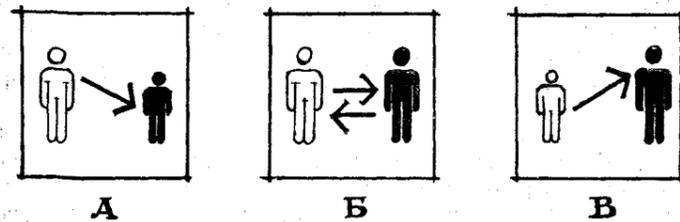


Рис. 1. Коммуникативные позиции

Взаимодействие типа Б (наравне с партнером по коммуникации) реализуется в общении двух равных партнеров, при котором они оба проявляют инициативу и активность, стараются учитывать цели и интересы друг друга, вступают в отношения взаимозависимости. Наиболее часто данный тип взаимодействия реализуется в общении „учитель — учитель”, „учитель — супруг (супруга)”.

Взаимодействие третьего типа В, в котором учитель занимает подчиненное положение относительно партнера по общению, характерно в его коммуникативных контактах с руководством школы и работниками органов управления народным образованием. Для успешного выполнения педагогической деятельности учитель должен уметь занимать коммуникативные позиции в зависимости от того, с кем и когда он вступает в коммуникативный контакт. Но в реальной жизни часто происходит смещение позиций и нарушение „правил” общения. В данной главе мы рассмотрим основные ситуации, в которые попадает учитель, и опишем психотехническую сторону реализации коммуникативных позиций. При этом основное внимание будет уделено специальным игровым упражнениям, направленным на формирование внутренних средств, помогающих учителю правильно сориентироваться в ситуации и выбрать наиболее эффективную коммуникативную позицию.

2.1. Игровые упражнения для оптимизации общения учителя с учащимися

Реализация учителем лишь одной коммуникативной позиции может привести к отрицательным результатам. В первом случае монопольное

владение учителем позицией „над” ведет к подавлению творческой активности учащихся, снижению их интересов к учению. Но и во втором случае, полное равноправие преподавателей со школьниками может обернуться анархией в школе, непослушанием детей и увеличением числа асоциальных поступков. Необходимо подчеркнуть, что для эффективной педагогической деятельности в общении с учащимися учитель должен владеть средствами различных коммуникативных позиций и дифференцированно их реализовывать в зависимости от ситуации и возраста школьника, с которым он общается.

Позиция „над” может быть эффективной в коммуникативных контактах с учащимися младших классов, стремящихся к опеке старшего, в учебной деятельности которых необходимы управление и контроль учителя. Позиция „над” сохраняет свое значение в контактах учителя с учащимися средних и старших классов, но только в ситуациях обучения, например, на уроке. Учитель должен „держат” дисциплину в классе, давать новые знания, выполнять школьную программу. Его строгость и требовательность, самодисциплина и высокий профессионализм выступают образцом для подростков и старшеклассников. Но вот урок закончился и ситуация изменилась. Во внеурочном общении со школьниками учитель должен уметь гибко перестраиваться и занимать коммуникативную позицию „наравне” — знать интересы и желания учеников, понимать их личные проблемы, идти навстречу их полезным начинаниям.

Опыт работы в школах показывает, что современный учитель успешно реализует коммуникативную позицию „над” и не умеет переходить в позицию „наравне”. Мы предлагаем несколько игровых упражнений, помогающих ему развить в себе способность к быстрой, безболезненной и эффективной смене коммуникативной позиции в контактах с подростками и старшеклассниками.

Упражнение 31. „Мышечная броня”¹

Вы только что закончили урок, собрали тетради, положили их аккуратной стопкой на столе в своем кабинете. К Вам подходит один из учащихся и начинает объяснять, почему он забыл тетрадь дома. Вы снова „надеваете” роль учителя, строго сдвигаете брови и...

Остановитесь! Урок закончился, ситуация принципиально изменилась. На уроке Вы занимались обучением, а сейчас начинаете общение. Вам необходимо сменить позицию: из позиции „над” перейти в позицию „наравне”, эта позиция — более мягкая и эмоционально насыщенная, нежели первая. Поэтому для ее реализации необходимо „освободить” собственные эмоции. Как это сделать?

¹ Упражнение взято из системы телесной терапии Б. Райха и адаптировано к педагогической деятельности. См.: Рудестам К. Групповая психотерапия. — М.: Прогресс, 1990.

Известно, что на физическом уровне существуют мышечные механизмы, блокирующие эмоциональную активность человека. Описаны семь кругов „мышечной брони“, пересекающей тело и подавляющей проявление непосредственных эмоций: на уровне глаз, рта, шеи, груди, диафрагмы, живота и таза. При реализации доминирующей позиции „над“ энергия обычно сконцентрирована в верхней части тела: напрягаются глаза („пристальный взгляд“), сжимается рот („твердые губы“), одеваются „панцирем“ шея и грудь. На уровне талии течение энергии блокируется мышечным напряжением. Для того, чтобы сменить позицию, в первую очередь необходимо ослабить напряжение глаз, рта, шеи и груди. Предлагаем для этого несколько простых упражнений.

Дыхание.

Перед беседой с учеником глубоко вдохните. При выдохе резким движением в воображении как бы „сорвите“ напряженную маску со своего лица: „погасите“ глаза, расслабьте губы, освободите шею и грудь. Представьте, что через выдох Вы снимаете с себя схватывающие Ваше тело мышечные „кольца“, и отбрасываете их — с глаз, губ, шеи и груди. Освободились? Теперь начинайте беседу со школьником!

Постарайтесь выяснить, по какой причине он забыл тетрадь, не будьте излишне строги и директивны, Ваша жесткость вызовет в подростке или старшекласснике либо страх (а значит, стремление вывернуться, солгать), либо протест (грубость, агрессию). Поинтересуйтесь, что происходит в семье учащегося, что ему помешало взять с собой тетрадь в школу. Проявите доверие к словам своего воспитанника, подбодрите его участием. Направьте собственную активность не на властное доминирование, а на установление психологического контакта в ходе диалога.

Массирование.

Возможно, Вам подойдет другой способ снятия напряжения и перехода в позицию „наравне“. Перед началом беседы с учеником дотроньтесь кончиками пальцев до своих глаз, проведите ладонями по лицу от лба к подбородку, как бы снимая старую маску. Этот жест, на который у Вас уйдет 1-1,5 секунды, станет для Вас границей, до которой Вы находились в позиции „над“, но после которой Вы перешли в позицию „наравне“ и начали выполнять другую роль. Произошло ролевое перевоплощение: на уроке Вы были учителем, а сейчас, перед началом разговора Вы становитесь собеседником.

Упражнение 32. „Маска релаксации“¹

При надевании „маски релаксации“ необходимо расслабить мышцы лба и бровей, верхние веки глаз спокойно опустить, глазные яблоки слег-

¹ О методах саморегуляции мышечного тонуса см.: Гримак Л. П. Общение с собой. — М.: Изд-во полит. литер., 1991.

ка повернуть кверху так, чтобы внутренний взор оказался сосредоточенным в бесконечность в области переносицы. Язык должен стать мягким, его кончик — находиться у корневых верхних зубов. Губы полуоткрыты, губы не соприкасаются друг с другом.

После „надевания“ „маски релаксации“ начинайте беседу со школьником.

Упражнение 33. „Состояние“

Данное упражнение является не столько набором определенных психотехнических действий, сколько описанием внутреннего психологического состояния, достигаемого при реализации позиции „наравне“ в общении с подростком или старшеклассником. „Отпустите“ себя, ослабьте свое стремление всегда и во всем контролировать ситуацию в классе и школе. Не старайтесь удерживать абсолютное лидерство в диалоге. Постарайтесь „снизить“ свою позицию, позвольте себе в чем-то поучиться у своего ученика, удивиться его максимализму или эмоциональной непосредственности. Дайте себе возможность пережить обычные человеческие эмоции: удивление, радость, интерес к собеседнику. Разрешите себе задавать вопросы, чтобы уточнить, правильно ли Вы поняли то, что говорит школьник, примите его точку зрения, если он прав и не соглашайтесь, если он не прав. При своем несогласии обязательно формулируйте аргументы, объясните свою позицию.

При реализации равноправной позиции в беседе со своим учеником не только он, но и Вы сами испытаете удовлетворение от простого человеческого общения. Не только он, но и Вы глубоко устали от предельно формализованного, обезличенного взаимодействия „учитель-ученик“, Вам обоим хронически не хватает теплых человеческих эмоций. Развивает и формирует не только задача на уроке, но и простая человеческая беседа.

Коммуникативный диалог — это творчество, стремительная реакция, взаимное доверие. Общение — это интересно!

После беседы со школьником Вы с удивлением почувствуете, что не смотря на то, что Вы отдохнули за счет смены позиции в процессе общения. Вы отдохнули также и потому, что отошли от своей административной роли учителя и проявили в беседе свою личность, индивидуальность.

Упражнение 34. „Ученический клуб“

Предлагаемое упражнение является скорее описанием идеи, которую учитель может реализовать в своей педагогической деятельности.

В одной из московских школ я познакомилась с молодой учительницей химии. Я обратила на нее внимание потому, что почти каждый день после уроков старшеклассники собирались у нее в лаборантской. Они вместе слушали магнитофон, обсуждали новости и проблемы. В беседах со своими учениками учительница становилась одной из них: горячо спорила, со-

глашалась, удивлялась, радовалась. Если бы Вы заглянули в лаборантскую в этот момент, Вы не смогли бы выделить молодого педагога из общей группы учащихся. Они общались все вместе, на-равных. По существу, при химическом кабинете возник ученический клуб. Участие в таком клубе не мешало, однако, учительнице быть строгой и требовательной. Попробуйте, может быть, у вас тоже получится организовать такой клуб. Уверена, что общение с подростками и старшеклассниками „на-равных” будет отдыхом не только для них, но и для Вас. Уверена также, что в своих неформальных беседах с учениками Вы сможете оказывать на них более сильное личностное влияние, нежели в процессе формального взаимодействия на уроке.

2.2. Игровые упражнения для улучшения взаимоотношений с коллегами в педагогическом коллективе

На педагогическом совете в одной из школ мне пришлось наблюдать ситуацию общения двух учителей между собой. Учительница истории, отличающаяся властным и жестким характером, в повелительном тоне, „сверху-вниз” обратилась к учителю физкультуры с какой-то незначительной просьбой. Выполнить желание учительницы было нетрудно, но физкультурник был возмущен формой обращения. Он воскликнул: „Что Вы говорите со мной, как со своим учеником!”

Что же произошло в этой ситуации? Что в поведении учительницы истории вызвало возмущение учителя физкультуры? Очевидно, неадекватность ее коммуникативной позиции. Позиция „над”, эффективная при обучении школьников, неприемлема в общении с коллегой по работе.

В общении с подростками и старшеклассниками, вступая в коммуникативный контакт с другими учителями, педагог должен гибко и оперативно перестроиться: из позиции „над” перейти в позицию „наравне”. Предлагаем несколько упражнений, помогающих такой перестройке.

Упражнение 35. „Давление”¹

Предложите одному из учителей, с которым у Вас сложились хорошие взаимоотношения, поиграть в психотехническую игру „Давление”. Станьте друг против друга, поднимите руки на уровне груди и слегка прикоснитесь друг к другу ладонями. Договоритесь о том, кто будет ведущим. Его задачей является слегка надавить на ладони своего партнера. Затем поменяйтесь ролями и повторите движение давления на ладони партнера по игре.

Вы скажите друг другу свои впечатления. В какой ситуации Вам было

¹ Упражнение взято из системы Н. Роджерс

эмоционально комфортнее, когда Вы давили или когда Ваш партнер давил на Ваши ладони? Возможно Вы не испытали приятных минут ни в первом, ни во втором случае. Тогда попробуйте не давить друг на друга, а реализовать совместные движения обращенными друг к другу ладонями рук так, чтобы между Вами возникло взаимное ощущение тепла (психонергетический контакт).

Почувствовали ли Вы, на сколько приятнее взаимодействовать на-равных, а не добиваться превосходства? Осуществление совместной деятельности в общении с коллегой дает больше положительных эмоций, нежели противостояние и борьба за то, кто первым захватит коммуникативное лидерство и реализует позицию „над”. Кроме этого, не забывайте, что стремясь к психологическому давлению на партнера по общению, Вы рискуете вызвать у него реакцию не подчинения, а возмущения, как в описанном выше примере. И вместо помощи он просто откажется от контакта с Вами. Подумайте, что лучше?

Упражнение 36. „Поставь себя на место другого”

Вспомните свой недавний конфликт с коллегой по работе, в котором Вы начали позицию „над”. А теперь расслабьтесь, закройте глаза и представьте себя на место того учителя, с кем Вы разговаривали. Представили? Внутренне, про себя спросите у него, какие впечатления он получил от общения с Вами? Продумайте, что бы мог о Вас сказать Ваш бывший собеседник.

Затем проиграйте в своем воображении Вашу беседу таким образом, чтобы оставить у Вашего партнера приятные воспоминания о себе. Что изменилось? Вы поняли, что прежде всего изменилась Ваша внутренняя позиция? Если раньше осознанно или неосознанно Вы начинали беседу с коллегой по работе так же, как Вы говорите с Вашими учениками на уроке, то сейчас Вы подходите к человеку, внутренне готовясь к равноправному контакту с ним. Эта психологическая подготовка связана со сменой Вашей позиции, Вашим внутренним стремлением к полноценному диалогу.

Упражнение 37 „Второй план”

В общении с коллегой по работе старайтесь сформировать для себя „второй план” беседы: как Ваш собеседник воспринимает Вас, что он думает о Вас, что он говорит и что он не говорит, что он чувствует. Стройте беседу с учителем так, чтобы представленный Вами „второй план” был одним из ведущих факторов Вашего общения. Не говорите того, что было бы неприятно Вашему собеседнику, старайтесь оставить о себе хорошее впечатление, думайте о последствии своих слов. Упражнение развивает способность к осознанию своей собственной позиции в общении.

Упражнение 38. „Монолог с двойником”¹

Вы сидите, например, на педагогическом совете в Вашей школе. Выступает один из учителей, а Вы в это время можете потренироваться в развитии своего умения понимать и чувствовать другого человека. Повторяйте про себя каждую фразу выступающего непосредственно после того, как Вы ее услышали. Постарайтесь представить чувства и мысли говорящего, попробуйте интуитивно постигнуть его невысказанные переживания. Смотрите на выражение лица и движение рук учителя, повторяйте эти движения в своем воображении, вживайтесь в его образ. Упражнение способствует углублению понимания другого человека, партнера по общению.

2.3. Игровые методы оптимизации взаимодействий учителя с родителями учащегося

Каждый учитель знает, как нелегко вести беседу с вызванными в школу родителями трудных учащихся. Если родители реализуют оборонительную позицию и стремятся оправдать собственное невмешательство в воспитание своего ребенка, они формулируют следующие аргументы: „Мы заняты на работе, у нас нет времени, чтобы воспитывать своего ребенка”, „Мы перепробовали все меры, ничего не получается”. Часто в школу приходят родители, выражающие наступательную позицию: „Школа должна воспитывать, а не мы!”, „Школа виновата в том, что наш ребенок такой невоспитанный”. Иногда приходят родители с желанием получить помощь: „Ребенок нас не слушает, помогите нам!”, „Мы растеряны, не знаем, что делать”.

В любом из этих случаев учитель должен стремиться к конструктивному разговору с родителями. Как этого достичь?

Упражнение 39 „Нейтрализация”

Упражнение „Нейтрализация” направлено на улучшение взаимодействия в ходе беседы с родителями, демонстрирующими наступательную позицию и позицию растерянности, беспомощности. Данное упражнение по своему психотехническому воздействию в какой-то степени похоже на упражнение 12 „Резервуар”, но имеет иное коммуникативное значение. Если упражнение „Резервуар” направлено на улучшение понимания собеседника путем внутреннего освобождения от своих личных субъективных оценок, то упражнение „Нейтрализация” нацелено на то, чтобы учитель не попал под влияние родителя. Дело в том, что при потере

¹ Упражнение в адаптированной форме взято из психодрамы — См: К. Рудестам. Групповая психотерапия. М: Прогресс, 1990.

самостоятельности и „подыгрывания” родителю, становится, невозможным достижение конструктивных результатов в разговоре. Например, если родитель демонстрирует наступательную позицию, то учитель, попавший под его влияние, в одном случае будет вынужден оправдываться, доказывать свою „невиновность” в том, что ребенок плохо учится и нарушает дисциплину. В другом случае может начать угрожать родителю применением административных мер к ребенку. Если же родитель реализует позицию беспомощности, то учитель, по-человечески жалея его, стремится его успокоить, обещает что-то сделать для того, чтобы изменить к лучшему поведение ребенка.

Однако как при реализации родителем той и другой позиций, не происходит реального, содержательного взаимодействия его с учителем и последний остается один-на-один со своей проблемой: низкой успеваемостью и плохим поведением ученика.

Основная цель общения учителя с родителем трудного ребенка состоит не в оправдывающихся или агрессивно-оборонительных действиях учителя, и не в принятии на себя всей тяжести воспитательной коррекции поведения трудного школьника, но в объединении усилий учителей и родителей в деле исправления трудного ученика.

На первой фазе общения с родителем Вы реализуете действие „сопротивления” его эмоциональному воздействию. Для этого следует обрести нейтральное состояние „резервуара” — пустой формы, не наполняемой психологическим содержанием Вашего собеседника. Не включайтесь эмоционально в ситуацию Вашего разговора, будьте психологически отстраненными от нее, поддерживайте в себе спокойный и охлажденный нейтралитет.

Как показывает наш опыт, Вам необходимо будет „продержаться” примерно 10—15 минут, в течение которых родитель в форме монолога будет либо высказывать свои претензии к школе и лично Вам, либо жаловаться на свою беспомощность в воспитании. В первом случае постарайтесь молча выслушивать и оставаться спокойным, уверенным в себе, не теряя вежливой доброжелательности. Во втором случае спокойно кивайте Вашему собеседнику головой, вставляйте некоторые нейтральные фразы, такие, например, как „Успокойтесь”, „Я Вас слушаю”, „Я Вас понимаю”.

Почувствовав Вашу нейтральную позицию и эмоциональную отстраненность, родитель начнет „остывать”, его эмоции станут иссыхать и гаснуть. В конце концов он успокоится, в нем будет формироваться психологическая готовность к конструктивному разговору с Вами.

Упражнение 40. „Равенство”

Наступает время для второй фазы Вашей беседы. Приступайте к выполнению действий, описанных в данном упражнении. Теперь Вашей задачей является организовать равноправное взаимодействие с родителем.

Это означает, что Вы должны убедить его в незамедлительном включении в активную деятельность по воспитанию своего ребенка. Как это сделать?

Позволим себе дать несколько конкретных советов¹. Последние начинают жалеть своего ребенка, обвинять „такого плохого“ учителя, который в беседе с ними проявил себя „несимпатичным“ человеком.

Чтобы избежать противостояния с родителями, учителю необходимо понимать и принимать чувства отца и матери своего ученика, более того, стараться найти в них опору при выстраивании совместных воспитательных действий. Не отталкивайте от себя пришедших в школу родителей, проявите сдержанную доброжелательность, открытость. Ваше личное положительное отношение к своему собеседнику будет выражением доброй воли и первым шагом навстречу к сотрудничеству.

Развивайте в себе стремление к равной позиции с родителями. Надеюсь, Вы разделяете наше мнение, что воспитание ученика основывается на совместных усилиях школы и семьи. Если только школа занимается трудным подростком или юношей, а в семье он получает негативный опыт, усилия учителей будут безрезультатными. И наоборот, отстранение школы от воспитания ученика и передача его, например, в руки работников милиции или направление на психиатрическую экспертизу при невмешательстве родителей, также являются малоэффективными.

Объединение усилий педагога и членов семьи школьника возможно только при взаимном и равноуважительном признании ими позиционного равенства друг друга. Первый шаг в этом направлении должен сделать учитель, поскольку это находится в рамках его компетенции и выступает проявлением его профессионализма.

Людам нравится ощущать собственную значимость. Одним из эффективных способов привлечения родителя к воспитательному сотрудничеству является подчеркивание его значимости в этом процессе. Приложите все усилия к тому, чтобы объяснить отцу или матери их реальную роль в воспитании и развитии ребенка. В одной ситуации покажите несостоятельность доминирования их ориентации только на профессиональную карьеру². В другой — постарайтесь разрушить внутренний эгоцентризм родителя, его обращенность только на свои собственные проблемы и покажите, что в содержании его человеческого „Я“ входят не только моменты

¹ Наши советы разработаны на основе анализа исследований зарубежных специалистов в области человеческих отношений" Зиберт В., Ланг Л. Руководить без конфликтов. — М.: Экономика, 1990; Эрнст О. Слово предоставлено Вам: Практические рекомендации по ведению деловых бесед и переговоров. — М.: 1988; Вудкок М., Фрэнсис Д. Раскрепощенный менеджер. Для руководителя-практика. — М.: Дело, 1991.

² Здесь будет уместным привести наше собственное наблюдение, сделанное в ходе работы по организации Гуманитарного лицея в г. Дубне. Работая с довольно большой выборкой детей и их родителей (около 120 чел.), мы с горечью отмечали, что во многих интеллигентных и духовно развитых семьях дети испытывают эмоциональное одиночество. Родители направлены на реализацию профессиональной карьеры и не уделяют детям достаточного внимания.

его личной жизни, но и жизни его ребенка как его духовного продолжения. В третьей — укрепите уверенность родителя в самом себе, выявите его возможности в достижении успеха в воспитании своего ребенка, его резервы в проявлении терпения и настойчивости.

Покажите родителю свою любовь по отношению к его ребенку. Нами замечено, что позитивный психологический контакт в общении с родителем возникает сразу же, как только учитель показывает, что видит положительные стороны в характере его ребенка, симпатизирует последнему и даже любит его. Согласитесь, что хорошее начало есть в каждом человеке, даже в самом отчаянном нарушителе школьной дисциплины и заядлом двоечнике. Так, недисциплинированно ведут себя зачастую активные, инициативные и самостоятельные ребята, склонные к лидерству. Низкую успеваемость проявляют те, кто либо имеет развитые интересы вне школы, либо те, у которых было плохо организовано обучение (по причинам частой смены учителей, низкого профессионального уровня преподавания, несодержательной школьной программы).

Когда родитель увидит дружелюбные глаза учителя и почувствует, что учитель так же, как он, заботится о благополучии его ребенка, он перестанет прибегать к „психологической защите“ и проявит готовность к сотрудничеству в совместном воспитательном процессе.

Ищите новые формы сотрудничества с родителями. Участие родителей в работе школьного родительского комитета и ведении секций и кружков — это почти все, чем в настоящее время исчерпывается активность отцов и матерей в школе. Однако существует немало других форм сотрудничества учителя и родителя. Например, Вы можете предложить одному из родителей самому провести родительское собрание и рассказать, какие проблемы он испытывает в воспитании ребенка и каким образом он пытается их разрешить. Организуйте обсуждение этих проблем родителями. Чрезвычайно поучительным было бы также выступление родителя, у которого были сложности во взаимоотношениях с собственным ребенком и который сумел их преодолеть. Дайте возможность такому родителю открыто поделиться своим личным опытом в воспитании сына или дочери. Помните, что построенная таким образом беседа родителей является гораздо эффективней, нежели приглашение психолога с лекцией или просто зачитывание фамилий двоечников и отличников и публичное выговаривание родителям, дети которых нарушили школьную дисциплину.

Можно предложить также организовать неформальную встречу родителей, на которой один из них и его ребенок вместе расскажут присутствующим о взаимном поиске ими взаимопонимания. Можно, наконец, поделиться собственным личным опытом в воспитании своего ребенка.

В любом случае совет только один: ищите новые содержательные и неформальные формы участия родителей в совместном с Вами воспитании детей.

Упражнение 41. „Взаимодействие”

Мы предлагаем Вам краткое описание методики ведения конструктивного диалога, разработанной американскими специалистами¹. Надеемся, что выполнение основных правил и советов, сформулированных ими, поможет Вам при организации эффективного коммуникативного взаимодействия с родителем трудного ребенка.

Не стремитесь во чтобы то ни стало отстоять собственную позицию. Часто бывает так, что в процессе общения каждый собеседник стремится только к тому, чтобы отстоять собственное мнение. Если беседа с родителями происходит таким образом, то возможно учителю и удастся организовать совместную деятельность с ними по воспитанию трудного ребенка, а возможно и нет. Успешность беседы зависит не от того, смог ли учитель доказать свою правоту, а от того, сумел ли он привлечь родителей к активному участию в воспитании ребенка, показал ли он образец высокой культуры общения, улучшились ли его взаимоотношения с родителями.

Другими словами, основная цель беседы учителя с вызванными в школу родителями трудного ученика состоит не в том, чтобы упрочить свое доминирующее положение и доказать, какой плохой у них ребенок, а в том, чтобы организовать с ними совместную воспитательную деятельность и объединить усилия школы и семьи.

Обсуждайте проблему, а не личные качества ученика. Данное требование запрещает участникам беседы „переходить на личности”. Положительные результаты беседы учителя с родителями не будут достигнуты, если они начнут обсуждать черты характера ребенка, а закончат „дискуссией” относительно личностных особенностей друг друга. Разговор „увязнет” во взаимных упреках, обвинениях, подозрениях, и обе стороны разойдутся врагами. В итоге учитель окончательно лишится поддержки родителей и ему ничего не останется, как прибегнуть к административным мерам воздействия.

Чтобы избежать такого плачевного результата, направьте беседу на обсуждение проблемы воспитания. Сформулируйте перед родителями Ваш психолого-педагогический „диагноз” учебной деятельности и поведения их ребенка: в силу каких объективных и субъективных причин он плохо учится и нарушает дисциплину и какие воспитательные мероприятия следует организовать, чтобы улучшить положение. Например, ребенок плохо учится потому, что у него запущены некоторые школьные предметы — следует организовать помощь в „подтягивании” его по этим

¹ В адаптированной форме мы представляем метод принципиальных переговоров, разработанных в рамках Гарвардского проекта по переговорам и широко распространенного с 60-х годов в США в процессах урегулирования коммерческих, социальных, профессиональных и политических взаимодействий. См.: Фишер Р., Юри У. Путь к согласию или переговоры без поражения. — М.: Наука, 1990.

предметам. Подросток плохо ведет себя на уроке потому, что он постоянно самоутверждается и демонстрирует свою „смелость” перед одноклассниками — предложите родителям поискать социально приемлемые формы деятельности, в которых их сын смог бы удовлетворить свою потребность в самоутверждении (спорт, подработка, увлечение, художественная самодеятельность). Подросток участвовал в краже, потому что попал под влияние „дурной компании”, — приложите совместные усилия к тому, чтобы отвлечь активность молодого человека и его друзей на другие виды деятельности.

Покажите другие возможности участия родителей в реализации совместных воспитательных мероприятий. Выразите уверенность в том, что если будут организованы совместные усилия семьи и школы, существующая воспитательная проблема успешно будет решена.

Учитывайте личные интересы родителей. Очень часто в беседе с родителями учитель требует, чтобы они резко активизировали свое участие в воспитании ребенка. Например, он советует, чтобы мать ушла с работы или перешла на полставки и целиком посвятила себя воспитанию ребенка. Или высказывается условие, чтобы отец забросил все свои увлечения и занялся только ребенком.

В какой-то степени эти требования обоснованы, но вряд ли можно всерьез надеяться на то, что родители, длительное время занимавшиеся собственными делами, после беседы с учителем мгновенно изменят стиль своей жизни. В ряде случаев они искренне хотят этого, но не знают, как конкретно следует начинать правильное воспитание ребенка, считают, что время потеряно и у них ничего не получится.

Более эффективным действием со стороны учителя является признание права родителей на интересную и содержательную жизнь. Предложите им не отказываться от своих увлечений, а привлечь к ним ребенка. Например, пусть папа, увлекающийся охотой и рыбалкой, почаще берет с собой своего сына, а мама, активно посещающая художественные выставки, возьмет с собой дочь. Посоветуйте также родителям вместе с детьми заниматься домашними и хозяйственными делами: чинить машину, строить дачу, делать ремонт в квартире, ухаживать за больной бабушкой и т. д.

Ищите варианты. Случается и так, что на беседу с Вами приходят отец и мать, не имеющие никаких увлечений и интересных занятий. В этом случае Ваша задача состоит в том, чтобы предложить им культурные формы их совместной деятельности с детьми либо в школе, либо вне ее. Заинтересуйте родителей в том, чтобы дети проводили с ними как можно больше времени.

„Не верьте генетике”. Не следует понимать данный совет буквально, речь идет о следующем. К сожалению, учителя часто высказывают следующее мнение: „Разве этот ученик будет хорошо учиться и при-

лично вести себя в школе, ведь у него родители... (пьяницы, сидят в тюрьме и т. п.)”.

Разумеется, влияние наследственных особенностей и семейных условий на формирование характера и способностей ребенка огромно. Но следует помнить, что это влияние не безгранично. Каждый учитель, опираясь на свой опыт, может рассказать немало случаев, когда из „плохой” семьи выходил „хороший” ребенок и, наоборот, из „хорошей” — „плохой”.

В чем дело? Дело в том, что отношение к ребенку значимых для него людей, их оценка его характера и способностей имеют внушающий характер. Если к ребенку с первого класса в школе относятся как к ребенку из „плохой семьи”, то он действительно начинает плохо учиться и нарушать дисциплину. И наоборот, удастся выровнять успеваемость и поведение ребенка из „плохой семьи” при помощи положительного, подкрепляющего отношения к нему со стороны учителя.

Поэтому я призываю Вас: верьте в силу воспитания! Не отказывайте ребенку из „плохой семьи” в Вашем заботливом внимании! Боритесь за него, доверяйте ему, любите его!

Мы вместе против проблемы, а не против друг друга.

Ваша беседа с вызванными в школу родителями трудного ученика прошла успешно, если, во-первых, Вам удалось избежать противостояния и конфронтации с ними. Во-вторых, если Вы смогли удержаться сами и удержать родителей от взаимных упреков и обвинений. В-третьих, если Вы удачно сформулировали проблему воспитания и родители поняли и приняли Вашу формулировку. И, в-четвертых, если Вы обсудили Ваши совместные действия по решению имеющейся воспитательной проблемы. Следовательно, с полным основанием Вы сможете испытать профессиональное удовлетворение после разговора с родителями, если Вы сумели объединиться с ними против Вашего общего „врага” — воспитательной проблемы и разработать план конкретных совместных действий по ее решению.

2.4. Игровые методы оптимизации семейного общения учителя

Часто на консультацию к психологу приходят женщины-учительницы не только с профессиональными проблемами, но и проблемами личного, семейного порядка. Наиболее типичной является просьба помочь улучшить дискомфортные взаимоотношения с мужем и детьми, нейтрализовать предразводную ситуацию. Опыт консультативной работы показывает, что выделяются некоторые типичные ошибки, которые допускают учительницы в своей семейной жизни.

Во взаимоотношениях с мужем они часто реализуют обучающую, воз-

действующую позицию, проявляя такие черты характера, как директивность, нетерпимость, неумение понять и простить. Они относятся к своему супругу как одному из своих учеников и постоянно его воспитывают, считая себя неким морально-этическим эталоном.

В общении с собственными детьми учительницами допускаются две основные педагогические ошибки. В одном случае у перегруженной и утомленной преподавательницы „не доходят руки” до собственных детей, и они растут, не получая должного материнского внимания. В другом случае, наоборот, дети излишне „завоспитаны”: дома — матерью-педагогом, в школе — требованиями учителей соответствовать некоторому образцу „ребенка учителя”.

Как избежать данных ошибок? Мы уверены, необходимо владеть своим внутренним психологическим состоянием и уметь вовремя его сменить после прихода из школы домой. Если удастся перестать „быть учительницей” и превратиться в мягкую, теплую, любящую „просто женщину”, направленную на любовь к своим близким, а не на реализацию неких воспитательных принципов, то необходимые слова и действия придут „сами собой”, следует только чутко прислушаться к своему сердцу.

Смена самооощущения и внутренних эмоциональных ритмов учительницы связана со сменой ее позиции. Позиция „Я — учитель” (позиция „над”) меняется на позицию „Я — жена” и „Я — мать” (позиция „наравне”). Предлагаем Вам несколько психотехнических упражнений, помогающих эффективно менять указанные позиции и достигать психологического состояния, связанного с семейными и материнскими обязанностями.

Упражнение 42. „Я — учительница”

Общая характеристика внутреннего состояния: собранность, воля, самоконтроль, твердость, стабильность, ясность, четкость, деловитость, готовность к управлению ситуацией и контролю над ней.

Доминируют интеллект и воля.

Упражнение направлено на расширение профессионального самосознания учителя и формирование умения регулировать внутреннее состояние, определяющее выполнение педагогической профессии.

Вхождение в роль учителя заключается в следующем. Возьмите чистый лист бумаги и проведите вертикальную линию, разделяющую его на две части. Слева напишите особенности поведения, качества личности, которыми, по Вашему мнению, должен обладать учитель. Перечислите также, что он должен уметь делать. В течение рабочего дня попробуйте вести себя так, чтобы выполнить как можно больше требований, которые Вы сформулировали на левой стороне листка. В конце рабочего дня справа на этом же листке отметьте, какие действия Вы реализовали в своем поведении и какие — нет. Вспомните и опишите Ваше состояние.

Как воспринимают Вас окружающие. Попросите Вашу

лучшую подругу или дочь-старшеклассницу описать те черты Вашего характера, которые, как они считают, определены Вашей профессией. Спросите их, всегда ли эти черты характера проявляются в Вашем поведении? Попросите их описать свое восприятие и отношение к тем ситуациям, в которых эти профессиональные черты характера Вы проявили неадекватно складывающимся семейным обстоятельствам. Возможно, они признаются Вам, что им был неприятен Ваш „учительский” тон, возможно скажут, что испытали растерянность и замешательство.

Поразмышляйте над тем, что Вам сказали.

Постарайтесь изменить свое поведение: быть учителем в школе, а дома или в общении с подругой быть „просто человеком”.

„Я и моя мама — учительница”¹. Если у Вас есть маленький ребенок, попросите его нарисовать рисунок, сюжет которого определяется данным названием. Попробуйте понять символы детского рисунка: если нарисована строгая дама простым или черным карандашом, то ребенок воспринимает Вас излишне сдержанной, даже суховатой. Если фигурка ребенка нарисована в одной части рисунка, а фигура матери — в другой, следовательно, Вам необходимо подумать над тем, что в Ваших отношениях с ребенком не хватает человеческого тепла, полноценного психологического контакта.

Через непосредственное, живое и интуитивно-точное восприятие малыша Вы сможете узнать о себе много нового и полезного, что в дальнейшем поможет Вам изменить к лучшему Ваши взаимоотношения с ним, Ваш характер и поведение.

Упражнение 43. „Я — жена”

Общая характеристика внутреннего состояния: мягкость, доброта, терпимость, нежность, готовность к пониманию, прощению и самопожертвованию.

Доминируют эмоции, чувства.

Женщине-учительнице не хватает внутренней раскованности, эмоциональной непосредственности, некоторой непредсказуемо-женственной стихийности. Женщина-педагог проявляет себя излишне правильной, „все знающей”, организованной и деловой.

Приведем пример из нашей консультативной практики.

К нам обратилась женщина-педагог, имеющая двух сыновей и мужа — военного. Она жаловалась на то, что в последнее время муж стал вести себя отчужденно и даже хотел подать на развод. Причин такого поведения мужа она не понимала: в доме все было в порядке, она строго контролировала сыновей, они были послушны, выполняла свои домашние обязанности матери и жены.

¹ См.: Хоментаускас Г. Т. Семья глазами ребенка. — М.: Педагогика, 1989.

В ходе совместного обсуждения мы нашли причину разочарования мужа в семейной жизни. Дело в том, что он психологически уставал от четкости, организованности и планомерности в жизни семьи. Выполняя строго нормированную, заорганизованную деятельность на работе, он нуждался в свободе, покое и раскованности в своем доме. А жена, не осознавая этого, в своем стиле жизни как бы повторяла военизированный порядок, доминирующий в его профессии. Поэтому дома муж не отдыхал, а пребывал в постоянном напряжении, и его желание взять развод было связано главным образом с внутренней психологической усталостью от излишне нормированного образа жизни в семье.

Снятие зажатости, напряженности, излишнего самоконтроля и логизированности в психологическом состоянии и поведении возможно при помощи психотехнических упражнений, описанных нами в первой главе (№№ 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 19)¹. Кроме этого, предлагаем Вам упражнение, направленное на смену внутреннего состояния „Я — учитель” на состояние „Я — жена”.

В транспорте, подъезжая к дому, постарайтесь забыть о школе и направить ход своих мыслей на свою семью, на мужа. Подумайте о том, что у Вас было и есть хорошего во взаимоотношениях с мужем, вспомните, как Вы первый раз с ним познакомились, как он подарил Вам цветы, сделал предложение и т.п. Припомните, что Вам особенно понравилось в нем при первой встрече: умение понять, помочь, проявить участие в Ваших делах или что-то другое?

Когда Вы подойдете к двери своей квартиры, улыбнитесь, сбросьте груз своей профессии, перестаньте быть учителем и станьте „просто женщиной”, и когда Ваш муж откроет Вам дверь, он увидит спокойную и любящую женщину.

Упражнение 44. „Я — мать”

Общая характеристика внутреннего состояния: мягкость, доброта, тепло, готовность к покровительству, заботе, защите и пониманию.

Доминируют эмоции, чувства, воля.

Своих детей женщине-педагогу необходимо меньше воспитывать, но больше просто любить. Ей следует создавать условия для проявления ими свободы, импровизации в поведении. Важно также научиться принимать детей такими, какие они есть.

На активизацию комплекса эмоций, определяющих позицию „Я — мать”, направлены упражнения №№ 9, 10, 12. Кроме этого, рекоменду-

¹ Советуем также регулярно прочитывать настрой 2.17. „На женскую нежность” в кн.: Сытин Г. Животворная сила. — М.: Энергоатомиздат, 1990. Читайте также: Аргайл М. Психология счастья. — М.: Прогресс, 1990.

ем организовать в семье игры, помогающие улучшить социально-психологический климат внутрисемейных взаимоотношений.

Например, игра „Анонимный список претензий”¹. К условленному вечеру каждый из членов семьи бросает в почтовый ящик конверт, в котором он высказывает свои претензии к другим членам семьи. В назначенный день конверты вскрываются, и все претензии зачитываются вслух. Члены семьи определяют к ним свое отношение. Если Вы как мать оказались в центре обсуждения и относительно Вас были высказаны определенные претензии, попробуйте обдумать их и постараться изменить свою позицию в семье.

Игра „Дочки-матери”. Предложите своим детям сыграть роли отца и матери, а Вы и Ваш муж будете играть роли детей. Для игры выберите одну из типичных семейных ситуаций: вечер в семье, семейный праздник, семейное увлечение и др. Обратите внимание на то, как Ваши дети будут играть Вас, какие особенности Вашего поведения они подчеркнут.

Можно рекомендовать также общее семейное рисование. Попросите детей нарисовать рисунок на тему „Моя семья”. Посмотрите, какое место на рисунке займет фигура матери и отца, как они будут нарисованы, с каким выражением лица, где будет находиться ребенок — близко к матери или отцу или на отдалении, какой сюжет будет на рисунке. Обдумывание этих вопросов и размышление о своей роли матери поможет Вам осознать свое место в семье и понять отношение к Вам Ваших детей.

Игра „Ревизия”. Заведите правило обсуждать с мужем „проблемы недели”. Один раз в 5-6 дней организовывайте беседу по поводу того, чем он доволен и чем недоволен. Со своей стороны Вы также в мягкой форме сформулируйте свои пожелания к нему самому к семейному общению. После таких разговоров в течение последующей недели старайтесь измениться к лучшему. Работайте над собой!

¹ См.: Добрович А. Б. Кто в семье психотерапевт? — М.: Знание, 1985.

Глава 3. МЕТОДЫ РАЗРЕШЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КОНФЛИКТОВ

3.1. Конфликты в школе.

Педагогические конфликты могут быть разнесены по трем большим группам. В первую группу входят мотивационные конфликты. Они возникают между учителями и учащимися по причине слабой учебной мотивации последних или, проще говоря, из-за того, что школьники либо не хотят учиться, либо учатся без интереса, по принуждению. Имея в своей основе мотивационный фактор, конфликты этой группы разрастаются и в конечном итоге между учителями и ребятами возникают взаимная неприязнь, противостояние, даже борьба.

Послушайте, например, о чем говорят учителя в учительских. Конечно же, об учениках: „Они ничего не умеют и ничего не понимают”, „Они не хотят учиться”, „Не слушаются”. Нетрудно догадаться, о ком говорят школьники, разумеется, об учителях: их неумении и нежелании понять, несправедливых оценках, неуважении к ученикам. Пришедший в школу психолог вынужден выслушивать жалобы с обеих сторон и, поверьте, часто испытывает трудности в принятии решения „кто — прав, а кто — виноват”. Конечно же, учителя устают, а ребята не хотят учиться. Много усилий требует класс, в котором около или более 30 человек; можно понять также учащихся, скучающих на уроке. По существу мотивационные конфликты возникают потому, что в нашей школе учителя и школьники разобщены, противопоставлены, имеют разные цели и разную направленность.

Вторую группу образуют конфликты, связанные с недостатками в организации обучения в школе. Мы имеем в виду четыре конфликтных периода, через которые проходят ученики в процессе обучения в нашей школе. Представим себе, что школа — это „труба”, в которую входит ученик 1 класса и из которой выходит выпускник (см. рис. 2).

Начиная обучение, первоклассник переживает довольно сложный и даже болезненный этап в своей жизни (конфликтный период 1): происходит смена его ведущей деятельности (с игровой на учебную), меняется его социальная позиция (из ребенка он превращается в школьника), возникают новые для него требования и обязанности. В среднем, психологическая адаптация к школе может длиться от 3 месяцев до 1,5 лет.

Только ученик привыкает к своей новой роли, учителю в школе, как наступает новый конфликтный период (2): он переходит в 4 класс. Вместо одного учителя учащиеся начинают учиться у разных учителей-предметников. И если учитель начальных классов, как правило, опекает своих ре-

бят, помогает им и заботится о них, то учителя средних классов, в основном, относятся более строго и требовательно. Да и приспособиться сразу к нескольким учителям бывает нелегко. Кроме этого, появляются новые школьные предметы, более сложные по сравнению с предметами начальной школы.

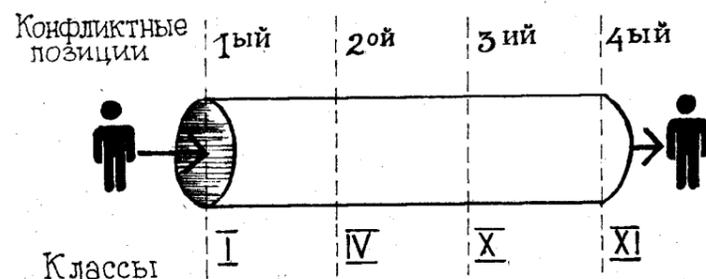


Рис. 2. Организация обучения в школе

Следующий конфликтный период (3). В начале 9 класса возникает новая болезненная проблема: нужно решить, что делать после 9 класса — идти в среднее специальное учебное заведение или продолжать учебу в 10 классе. Те из ребят, кто идут в техникумы и училища, часто испытывают своеобразный „комплекс неполноценности“ по сравнению с другими школьниками. Тем самым они переходят на более низкую социальную ступень жизненного старта, чем их сверстники. Довольно часто возникают ситуации, когда молодой человек намерен идти в 10 класс, но получает в школе отказ по причине низкой успеваемости. Наибольшее сожаление вызывают случаи, когда способный учащийся вынужден идти в среднее специальное учебное заведение по причине материального характера: чтобы помочь семье, ему необходимо как можно раньше начать работать. Таким образом, для многих молодых людей 9 класс выступает чертой, до которой они прожили беззаботное детство и бурное отрочество, но после которой они вынуждены начинать взрослую жизнь с ее заботами и проблемами.

И, наконец, четвертый конфликтный период: окончание школы, выбор будущей профессии, конкурсные экзамены в ВУЗ, начало личной и интимной жизни и др. К сожалению, обеспечивая базовое среднее образование, школа не готовит ребят к вступлению во взрослость, к выполнению роли работника, студента, мужа, отца. Поэтому данный период зачастую бывает остроконфликтным: неудачи, срывы, проблемы.

Третью группу педагогических конфликтов составляют конфликты взаимодействий: учащихся между собой, учителей и школьников, учителей друг с другом, учителей и администрации школы (завучей, директо-

ров). Данные конфликты происходят по причинам не объективного характера, а личностных особенностей конфликтующих, их целевых установок и ценностных ориентаций.

Наиболее распространенными среди учащихся являются конфликты лидерства, в которых отражается борьба 2-3 лидеров и их группировок за свое первенство в классе. В средних классах часто конфликтуют группа мальчиков и группа девочек. Может резко обозначиться конфликт 3-4 подростков с целым классом или вспыхнуть конфликтное противостояние одного школьника и класса.

Конфликты во взаимодействиях „учитель-ученик“, помимо мотивационных, могут выступить как конфликты нравственно-этического характера. Проводя консультационную работу в школе, психолог сталкивается с тем обстоятельством, что учителя не придают должного значения этой стороне их взаимодействий с ребятами: нарушают данное ими слово, открывают ребячьи секреты. Многие подростки и старшие школьники высказывают недоверие учителю. Так, по нашим данным, только 3-8% школьников имеют доверительные беседы с учителями, остальные предпочитают общаться вне школы.

Конфликты между учителями могут возникать по различным причинам: начиная с проблем школьного расписания и кончая столкновениями интимно-личного порядка. В большинстве школ, особенно городских, существует типичный конфликт между учителями начальных классов и преподавателями средних и старших классов. Суть взаимных претензий учителей друг к другу кратко можно обозначить следующим образом. Учителя-предметники высказываются о том, что дети, пришедшие к ним из третьих классов, недостаточно самостоятельны и привыкли к излишней опеке взрослого. Учителя начальных классов с горечью говорят о том, что они потратили много усилий на то, чтобы научить ребят читать, считать и писать. Высказываются также упреки в адрес учителей-предметников в недостатке у них внимания и теплоты к детям. По-видимому, данный конфликт обусловлен объективными причинами: отсутствием преемственности в содержании и организации обучения в начальной и средней школе.

Во взаимодействиях „учитель-администрация школы (завучи, директор)“ возникают конфликты, вызванные проблемами власти и подчинения. В последнее время появляются конфликты, связанные с педагогическими инновациями (введением новшеств в школу).

Итак, мы убедились, что школьная жизнь буквально насыщена педагогическими конфликтами. Поэтому каждому учителю необходимо знать о психологической природе конфликта, его структуре и динамике, эффективных способах разрешения.

3.2. Педагогический конфликт: структура, сфера, динамика

Любой конфликт, в том числе и педагогический, имеет определенные структуру, сферу и динамику¹.

Структура конфликтной ситуации складывается из внутренней и внешней позиции участников, их взаимодействий и объекта конфликта (см. рис.3).

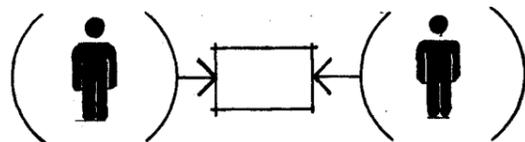


Рис. 3. Структура конфликтной ситуации

Внутренняя позиция участников состоит из их целей, интересов и мотивов; она непосредственно влияет на течение конфликтной ситуации и находится как бы „за кадром“, часто не проговаривается в ходе конфликтного взаимодействия. Внешняя позиция проявляется в речевом поведении конфликтующих, она отражается в их мнениях, точках зрения, высказываемых пожеланиях.

Различение внутренних и внешних позиций участвующих в конфликте людей необходимо нам для того, чтобы, зная об этом, стараться увидеть за внешним, ситуативным — внутреннее, существенное. Например, в Вашем классе трудный подросток. На уроках он ведет себя вызывающе, грубит, демонстративно непослушен, да и выглядит на Ваш взгляд просто ужасно: длинные волосы, разлохмаченная прическа, на лацканах пиджака приколоты целая коллекция различных значков. Но если Вы будете ориентироваться только на поведение подростка и на внешний образ, который он демонстрирует, то напряжение в Ваших взаимоотношениях может не только не уменьшиться, но и обостриться. Чем чаще Вы будете выражать строгость и нетерпение, высказывать запреты, тем большую агрессию будет проявлять школьник. Он начнет бунтовать и все сделает наоборот. Вы потребуете тишины на уроке — он будет громко говорить с соседом по парте. Вы вызовете его к доске — он будет молчать или стоять с подчеркнуто независимым видом.

Ваши конфликтные взаимоотношения с подростком могут измениться

¹ 1. См.: Зигерт В., Ланг Л. Руководитель без конфликта. — М.: Экономика, 1990; Боролкин Ф. М. Буряк Н. М. Внимание: конфликт. — Новосибирск: Наука, 1989; Лишин О. В. Конфликты в школьном возрасте: пути их преодоления и предупреждения. — М., 1986.

в лучшую сторону, если вы будете ориентироваться не на его поведение, а на внутреннюю позицию, т.е. сможете понять его цели, интересы и мотивы. У большинства учащихся к 10-13 годам возникает „комплекс самоутверждения“. Подросток стремится быть взрослым и хочет равенства в отношениях, он хочет выделиться и утвердить свое „Я“. Если вы хотите помочь подростку, постарайтесь найти ему деятельность, в которой он сможет добиться успеха. Как только молодой человек проявит себя и найдет свое призвание, он станет увереннее и спокойнее.

Одна из учительниц рассказывала нам, что ее трудный воспитанник стал гораздо лучше учиться и хорошо вести себя на уроках в классе после начала занятий по производственной практике. Он показал высокие результаты во фрезерном деле и получил одно из первых мест в районном конкурсе, чем удовлетворил свою потребность в самоутверждении.

Объект конфликта определить бывает непросто. Вернемся к нарушению подростком дисциплины на уроке. В этом случае учитель и школьник имеют разные объекты конфликтной ситуации. Для учителя объектом выступает дисциплина в классе, для учащегося — стремление к самоутверждению. Решение конфликта может начаться с объединения объектов: решая задачу поддержания дисциплины в классе, учитель поручает подростку интересное дело в ходе выполнения которого возникают условия для удовлетворения подростком его потребности в самоутверждении.

Сфера конфликта может быть деловой или личностной. Взаимодействуя друг с другом, учителя и учащиеся часто сталкиваются в конфликтных ситуациях. Однако при этом следует стремиться к тому, чтобы конфликт происходил в деловой сфере и не перетекал в личностную. Проще говоря, конфликтуйте культурно и не переходите „на личности“.

Например, выражая порицание своему воспитаннику, нарушившему дисциплину на уроке русского языка, обсуждайте только этот вопрос и не затрагивайте его личных качеств. В противном случае подросток обидится, ожесточится и Ваша воспитательная беседа будет иметь противоположный результат: вместо позитивных изменений в поведении, школьник подчеркнуто станет нарушать дисциплину. Беседа с ним должна проводиться в деловой сфере.

Нельзя говорить:

„Ты — грубый и невоспитанный! По русскому языку ты получаешь одни двойки! Лентяй! Не можешь заставить себя выучить домашнее задание! А еще разговариваешь, когда надо сидеть и слушать, хотя бы на уроке!“

Необходимо говорить примерно следующее:

„Давай вместе подумаем, почему у тебя проблемы с русским языком? Тебе неинтересно или ты что-то не понял? Тебе нужна помощь?“

Динамика конфликта складывается из трех основных стадий: нарастания (стадия 1), реализации (стадия 2), затухания (стадия 3) (см. рис.4).

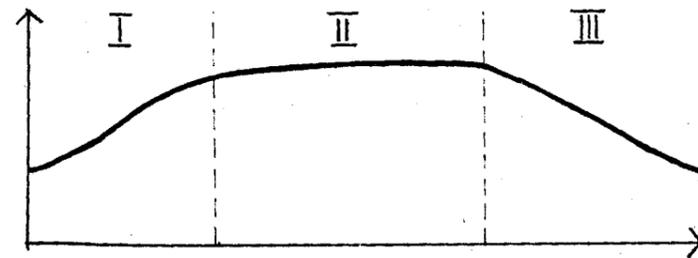


Рис. 4. Динамика конфликта

Следует помнить, что успешно „блокировать” развитие конфликтной ситуации Вы можете на стадии ее возникновения, (стадии 1). Один из эффективных способов „блокировки” конфликта — переводение его из плоскости коммуникативных взаимодействий в плоскость предметно-деятельностную. Например, в тот момент, когда Вы заметили нарастание напряженности между двумя Вашими учениками, дайте им обоим какое-либо поручение. Причем, если это задание будет связано с выполнением физического труда (уборкой классной комнаты, чисткой снега и др.), то „отрицательная энергия” ребят будет израсходована в деятельности и не „выплеснется” в их взаимодействиях и не вызовет конфликт между ними.

Если конфликт все же „разгорелся” (стадия 2), то подавить его уже не удастся: страсти бушуют, участники возбуждены и всячески демонстрируют „силовые приемы”.

Конфликтная ситуация реализовалась, конфликтующие исчерпали свои силы и энергию, наступает стадия затухания (стадия 3). Помните, что воспитательная коррекция эффективна именно на данной стадии, когда произошла разрядка напряжения и участники „выплеснули” свои эмоции. У них возникают чувства виноватости, сожаления и даже раскаяния¹. На этой стадии можно проводить воспитательные беседы, выявлять и устранять причины конфликтов. В этот период участники, как правило, готовы к позитивным изменениям и хотят стать лучше.

¹ 1. Мы основываемся на фактах, полученных в исследованиях американского психолога Л. Уолтера.

3.3. Игровые методы разрешения конфликтов

Попадая в конфликтную ситуацию, учитель может направить свою активность либо на то, чтобы лучше понять своего собеседника, либо на регуляцию собственного психического состояния с целью погашения конфликта или его профилактики.

В первом случае разрешение конфликтной ситуации достигается путем налаживания взаимопонимания между людьми, устранения различных недоразумений, недомолвок, несогласованности. Проблема понимания другого человека (ученика, коллеги по работе, супруга или собственного ребенка) довольно сложна и поэтому мы остановимся на ней подробно.

Человек существует в двух измерениях: своем внутреннем „Я” и во взаимодействиях с другими людьми. Эти сферы человеческого бытия психологически принципиально различны. Все, что происходит в сфере личного „Я”, есть непосредственная, близкая и очевидная реальность для человека: он чувствует, думает, переживает, желает, стремится и т.п.

„Я” другого человека в известной степени закрыто и выступает некоторой „загадкой”, которую необходимо отгадать. Чувства, мысли, переживания, желания и стремления другого не представлены непосредственно, в каких-то видимых „формах”, о них можно только догадываться по поведению, словесным и символическим средствам выражения.

Выйти за границы своего „Я” и приблизиться к внутреннему „Я” другого не так-то просто. Существуют различные способы, помогающие понять другого человека.

Метод интроспекции заключается в том, что человек ставит себя на место другого, а затем в своем воображении воспроизводит мысли и чувства, которые, по его мнению, этот другой испытывает в данной ситуации. После того, как такая психологическая имитация внутреннего мира другого произведена, делается вывод о мотивах и внешних побудителях его поведения, целях и устремлениях. На основе результатов анализа строится взаимодействие с человеком.

В нашей книге на основе метода интроспекции разработаны упражнения № 5 „Мария Ивановна”, № 36 „Поставь себя на место другого”.

Действенность метода интроспекции довольно высока, но не безгранична. Возникает опасность собственные мысли и чувства принять за мысли и чувства другого человека. И если Вы перенесли свое субъективное видение на другого человека и как бы заменили его психику своей, не оставив себе возможности отказаться от принятой схемы, то вы можете построить неправильный образ человека и между вами возникнет непонимание. Наш совет: когда Вы ставите себя на место другого, проверяйте свои схемы, сопоставляйте действия и поведение человека с Вашим представлением о нем. Изменяйте Ваше представление в случае несоответствия.

Метод эмпатии основан на технике вчувствования во внутренние

переживания другого человека. Если Вы — человек эмоциональный, склонный к интуитивному мышлению, то данный метод будет для Вас полезным. Как Вы могли заметить, к типу „художников” — людей с эмоциональным складом психики, обычно относятся словесники, учителя рисования и музыки. Для них более эффективными будут упражнения № 13 „Ритм”, № 14 „Резервуар”, № 38 „Монолог с двойником”, № 74 „Первая фраза”.

Важно помнить, что метод дает возможность достичь высоких результатов, если Вы умеете доверять своему интуитивному ощущению и способны вовремя остановить возникновение интеллектуальных интерпретаций. Действительно, человек часто чувствует одно, но не верит своему чувству, начинает размышлять, что-то додумывать и принимает решение, основываясь на мыслительных схемах. А практика затем показывает, что первое ощущение „от сердца” было правильным и точным, а последующее рассуждение „от головы” — ошибочными.

Метод логического анализа подходит для тех, у кого преобладает элемент рационализации психической жизни, кто опирается на свое мышление. Чтобы понять партнера по взаимодействию, такой человек выстраивает систему интеллектуальных представлений о нем и о ситуации, в которой находится его собеседник. Школьные учителя математики часто относятся к типу „мыслителей”. Заметим, что метод логического анализа положен в основу упражнений № 40 „Равенство”, № 41 „Взаимодействие”. Полистайте дальше данную подглавку. Здесь представлено упражнение № 61 „Переключись на собеседника”, в основу которого также положен метод логического анализа.

Во втором случае учитель старается сохранить внутреннее спокойствие и стабильность, стремится не попадать в атмосферу напряженности, которую несет с собой конфликт. Опыт показывает, что если один из взаимодействующих людей обретает и сохраняет сдержанность, равновесие и отстраненность, то другой участник лишается возможности начать конфликт или дальше взаимодействовать в „конфликтном режиме”. В результате назревающий конфликт затухает, а потенциальные конфликтные отношения нормализуются. Любопытно, что данный метод нейтрализации конфликта известен с давних времен и оформлен в русских народных сказках. Вспомните, например, сказку „Волшебная водица”: ссоры между мужем и женой прекратились, как только жена перестала отвечать на раздраженные реплики мужа, каждый раз набирая в рот „волшебной водицы”¹.

На автокоррекцию собственных психологических состояний сложных, напряженных и конфликтных ситуаций направлены упражнения № 2

¹ 1. См.: Русские сказки. — М.: Русский язык, 1987. — С.32-33.

„Пресс”, № 3 „Дерево”, № 6 „Голова”, № 7 „Руки”, № 8 „Настроение”, № 9 „Пословицы”, № 25 „Перед сложным разговором”, № 52 „Мудрец”.

Эффективная профилактика конфликтных взаимодействий может быть достигнута при помощи упражнений, представленных в данной подглавке: № 45 „Равновесие”, № 46 „Контексты”, № 47 „Модальность”, № 48 „Терапия общением”, № 49 „Остановите монолог, организуйте диалог”, № 50 „Организация”.

Упражнение 45. „Равновесие”

До сих пор наши рекомендации были направлены главным образом на то, чтобы помочь Вам дипломатично улаживать конфликтные ситуации, „сглаживать” углы, снимать напряжение. Но не всегда в жизни и на работе следует идти на компромиссы и смягчение острых проблем. Нередко возникают обстоятельства и ситуации, в которых Вы должны достичь своей цели, убедить собеседника в своей правоте, добиться принятия своей точки зрения, словом, одержать безусловную победу!

Как сделать так, чтобы сложный разговор с учеником, его родителями, коллегой по работе или администрацией школы не закончился конфликтом и в то же время победа была за Вами? Ведь по сути дела, конфликт — это поражение, а Ваша задача состоит в том, чтобы организовать бесконфликтное взаимодействие и в то же время добиться согласия с Вашей позицией.

Опишем психотехническую сторону такого разговора. Ваша беседа должна быть „хождением по канату” и удерживанием равновесия на нем. Наклон в одну сторону — конфликт, крен в другую — мирное, но не конструктивное решение проблемы.

Смело и уверенно ведите разговор — „идите по канату!”. Уступая своему собеседнику в деталях, не уступайте ему в главном. Проявляйте дипломатичность в тех моментах беседы, которые касаются Ваших взаимоотношений с ним, но будьте „тверды как скала” в том, что затрагивает главный предмет разговора. Узнайте аргументы, пожелания, имеющиеся у Вашего партнера по общению и только после этого раскрывайте „чемодан” с собственными предложениями.

Например, Вы ведете деловые переговоры с завучем и директором школы с целью получения разрешения на преподавание нового предмета по экспериментальной программе. Для этого нужно выделить дополнительное учебное время, закупить пособия, наглядные материалы, размножить экспериментальный учебник для каждого ученика, апробировать программу нового курса, ввести организационные изменения (увеличить время урока, запланировать серию экскурсий и проч.). Допустим также, что у администрации школы есть свои резоны сдерживать Вашу активность по введению нового школьного предмета (неуверенность в том,

что он будет понятен детям, опасения, что новый курс вызовет „отсев” слабых учащихся и т. д.).

Если Вы будете излишне жестко, напористо и прямолинейно отстаивать свою позицию, то может возникнуть конфликт и Вы не добьетесь успеха и, наоборот, если Вы во всем станете уступать, лавировать, идти на компромиссы, то, возможно, Вы получите разрешение на введение нового школьного предмета, но Вам придется сделать такое огромное количество уступок, что это принесет вред содержанию нового курса.

Стратегия ведения делового разговора здесь — „хождение по канату”, балансирование на одной линии разговора, ведущей к цели: не допустить обострение беседы и в то же время добиться признания своей позиции.

Мы сознательно не рассказываем здесь о деталях разговора, ведущегося по методике „Равновесие”. Каждый раз Вы будете оказываться в различных конкретных ситуациях и учесть все возникающие условия просто невозможно. Выше мы писали и еще раз подчеркнем, что для успеха в деятельности неважно точно и в деталях знать, что делать. Важно правильно подобрать внутреннее состояние и овладеть им, а затем уже фразы, действия и форма поведения будут реализованы Вами „по ситуации”. Важно выбрать правильный образ, который будет эффективно регулировать Вашу деятельность и прочно удерживать этот образ в своем сознании. В данном случае образ „хождения по канату” и фиксация равновесия всегда поможет Вам отстоять собственную точку зрения в сложной проблемной ситуации.

Упражнение 46. „Контексты”

Наше общение осуществляется не только при помощи слов, но и посредством мимики и пантомимики, а также психоэнергетического воздействия. Причем, информация, передаваемая по несловесным каналам, воспринимается мгновенно, гораздо быстрее, чем сами слова. Поэтому если Вы, как учитель, говорите своим воспитанникам необходимые и в целом правильные слова о том, что необходимо хорошо учиться и быть дисциплинированными, но через несловесные средства передаете им эмоционально-отрицательный „заряд” (высокомерие, отчуждение, отстраненность), то ребята не услышат Ваших слов, но сразу же почувствуют ваше отношение к ним. Они мгновенно займут „оборону перед боем”. Именно так зачастую и начинается конфликт между учителем и учениками.

Напротив, даже самые резкие, прямые и нелюбезные слова могут иметь воспитательный эффект, если они сказаны в откровенной манере, если учитель искренне озабочен учебой и поведением своих воспитанников и действительно переживает их проступки.

Следовательно, Ваше словесное поведение может реализовываться в широком диапазоне: от симпатии и поощрений до порицаний и наказа-

ний. Но Ваш несловесный „язык” должен строиться только на эмоционально теплой ноте: открытости и принятии.

Станьте перед зеркалом. Проиграйте сценку, в которой Вы хвалите ученика. Скажите несколько фраз. Посмотрите на свое лицо, руки. Что они выражают? Обратите внимание на интонацию своего голоса.

А теперь проиграйте сценку, в которой Вы высказываете порицание. Произнесите несколько критических и резких фраз, но выражение лица постарайтесь оставить прежним: открытым и доброжелательным. Не получается? Повторите еще раз.

Задумайтесь: может быть, в некоторых случаях сигнал к началу конфликта подает именно Вы? Конечно, неосознанно, не имея перед собой цели обострить отношения с учащимися? Напряженность часто несет не Ваши слова, но контексты, в которых они передаются: сердитое лицо, сжатые руки, вибрирующая интонация голоса.

Меняйте контексты! Откажитесь от эмоционально-отрицательных несловесных средств общения со школьником!

Упражнение 47. „Модальность”

Попробуйте на минуту почувствовать себя подростком или старшеклассником. Какие слова они чаще всего слышат в школе и дома? От учителей и от родителей они слышат примерно следующее: „Ты должен хорошо учиться!”, „Ты должен думать о будущем!”, „Ты должен уважать старших!”, „Ты должен слушаться учителей и родителей!”. Почти нет обращений, построенных в модальности возможного: „Ты можешь...”, „Ты имеешь право...”, „Тебе интересно...”.

А теперь перейдите в позицию учителя или родителя. Что они говорят о себе, обращаясь к подростку или юноше? А говорят они следующее: „Я могу тебя наказать...”, „У меня есть полное право...”, „Я знаю, что делать...”, „Я старше и умнее...”.

Что же получается в результате? Происходит отчетливо выраженное противоречие в модальности обращения к ученику. Те речевые средства, которые направлены на него, формируются в модальности долженствования, а то, что касается самих взрослых (учителей, родителей), — в модальности возможного. Ребята понимают, что они „не могут ничего”, для них — одни запреты, а взрослые — „могут все”, у них — полная свобода действий.

Эта очевидная несправедливость обостряет взаимодействия их со взрослыми и в ряде случаев выступает причиной конфликтов. Нельзя забывать также, что модальность долженствования вообще тяжело переносится человеком, ее ощущение вызывает у него тревожные, стрессовые состояния, страх оказаться несостоятельным и не „вытянуть” возложенной на него тяжелой ноши долга. Безусловно, модальность долженствования в обращении учителя к ученику необходимо свести к минимуму.

Давайте потренируемся!

Типичная фраза:

„Ты должен хорошо учиться!”

„Ты должен думать о будущем!”

„Ты должен уважать старших!”

„Ты должен слушаться учителей и родителей!”

Как необходимо говорить:

„Я уверен, что ты можешь хорошо учиться”

„Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессию планируешь выбрать?”

„Ты знаешь: уважение к старшим — это элемент общей культуры человека”.

„Конечно, ты можешь иметь свое собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться”.

А теперь поупражняйтесь самостоятельно!

Слева даны типичные фразы, которые учителя и родители часто говорят подросткам и юношам. Справа напишите другие фразы, в которых модальность долженствования переведите в модальность возможного при сохранении общего смысла высказывания.

„Мы в твои годы жили гораздо хуже!” _____

„Ты должен ценить заботу старших” _____

„Сколько можно бездельничать! Ты должен, наконец, заняться учебой!” _____

„Ты постоянно срываешь мой урок! Ты должен сидеть спокойно и внимательно слушать!” _____

„Кто из вас разбил стекло в классе? Ты должен говорить правду!” _____

„Давай дневник, я поставлю тебе двойку! Ты должен всегда иметь с собой дневник!” _____

Упражнение 48 „Терапия общения”

Вы успели заметить, что большинство примеров, описанных нами, касается взаимоотношений учителя с подростком. Это не случайно. Именно с учащимися 10-13 лет начинаются проблемы. Послушный, дисциплинированный ученик начальных классов вдруг превращается в неуправляемого, бунтующего, всегда готового на резкость и грубость подростка.

Как „погасить” возбужденного ученика? Как успокоить и сбалансировать его психику? Как снять нарождающийся конфликт во взаимоотношениях с ним?

Предлагаем вам один из эффективных приемов. Известно, что кроме потребности в самоутверждении, у подростков актуализируется потребность в общении. Они много говорят друг с другом, причем предметом их коммуникаций зачастую выступает их собственное „Я”: как Я отношусь к тому или иному человеку, какой Я — сильный или слабый, как Я выгляжу и т. п. Происходит рождение личности подростка, возникновение его индивидуальности. Он еще и сам не знает: какой он человек? Он как бы стоит перед большим шкафом, в котором висит множество разных „психологических костюмов”. Молодой человек примеряет на себя то одну „одежду”, то другую и пытается почувствовать, в какой из них ему психологически комфортнее, что ему больше всего подходит. Не обвиняйте подростка в эгоизме! Помогите ему успешно пройти сложный путь личностного самоопределения и Вы увидите, как назревающий между Вами конфликт сменится сердечной дружбой и взаимопониманием. Заведите правило регулярно разговаривать с трудным подростком. Ваша беседа может длиться 40-50 минут. Предметом разговора выбирайте темы, интересные для подростка, его переживания, характер, привычки, желания, потребности.

Говорите спокойно, мягко, ровным, умиротворяющим голосом. Не читайте морали, не „учите жизни”, общайтесь на-равных. Звук Вашего голоса, Ваше доброжелательное и открытое лицо выступают эффективными психотерапевтическими средствами для Вашего воспитанника. Уже через месяц-полтора Вы сможете заметить положительные изменения в поведении подростка: он станет спокойнее, сдержаннее, уравновешеннее. И, как вследствие этого, все реже и реже будет нарушать дисциплину, начнет лучше учиться.

Упражнение 49. „Остановите монолог, организуйте диалог”

В одной из московских школ нам пришлось наблюдать такую сцену. Молодая учительница решила провести классный час со своими ребятами, желая реализовать идеи педагогики сотрудничества. В течение урока она многократно повторяла фразы: „Давайте вместе подумаем...”, „Давайте сделаем сообща...”, „Что вам интересно?”. При этом, однако, она говорила без пауз, ведя непрерывный монолог и не давая возможности учащимся поддерживать беседу: ответить на задаваемые вопросы, рассказать о своих интересах. По существу, ориентируясь на новую форму общения с классом, учительница смогла реализовать ее только на словах, поведение осталось прежним: она беспрерывно говорила, а класс молчал.

Многие конфликты между учителями и учащимися начинаются с невысказанности последних, отсутствием условий для их участия в равноправном диалоге. Энергия и активность подростков и юношей, которая могла быть задействована во взаимодействиях с учителем, становится невостребованной и в какие-то моменты прорывается наружу. „Вулкан” бу-

шующих чувств, мыслей и эмоций неожиданно начинает действовать: ученик вступает в пререкания на уроке, в классе, показывает упрямство, непослушание, негативизм. Он хочет быть субъектом общения, но поскольку условий для общения не создано, он сам захватывает „коммуникативный плацдарм”, как умеет: грубит, отказывается подчиниться, нарушает дисциплину.

Как организовать культурный диалог с учащимся? Чтобы между Вами и школьниками возникло диалоговое взаимодействие, выполняйте следующие условия:

1. Если Вы задаете вопрос, то подождите, когда Ваш собеседник ответит на него.
2. Если Вы высказываете свою точку зрения, то поощряйте ученика в том, чтобы он высказал к ней свое отношение.
3. Если Вы не согласны, формулируйте аргументы и поощряйте поиск таковых самим учеником.
4. Делайте паузы во время беседы. Не разрешайте себе захватывать все „коммуникативное пространство”.
5. Чаще смотрите в лицо школьнику, своему собеседнику.
6. Чаще повторяйте фразы: „Как ты сам думаешь?”, „Мне интересно твое мнение”, „Почему ты молчишь?”, „Ты не согласен со мной? Почему?”, „Докажи, что я неправ!”.

Упражнение 50 „Организация”

Мы редко задумываемся об организационных условиях обучения в школе, однако они имеют большое значение. Посмотрите, например, как размещены столы и стулья в пространстве класса (см. рис. 5а, б).

Стол учителя стоит перед классом и как бы противопоставлен ему. Такое организационное решение пространства классной комнаты закрепляет директивную, воздействующую позицию учителя. Столы учащихся поставлены в несколько рядов и производят впечатление „общей массы”. Находясь в классе, ученик чувствует себя внутри коллектива, его маленькой частицей. Поэтому вызов к доске и общение с учителем „один на один” являются факторами, вызывающими у него непривычное и напряженное состояние.

Давайте подумаем вместе, всегда ли хорошо то, что привычно? А если поменять традиционную организацию пространства в классе и сделать ее более демократичной, как показано на рис. 5 (в)? Что изменилось? На данном рисунке позиция учителя не противопоставлена классу. Он становится ведущим и одновременно „одним из всех”. Как Вы думаете, какие уроки можно вести, организовав пространство таким образом?

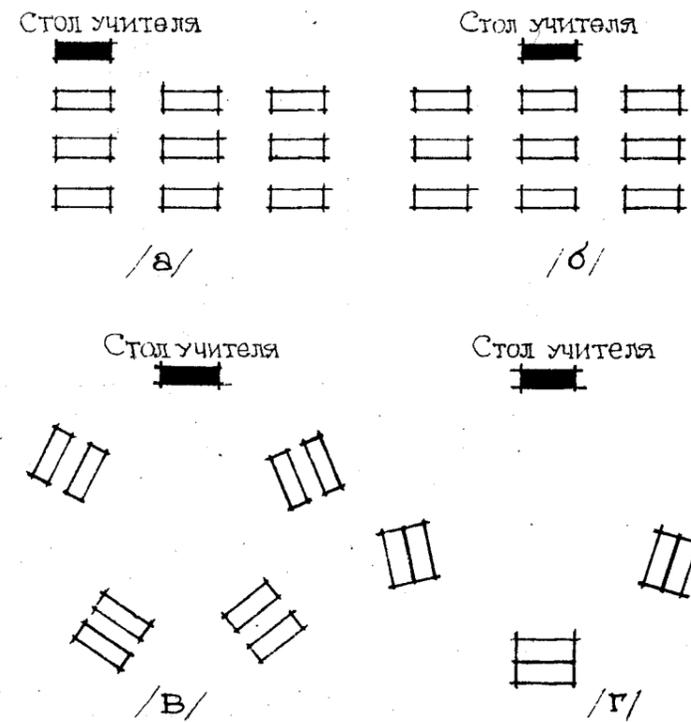


Рис. 5. Формы организации пространства в классе

Упражнение 51. „Переключись на собеседника”

Предлагаем вам описание поэтапной технологии переключения на собеседника, основанной на методе логического анализа.

1 шаг. Укрепите в себе положительное отношение к человеку, которого Вы хотите понять. Это делается для того, чтобы раздражение, неприязнь и неприятие, которые Вы можете испытывать к нему, не исказили Вашего понимания. Выполните одно из упражнений: № 2 „Внутренний луч”, № 4 „Книга”, № 16 „Дыхание”.

2 шаг. Опишите в своем воображении ситуацию, в которой оказался интересующий Вас человек.

3 шаг. Ответьте на вопросы: Что он делает? Почему он это делает? Зачем (с какой целью) он это делает?

4 шаг. Какие желания и потребности человек пытается удовлетворить посредством своих действий?

5 шаг. Каким образом следует построить общение или взаимодействие с тем человеком, чтобы учесть его и свои цели и не вызвать конфликта? От чего можно было бы отказаться? От чего могли бы отказаться Вы сами?

Такая традиционная проработка проблемной или конфликтной ситуации поможет Вам лучше понять своего собеседника, ученика, коллегу по работе.

Приведем пример из нашей консультационной практики. Ученик 4-го класса резко снизил свою успеваемость в школе. На уроке он мог произвольно встать и выйти из класса, не объясняя своего поведения. Часто брал в школу разные игрушки. В ходе урока, когда учительница производила опрос учащихся, мальчик начинал играть. Класс отвлекался, учительница расстраивалась. В школу вызывались родители, но разговоры с ними не помогали. Назревал довольно болезненный конфликт учительницы с ребенком и его родителями. Она жаловалась, что ребенок „специально срывает уроки“, а родители „отстранились от воспитания сына“.

Познакомившись с ситуацией, психологи применили метод логического анализа. Они начали с того, что отнесли к ребенку заочно положительно. Они приняли как абсолютную данность, что он нарушает дисциплину и плохо учится не „специально“, а по какой-то причине, возможно от него не зависящей. Сам мальчик по „природе“ — хороший и умный.

Далее, они стали анализировать ситуацию, в которой находился ученик. Его родители: отец — военный, мать — библиотекарь. Мать любит сына, подчеркнуто бережно заботится о нем. Отношение отца к сыну долго оставалось непонятным. По некоторым фактам можно было судить о том, что мальчик боится папу, избегает его.

Чтобы ответить, почему и зачем ребенок так ведет себя в классе, надо было понять его отношения с отцом, а так же прояснить общую семейную ситуацию. В ходе бесед с родителями выяснилось, что супруги находятся в длительном конфликте друг с другом. Фактически они живут порознь и намерены развестись. Ребенок, конечно, не понимал взаимоотношений родителей, но чувствовал эмоциональный дискомфорт в семье. Неблагополучие, вызванное обстановкой в семье, не давало мальчику сосредоточиться в классе. Он терял внутреннюю стабильность, ощущал постоянную напряженность, и чтобы хоть как-то восстановить психологическое равновесие, как к спасительному средству, прибегал к игре. Ученик делал это не „специально“, срабатывал механизм „психологической защиты“¹, игра для ребенка была способом „ухода от травмирующей ситуации“ на уроке.

¹ О механизме „психологической защиты“ читайте в кн.: Фридман Л. М., Кулагина И. Ю. Психологический справочник для учителя. — М.: Просвещение, 1991, — с. 142-145.

Таким образом, при помощи логического анализа психологи поставили правильный „диагноз“. Психологическая коррекция была направлена не только на развитие личности и эмоционально-волевой сферы ребенка, но и на оптимизацию отношений его родителей.

Упражнение 52 „Мудрец“

Безусловно, учитель должен быть хорошо знаком с рекомендациями психологов и уметь правильно их реализовывать в практической педагогической работе. Но прикладные разработки ученых не могут помочь во всех случаях, жизнь намного богаче и разнообразнее самой содержательной концепции.

Мы предполагаем, что наши советы помогут Вам во многих проблемных ситуациях. Во многих, но не во всех. Вы вполне можете столкнуться со сложными вопросами, решение которых либо трудно найти, либо не может быть найдено вообще. Что же делать в таких случаях? У кого спросить мудрого совета?

Опыт показывает, что лучший советник для себя — Вы сами, точнее Ваше Подсознательное. Как наладить с ним диалог? Предлагаем Вам упражнение, помогающее спросить совета у собственного „Я“¹.

Сядьте в удобное кресло. Закройте глаза. Выполните релаксационное упражнение № 1 „Внутренний луч“. Затем представьте поляну, на ней — большой развесистый дуб. Под дубом сидит старый мудрец, который может ответить на любой вопрос, какой Вы только сможете ему задать. Сформулируйте свой вопрос (в уме). Выслушайте (в уме) ответ мудреца. Можно ограничиться вопросом-ответом, а можно организовать диалог с мудрецом. За спиной мудреца висит календарь. Прочитайте и запомните дату Вашей беседы.

3.4. Посредничество учителя в конфликте

Вы познакомились с методами оптимизации понимания в общении и взаимодействиях, а также погашения и профилактики конфликта путем автокоррекции собственных психических состояний. Эти методы эффективны тогда, когда учитель выступает одним из участников реальной или потенциальной конфликтной ситуаций. Но в своей педагогической практике школьный учитель может столкнуться с необходимостью уладить конфликт, вспыхнувший между учащимися, родителем и учеником, учителем и дирекцией школы. В таком конфликте педагог не является его непосредственным участником, но может помочь снижению напряженности

¹ См.: Рудестам Н. Групповая психотерапия. М. Прогресс, 1990.

и достижению конструктивного выхода из конфликта при помощи специальных действий посредничества¹.

Посредническая роль отличается от ролей судьи или арбитра. Деятельность последних направлена на то, чтобы обоснованно ответить на вопрос: кто прав и кто виноват. Деятельность посредника в конфликтной ситуации заключается в том, чтобы сблизить участников, развить и укрепить конструктивные элементы в их общении и взаимодействиях, облегчить улаживание конфликта. Реализуя посредничество, нельзя принимать точку зрения ни одного из конфликтующих, необходимо остаться нейтральным относительно объекта конфликта. Важно так же сохранить спокойное, сбалансированное и доброжелательное настроение и не попасть под воздействие негативных эмоций участников.

Методика посредничества по улаживанию конфликта состоит из четырех шагов.

1 шаг: „Найдите время, чтобы поговорить”. На данном этапе посредник помогает участникам договориться о времени и месте переговоров. Помните при этом, что должны выполняться следующие условия:

- а) разговор должен быть длительным (2-4 часа);
- б) помещение выбирается так, чтобы исключались различные помехи (телефонные разговоры, открывание двери, случайные заглядывания и проч.);
- в) время для разговора определяется таким образом, чтобы ни один из участников не был им ограничен (никуда не спешил).

Когда Вы договоритесь о переговорах, для участников необходимо сформулировать два главных правила-запрета.

Первое: если переговоры начались, то запрещается выходить из комнаты раньше, чем закончится условленное время. Нельзя выбегать, „хлопая дверью”, нельзя говорить фразы типа: „Я вообще не хочу об этом говорить!”, „Ну, теперь все ясно, о чем здесь можно говорить?!” „Я вижу, что меня здесь не поймут!”.

Второе: Запрещается использовать „силовые приемы” (заставлять другого человека уступать, сдаваться). Нельзя унижать и оскорблять партнера по общению.

Конкретный пример из нашей консультационной практики. В одной из подмосковных школ в классе вспыхнули „мальчишечьи бои”. Почти каждый день после уроков, подростки собирались во дворе школы и под возгласы зрителей, других школьников, находящихся в роли зрителей, начинали выяснять отношения посредством кулачных боев. В результате дети возвращались из школы домой с синяками, в разорванной одежде, и роди-

¹ В основу положены исследования Международного института посреднической деятельности (СИПА) и его директора Д. Дана.

тели приходили в школу с жалобами. Проблема неоднократно обсуждалась на классных часах с ребятами и на родительских собраниях, применялись также различные способы наказания. Однако если вовремя начало конфликта не было замечено, он опять выливался в драку.

В чем причина? Действия учителей по улаживанию конфликта являлись неэффективными потому, что они были направлены на устранение внешних форм проявления конфликта и не снимали их внутренней причины. Чтобы устранить скрытые причины конфликтной ситуации, может быть полезным проведение переговоров конфликтующих подростков, в которых учитель выступит посредником. Вы можете предложить ребятам поиграть в игру „Американский конгресс”. В ходе этой игры на заседании „американского конгресса” улаживается „конфликт между разными американскими штатами”. Подросткам будет также интересно поиграть в ООН, на заседании которого разбирается конфликт, вспыхнувший „между двумя странами”.

Договаривайтесь с учащимися о дне и времени переговоров, найдите свободное помещение, формулируйте для них два правила-запрета. Эти правила можно написать на плакате и повесить в комнате, в которой будут проходить переговоры.

2 шаг: „Спланируйте организацию”. В самом начале разговора важно его правильно „запустить”. В нашем примере учитель выступает с „вводной речью”. Он говорит примерно следующее: „Конфликты и столкновения часто возникают в общении и взаимодействиях людей. Полностью исключить конфликтные ситуации никогда не удастся. Наша с Вами задача заключается в том, чтобы перевести возникшее противоречие в конструктивное русло. Если мы сможем вместе найти пути улаживания конфликта, мы станем более развитыми и творческими людьми, и будем улаживать любые конфликты. Я уверен, что мы сможем найти правильное решение”.

Установка, которую Вы реализуете на переговорах, заключается в том, что Вы не заставляете ни одного из участников полностью отказаться от собственной позиции. Вместе с учащимися Вы вырабатываете новую позицию, в которой будут учтены позитивные моменты всех конфликтующих сторон. Никто не должен быть обижен! Ваши переговоры будут успешными в том случае, если ребята уйдут уверенные в том, что к мнению каждого из них прислушались при разработке общего соглашения.

И последнее. Знайте, что в предстоящих переговорах Ваша задача — избежать трех основных ошибок.

Первая ошибка: „Либо выиграешь, либо проиграешь” („Либо только я прав, а ты не прав; либо только ты прав, а я не прав”). Иллюзия того, что только одна из конфликтующих сторон может быть права в конфликте, а другая — всегда не права, мешает людям договориться. Действительно, никому не хочется признать себя неправым. Если Вы увидите, что взаимодействие между ребятами принимает направление „Я только прав, а ты

не прав”, объясните им, что здесь нет правых и виноватых. Каждый человек имеет право стремиться к собственным целям и удовлетворять свои желания, важно только добиваться этого так, чтобы учитывать цели и желания других людей.

Вторая ошибка: „Ты плохой человек”. Часто конфликты между людьми разрешаются неконструктивно потому, что один из участников доказывает себе и другим, что его противник — плохой человек, и что конфликт вызван тем, что у партнера тяжелый характер. Например, от одного из своих воспитанников Вы слышите такую реплику: „А Сережка во всем виноват! Он всегда первый начинает! Он — злой человек!”. Эту фразу Вы корректно парируете: „Давайте не будем никого обвинять! Все люди имеют как хорошие, так и плохие черты характера, и Вы, и я! Давайте вырабатываем общее решение!”.

Третья ошибка: „Камень преткновения”. Возможно, в процессе переговоров выяснилось, что объект конфликта является довольно сложным препятствием к достижению соглашения. Тогда у многих присутствующих может возникнуть ощущение, что необходимо либо терпеть, либо разорвать отношения.

Вернемся к нашему примеру. Допустим, Вы столкнулись с таким случаем: один из подростков взял у другого велосипед без разрешения и во время катания сломал его. Сломанный велосипед и его обиженный владелец — это довольно сложное препятствие к улаживанию конфликта. Что делать? Попробуйте найти пути конструктивного решения вопроса. С одной стороны, Вы можете предположить, что подросток, отгнавший велосипед, хотел покататься и не был уверен, что ему позволят это сделать. И тогда владелец велосипеда получит жизненный урок в том, что быть добрым и идти навстречу желаниям товарищей — хорошо в нравственном отношении и „выгодно” в материальном. С другой стороны, можно отметить и то, что провинившийся не хотел ломать велосипед, он упал, врезавшись в дерево.

Если Вы найдете подробные объяснения, то уменьшите напряженность разговора, тем самым поспособствуете принятию общего решения ребят починить велосипед вместе, общими усилиями. В результате не только будет отремонтирован сам велосипед, но и укреплена дружба в классе.

3 шаг: „Выговорись”. На данном этапе перед участниками конфликта и перед Вами как посредником стоит задача выявления объекта ссоры и формулирования имеющейся проблемы. Так, в нашем примере такой объективной проблемой выступает недоверие детей друг к другу, их нежелание пойти навстречу друг другу. Дайте подросткам выговориться, полностью высказать свою позицию и выслушать позицию другого.

При формулировании проблемы учите детей быть доброжелательнее друг к другу, показывайте им необходимость уважать достоинства друг друга.

4 шаг: „Соглашение”. В ходе разговора постепенно наступает

момент, когда участники выговорились, „облегчили душу” и становятся психологически готовыми к примирению. Они успокаиваются, снижается напряженность их высказываний, расправляются черты их лиц. Наверное, им самим надоело ссориться или они просто устали. Но в любом случае наступает момент для составления соглашения.

Приготовьте бумагу и ручки. Текст документа должен содержать решение переговоров и описание того, что, как и когда должны сделать каждая их конфликтующих сторон для реализации принятого решения. Пусть каждый участник напишет свой текст: что он ждет от партнеров и что он смог бы сделать сам. Затем организуйте обсуждение: в котором имеющиеся тексты будут совмещены и возникнет общий единый текст. Полезно повесить соглашение в классе, чтобы его все видели. Через некоторое время организуйте вторичное обсуждение по выполнению решения, сформулированного в соглашении. Заканчивая описание методики посредничества в конфликте, позволим себе дать Вам несколько полезных советов.

Совет первый: подготовьтесь к посреднической роли. Действительно, реализация посредничества в нашей педагогической практике является непривычным делом. Чтобы поверить в эффективность предполагаемого метода, предварительно опробуйте его дома, при разрешении конфликта, возникшего в семейных взаимоотношениях. И только после того, как Вы попробовали свои силы в посреднической деятельности и убедились в силе методики, начинайте работу с ребятами.

Совет второй: стимулируйте диалог. Если кто-то из подростков замолчал, задайте ему нейтральный вопрос. Если разговор зашел в тупик, можете повторить одну из последних сказанных фраз: „Сережа, ты сказал, что...”.

Совет третий: поддерживайте тенденцию к позитиву, который начал проясняться в разговоре. Например, если один из Ваших воспитанников сказал: „Ладно, я понимаю Сережку, он хотел просто покататься, но надо было спросить у Вадика, чтобы он разрешил...”.

Совет четвертый: Не принимайте решения сами, а только осторожно поддерживайте диалог. Выработка соглашения — задача, которую должны решить ребята самостоятельно.

Какие позитивные воспитательные результаты достигаются в случае применения методики посредничества в конфликте? Во-первых, Ваши воспитанники, да и Вы сами получили личный опыт разрешения конфликтной ситуации не посредством наказания, упреков и выговоров, а „мирным” путем, при помощи разговора. В ходе беседы ребята смогут понять не только друг друга, но и Вас, как учителя и как посредника. Они поймут, например, что Вы заботитесь о них, что возникающие сложности в их отношениях Вас беспокоят. Они смогут понять, наконец, что Вы хотите им искренне помочь. Во-вторых, ребята получают опыт культурного участия в конфликте без взаимных упреков и угроз, без применения сило-

вых приемов. Несомненно также, что умение анализировать собственную позицию и позицию оппонента пригодится им в жизни.

В-третьих, как мы могли убедиться на собственном опыте, достаточно один-два раза разобрать школьный конфликт между детьми, как затем они уже сами, без Вашего участия, смогут разобраться в своих делах, не прибегая к кулачному бою. Кроме этого, класс, как правило, становится дружнее, развивается взаимопомощь в коллективе ребят.

Попробуйте применить американскую методику посредничества в своей педагогической деятельности! Мы уверены, что результаты будут превосходными!

Глава 4.

ИГРЫ — ЗАЩИТА ОТ МАНИПУЛИРОВАНИЯ

Что такое педагогическое манипулирование? Как защититься от него? Не отвечая пока на этот вопрос, проанализируем несколько конкретных ситуаций, взятых из школьной жизни.

Пример 1. Ученик 7 класса демонстративно нагрубил учительнице. Она сделала замечание. Подросток в ответ снова оскорбил педагога. Обиженная учительница не нашла, что ответить и пригрозила, что пожалуется в милицию. Однако он, чувствуя интерес всего класса к их конфликту, расхрабрился и крикнул: „Ну и что мне будет?“ Учительница ответила: „Как что?! Посадят в тюрьму за оскорбление личности!“

Анализ ситуации. Безусловно, учительница должна была прореагировать на оскорбление. Она могла сделать вид, что не слышит и вообще не хочет разговаривать с учеником, выразить обиду или удалить его с урока. Наверное, она могла бы предпринять еще какие-то действия. Но чтобы эти действия были педагогически эффективны, они должны соответствовать ситуации и направляться на конкретного школьника — нарушителя дисциплины.

В нашем примере педагог воздействовала на подростка так, чтобы вызвать у него чувство страха. На короткий период ей это удалось: ученик замолчал и весь конец урока просидел, решая только одну проблему: посадят его в тюрьму или не посадят? После окончания урока он обошел всех своих друзей, зашел в кабинет к школьному психологу, обратился к родителям. И везде получил ответ: нет, не посадят. Таким образом, избавляясь от страха, он перестал верить учительнице.

Какая педагогическая ошибка была допущена в этом случае? Преподавательница отнеслась к учащемуся отстраненно, безразлично и формально, как к некоему неодушевленному предмету-помехе. Для устранения этой помехи, „выключения“ ее из ситуации урока, она позволила себе

прибегнуть к средству, „подвернувшемуся под руку“, не задумываясь о возможных последствиях.

Пример 2. Одно из обязательных требований в начальных классах — это требование проявлять аккуратность. Учитель строго следит за тем, чтобы учащиеся чисто и красиво писали, правильно размещали упражнение или пример на листе бумаги. Очень часто это вполне разумное требование превращается в сверхтребование: чтобы разместить задание посередине листа, учитель приказывает, например, отступить три клеточки слева от поля и пять клеточек сверху. Школьники старательно считают клеточки, путаются, снова считают... Острая проблемная ситуация возникает тогда, когда никак не получается равное число клеточек, а только с половиной или с четвертью. Текут слезы, возникает неуверенность: „У меня ничего не получится...“, „Я не успею...“.

Но вот вопрос с клеточками решен, ученик торопливо пишет упражнение или считает пример и в конце урока сдает тетрадь учителю. На другой день он открывает ее и снова плачет, теперь уже не от страха и напряжения, а от обиды: учитель поставил тройку, хотя пример решен правильно. Отметка снижена за то, что неправильно отсчитаны клеточки...

Анализ ситуации. Какую педагогическую нагрузку несет требование размещать пример или упражнение строго в центре листа тетради, по высчитанным клеточкам? Очевидно, оно не несет смыслового содержания и не связано с правильностью выполнения упражнения или примера. Функциональное значение данного требования состоит в том, что и оно, и ряд других аналогичных требований в своей совокупности составляют основу для реализации учителем контроля и сверхконтроля за учебной деятельностью и поведением учащихся. Формулирование таких требований помогает учителю включить ученика во взаимодействие типа „Руководство-подчинение“ и формируют в последнем такое качество личности, как безоговорочное послушание всегда и во всем без оценки, разумны или неразумны требования учителя.

Если переходить на терминологический слог, при помощи системы формальных требований учитель формирует новую для ученика коммуникативную позицию — позицию „объекта обучения и воспитания“. До школы ребенок почти никогда не находился в такой позиции: в семье его любили и баловали, в детском саду о нем заботились. И только в школе он становится ОБЪЕКТОМ обучения и воспитания.

Пример 3¹. Найдите книгу К. Митрофанова „Учительское ученичество“. Автор рассказывает, что впервые он столкнулся с манипулятивным стилем в педагогическом общении, когда проходил практику в пионерском лагере. Старший вожатый четко сформулировал суть педагогического

¹ Пример взят из книги: К. Г. Митрофанов. Учительское ученичество. М: Знание, 1991, № 6, с. 50-51, 57.

манипулирования: „Дети делают, что хотят, а хотят они... Что? Правильно! То, что нужно мне”.

Анализ ситуации. Педагог, практикующий манипулятивный стиль, работает на результат. Он хорошо знает, чего он хочет и стремится достичь своей цели, используя любые средства, предоставляемые его профессией. Свое взаимодействие с учеником учитель строит, ориентируясь только на собственные цели. И интересы школьника из этого взаимодействия исключаются.

Учитель-манипулятор лично закрыт от ученика: он думает одно, говорит другое, а делает третье. Он не заботится о психологическом комфорте учащегося, не анализирует, что чувствует последний, как он относится к обучению, школе и учителю. Учитель четко, организованно и в какой-то степени расчетливо реализует свои профессиональные, а иногда и личные цели.

Пример 4. Наверное, в любом классе есть так называемый „отпетый двоечник”. Если это 8-9 класс, то на него уже не обращают внимания. Он сидит на последней парте, занимается своими делами и обе стороны (родители и учителя) по негласному соглашению ждут, когда закончится 9 класс и нерадивого юношу возьмут в ПТУ. И все было бы хорошо, если бы школьник вел себя тихо и никому не мешал. Неразрешимая проблема возникает тогда, когда учение начинает откровенно скучать на уроках и нарушать дисциплину. Его вызывают к директору, на педсовет и обещают „выгнать из школы”. Эта угроза его искренне пугает и чем больше он боится, тем чаще срывается. Под таким эмоциональным давлением проходит 9-й класс, который и сам юноша, его учителя и родители оценивают как самый тяжелый.

Анализ ситуации. Различные способы эмоционального давления составляют ядро, стержень манипулятивного воздействия учителя на ученика в нашей школе: „Ты должен...”, „Ты обязан...”, „Тебе нельзя...”, „Запрещено...”.

Если подросток или старшеклассник не может или не хочет выполнить этих требований, то реализуются меры административного давления: вызов родителей в школу, вызов ученика к директору и на педсовет, жалобы в милицию, исключение из школы.

Будем откровенны: если обучение в нашей школе построено на принуждении, приказах и требованиях; если учителя вынуждены почти насильно заставлять школьников учиться — значит, что-то здесь не так, в чем-то главным была допущена ошибка. В чем же? Подумаем вместе.

4.1. Манипулирование в педагогическом общении

Продолжим разговор о педагогическом общении. Кроме позиционной структуры общения выделяется его качественная характеристика, опреде-

ляющая психологическую ценность этого важного процесса. Если рассматривать все многообразие коммуникативных взаимодействий „учитель-ученик”, взяв за основу их качество, можно говорить о двух распространенных типах педагогического общения.

Первый тип можно определить как реальное педагогическое общение, схематично оно описывается формулой „субъект-учитель-субъект-ученик” (см. рис. 6). Это означает, что оба партнера по общению строят свое взаимодействие так, чтобы учитывать психологические особенности друг друга: интересы, мотивы, цели, желания, темперамент, способности и др. При реализации данного типа общения, учитель, формулируя какое-либо требование, заранее предполагает в своих учениках определенное к нему отношение. Чтобы требование было принято учащимися и осмыслено ими, учитель его обосновывает: „Это должно быть выполнено, потому что...”. Оценивая учебную работу школьника, педагог объясняет, почему он поставил данную оценку и что следует сделать ученику, чтобы в следующий раз оценка была выше. Оценивая ученика, педагог также учитывает его индивидуальность, характер его одаренности. Так, например, становится необязательным, чтобы школьник успевал по всем предметам. Известно, например, что ребята, получающие хорошие отметки по математике и физике, не любят литературу и историю. И наоборот, „гуманитарии” не интересуются предметами естественно-научного цикла. В реальном общении учитель использует коммуникативные средства позиции „наравне”, держится демократично, без высокомерия и холодности, видит в своем ученике равноправного собеседника.

Второй тип педагогического общения, широко распространенный в наших школах, мы определяем как педагогическое манипулирование. Схематично его можно описать формулой „субъект-учитель-объект-ученик” (см. рис. 7).

Мы не случайно отметили на рис. 7, что учитель выступает не субъектом общения, а субъектом воздействия, ученик, соответственно, — объектом воздействия. При этом заметьте, на рис. 7 нет знака, отображающего взаимодействие „ ”, а показан знак однонаправленного воздействия „ ”.

По существу, педагогическое манипулирование не является процессом полноценного общения, а выступает его заменой, суррогатом. Речевое поведение учителя и ученика внешне выглядит как общение: они обмениваются словами. Но психологически учитель строит свою фразу, не ожидая в своем ученике личного отношения к ней и ее индивидуальной оценки, не совпадающих с отношением к оценке самого учителя.

Конечно же, дело здесь не только в учителе. Обучение в нашей школе построено так, что в нем слабо учтены возрастные особенности учащихся и не приняты во внимание их индивидуальности. Например, не организован выбор детьми школьных предметов по интересам, невозможно пойти

учиться к тому учителю, который нравится. Короче, в основном, наша школа ориентирована на ученика как объект обучения.



Рис. 6. Реальное педагогическое общение.



Рис. 7. Педагогическое манипулирование.

Соответственно, и педагог относится к школьнику как объекту. Формируя ученика, как объект, учитель начальных классов формулирует комплекс специальных правил и требований и добивается их беспрекословного выполнения (пример 2). Ориентируясь на ученика, как объект, учитель не просчитывает последствия своих действий (пример 1). Педагог реализует формальное общение, используя методы сверхконтроля, эмоционального и административного давления, вызывания в ученике чувства страха, подавленности, пассивного послушания (примеры 3, 4).

К каким последствиям приводит педагогическое манипулирование? Ребята становятся либо излишне тревожными, зажатыми и неуверенными: они не знают, хорошо или плохо иметь собственные цели, свои инте-

рессы, отличающиеся от тех, которые разрешены в школе, т. е. они теряют реальность своего психологического „Я”. Либо полностью выходят из подчинения, бунтуют, проявляют агрессию и полное неприятие школы. Здесь наоборот, детерминантой поведения выступает только свое „Я” и полностью отрицается социальное окружение, в том числе и школа. Но в любом случае нарушается гармоничное развитие личности, тормозится становление свободного творческого мышления детей, они формируются как исполнители, готовые в основном к репродуктивной деятельности.

А теперь задумаемся: что происходит в реальной школьной жизни? Действительно ли наш ученик — объект обучения и воспитания? А может быть, эта формула „учитель-субъект-ученик-объект” есть только иллюзия, отражающая главную ошибку, из-за которой нашим учителям с каждым годом все труднее преподавать в школах, а детям — учиться и быть послушными?

Давайте поразмышляем вместе. Если придти в класс на перемене, до появления учителя, то по некоторым особенностям поведения ребят можно представить себе их учителя. Если дети раскованны, свободны, импровизируют в общении, имеют свое собственное видение ситуации, размышляют и отстаивают свою точку зрения, значит, в классе преподает прогрессивный учитель, осуществляющий реальное общение со школьниками. Если же дети зажаты и агрессивны, стереотипизированы в мышлении и деятельности, недоверчивы к взрослому, не вступают в свободный диалог, то учитель к классу директивный, реализующий объектный подход в обучении и воспитании. Особенно ярко это проявляется в начальных классах, в которых на протяжении нескольких лет преподает один учитель.

Допустим, что в классе меняется учитель и туда, где работал директивный преподаватель, приходит педагог-демократ. Произойдет следующее: учитель будет не доволен пассивностью, излишним послушанием, отсутствием инициативы и творчества у учащихся. А они, в свою очередь, не будут понимать: чего же хочет от них учитель? Можно предполагать также, что через какое-то время в классе выявятся ученики, которые смогут проявить себя в творческой учебной деятельности. За ними потянутся другие школьники. Со временем сложится взаимодействие учителя и класса так, как это необходимо учителю. Но может произойти и так, что класс сумеет навязать новому учителю привычный для себя стиль учения, сформулированный при старом педагоге, либо он будет „перевоспитан” классом и превратится в традиционного директивного учителя, использующего средства педагогического манипулирования.

На данном примере становится ясно, что невозможно четко вычленишь, где находятся объект и субъект обучения и воспитания. Очевидно, что не существует отдельно учителя и учащихся. В процессе их взаимодействия возникает новый „организм”, своеобразный „симбиоз”, в котором один полюс (учитель) не только воздействует на учащихся, но и сам

принимает из воздействия. Также и другой полюс (учащиеся) не только испытывают воздействие преподавателя, но и сами воздействуют на него. Возникает реальное общение учителя и учеников как равноправных субъектов взаимодействия.

Итак, применение средств и способов педагогического манипулирования в школе неэффективно по двум причинам. Во-первых, оно тормозит свободное развитие творческого мышления учащихся. Во-вторых, происходит рассогласование с педагогической реальностью: ученик обладает сознанием, психической активностью, у него есть собственные интересы, желания и потребности. Воспитанник никогда не бывает объектом воздействия, он всегда выступает субъектом взаимодействия.

Как же строить полноценное взаимодействие с учащимися в нашей школе? Подчеркнем только самое главное.

Вкладывайте свою душу. Не разговаривайте с учеником отстраненно и безразлично. Старайтесь видеть в нем собеседника, а не только учащегося.

Избегайте формального общения. Направляйте свою активность на то, чтобы с каждым школьником у Вас возникал психологический контакт. Знайте интересы ребят, разделяйте их проблемы.

Учитывайте индивидуальные и возрастные особенности учащихся. Помните, что младшему школьнику необходимы любовь, поддержка и забота. Подросток стремится к равноправию, юноша ждет уважения.

4.2. Способы психологической защиты от манипулирования

От вреда, приносимого педагогическим манипулированием, необходимо защищать не только учащихся, но и самих учителей. Реализуя формальное общение с учащимися, учителя испытывают отчуждение от своего труда, не чувствуют радости, удовлетворения. К концу рабочего дня наступает изматывающая усталость, а с утра следующего необходимо снова повторять те же действия: требовать, контролировать, оценивать, наказывать, заставлять, приказывать.

Что же делать? Как измениться самому и изменить свою профессию? Давайте вместе сделаем несколько шагов в этом направлении.

Упражнение 53. „Он — эмоция”

Возьмите карточки с обозначением эмоций, которые Вы готовили к упражнению № 19. Для игры используйте только слова, обозначающие эмоцию. Например, слово „грусть”. А теперь вспомните своих учеников, и „подберите” одного из них к этому слову. Кто подходит? Кто внутренне „похож” на это слово? Образ какого ученика соответствует состоянию грусти?

Возьмите наугад следующую карточку, пусть на ней будет написано

слово „радость”. Подумайте, кто из учащихся своим мироощущением, характером, отношением к себе и людям олицетворяет это слово?

Переберите таким образом 5-7 карточек, пока не устанете. Вспомните своих воспитанников и „подберите” к ним соответствующие карточки с обозначением эмоций. Получилось?

Наверное, в ходе игры Вы увидели, что стали лучше понимать своих ребят, их настроение, состояние, индивидуальные особенности.

Упражнение 54. „Я — эмоция”

А теперь поиграйте сами с собой. Из имеющихся в Вас карточек „подберите” к самому себе 2-3 карточки, которые в наибольшей степени соответствуют Вашему состоянию, настроению, характеру. Отложите их в сторону.

Затем выберите карточки, отражающие индивидуальность „идеального учителя”, такого, каким Вы хотели бы быть. Сравните две группы карточек. Чем они отличаются и в чем сходятся?

Игру можно усложнить, если Вы попросите другого учителя подобрать несколько карточек, отражающих Ваш образ. Через его восприятие Вы увидите себя со стороны. Вы можете также пригласить поиграть Вашу старшую дочь или сына.

Если подбор карточек Вашим партнером вызвал у Вас удивление или даже замешательство, спросите, почему он выбрал именно эти карточки. Можно не согласиться с его выбором и предложить свои варианты. В любом случае эта увлекательная игра поможет Вам „натолкнуться на самого себя”, почувствовать реальность своего внутреннего мира, своих настроений, эмоциональных состояний, подумать о самом себе и получить оценку значимых для Вас людей.

Упражнение 55. „Черный ящик”

Предлагаем Вам поразмышлять о своих учениках. Например, на уроке Вы рассказываете новый учебный материал. Все учащиеся внимательно слушают, но каждый из них воспринимает информацию по-своему. Один мгновенно схватывает суть и дальше начинает скучать, другой понимает медленно, с напряжением. Третий вертится, ему трудно сосредоточиться. Четвертый...

Переберите в уме 5-7 своих учеников. Постарайтесь заглянуть в их внутренний мир, понять и почувствовать их индивидуальность. Почему один быстро воспринимает новый материал, а другой нет? Почему первый легко сосредоточивается, а второй — невнимателен?

Сделаем следующий шаг. Подумайте теперь, в какой форме следует давать учебный материал первому ученику, а в какой — второму. В чем заключается разница в стиле и методах обучения первого ученика, и в чем — второго. Можете ли Вы так изменить свой урок, чтобы как можно

больше учитывать индивидуальные особенности учащихся? Что для этого надо сделать?

Упражнение 56. „Учение — образ”

Вспомните одного из своих воспитанников. Какое определение из предложенных здесь могло бы подойти для характеристики его личности (отметьте несколько качеств):

вспыльчивый — сдержанный	безвольный — волевой
лицемерный — искренний	глупый — умный
пессимист — оптимист	агрессивный — миролюбивый
тревожный — спокойный	ранимый — невозмутимый
разбросанный — целеустремленный	грубоватый — тактичный
замкнутый — общительный	ленивый — трудолюбивый
легкомысленный — серьезный	черствый — отзывчивый
возбудимый — уравновешенный	злой — добрый
уступчивый — принципиальный	пассивный — активный
„высочка” — скромный	самовлюбленный — самокритичный

Если Вы не можете оценить ученика только при помощи двухфакторной оценки („глупый — умный”), тогда напротив каждой характеристики поставьте определенный балл, исходя из шестибальной системы. Попробуйте оценить таким образом 5-7 своих воспитанников.

Упражнение 57. „Прозвище”

Не секрет, что почти каждому учителю ребята придумывают прозвища. Например, учительница истории часто — „историчка”, а преподавательница математики — „математичка”. Существуют также прозвища, отражающие характер учителя и стиль его общения со школьниками. В московских школах мы встречали такие прозвища: добрый, справедливый учитель — „Старик Хоттабыч”, несправедливый — „Карабас-Барабас”, учитель по фамилии Хайлов, старый и ворчливый — „Хайлуша”, милая молодая учительница физики, Александра Николаевна — „Шурочка”.

Не сердитесь на прозвища, которые придумывают Ваши воспитанники, а сами поупражняйтесь в этом довольно сложном искусстве. Например, какое прозвище Вы могли бы придумать самому отъявленному нарушителю дисциплины в Вашем классе? А теперь — самому тихому и безответному ученику? Далее, — самому активному, смелому, подвижному? Наконец, — самой красивой и женственной девочке?

Игра полезна тем, что кроме развлечения и отдыха они помогают глуб-

же понять и почувствовать индивидуальность каждого Вашего воспитанника.

Упражнение 58. „Барабан — скрипка”

Представьте, что все люди могут быть подразделены на две большие группы — „барабаны” и „скрипки”. „Барабаны” — это те, кто обладают устойчивой психикой, спокойствием, медленно понимают и медленно отвечают, это так называемые „толстокожие” люди. Они, как барабаны: для того, чтобы получить их реакцию, необходимо весьма сильное воздействие. „Скрипки” — это те, которые характеризуются высокой чувствительностью, эмоциональностью, быстротой реакции. Они, соответственно, как скрипки: достаточно только затронуть струны их души, как возникает ответ.

„Барабаны” — это выносливые люди, и хотя звуки, которые они издают, несколько грубоватого звучания, но трудолюбия и упорства им не занимать. „Скрипки” — это люди тонкого склада, воздействие большой силы может вызвать у них шоковое состояние, а на нежное, ласковое прикосновение они отвечают красивым гармоничным звуком.

Игра заключается в следующем. Возьмите список своего класса и каждого из своих воспитанников отнесите в одну группу („барабанов”), либо — в другую („скрипок”).

Продумайте, как следует общаться с „барабанами” и „скрипками”? Чего Вы можете от них ожидать?

К какой группе Вы могли бы отнести самого себя?

Упражнение 59. „Как снять усталость”

Известно, что учитель чаще использует методы педагогического манипулирования, когда он устал или когда у него плохое настроение. Энергетический потенциал педагога истощается и, как следствие этого, он прибегает к формальным средствам воздействия, не требующими большой личности и эмоциональной самоотдачи.

Поэтому для того, чтобы уменьшить опасность применения средств педагогического манипулирования, учителю необходимо своевременно „сбрасывать” психическую усталость и поднимать свое настроение. Чтобы знать, что для этого нужно делать, необходимо изучить самого себя.

Возьмите лист бумаги и разделите его пополам вертикальной чертой. Слева напишите те занятия, которые помогают Вам хорошо отдохнуть, справа — те, которые способствуют улучшению Вашего настроения.

Написали? Теперь подумайте, как бы Вы могли перестроить свой распорядок дня или недели, чтобы в свободное время можно было успеть заняться приятным для Вас делом. Такие занятия желательно планировать совместно с семьей, детьми.

Американский психолог М. Аргайл называет следующие занятия, ко-

торые приносят людям хорошее настроение и способствует полноценному душевному отдыху: пребывание в кругу друзей, откровенная и открытая беседа, выражение своей любви и принятие любви другого человека, занятия спортом, прослушивание хорошей музыки, общение с детьми, приобретение новых друзей, ощущение себя „душою компании“, ведение оживленной беседы, хороший сон, возможность дышать свежим воздухом, посещение церкви и чувство присутствия бога в жизни, уверенность в благополучии семьи и друзей, осознание возможности оказать помощь другим людям¹.

Какие из этих занятий Вы могли бы выбрать для себя? Могли бы Вы назвать занятия, которых нет в списке М. Аргайла, но которые приносят Вам положительные эмоции?

Упражнение 60. „Откровенность против манипулирования“

Согласитесь, что общаясь со своими учениками, большую часть времени Вы остаетесь закрытыми от них, как бы „за кадром“. Вы мало рассказываете о себе как о человеке, о своих переживаниях, своем отношении к людям, значимым ситуациям, — словом, Вы мало откровенны с ними.

Например, Вы вызвали к доске школьника, и он не смог ответить домашнее задание. Что Вы говорите? А говорите Вы примерно следующее: „Ну, Иванов, ты опять не выучил! Садись, два!“

А теперь давайте подумаем, что необходимо учителю сказать в данной ситуации, если он стремится быть откровенным и открытым человеком и хочет избежать педагогического манипулирования? В этом случае он говорит: „Знаешь, Сережа, я уверен, что ты можешь хорошо учиться. Ты — способный парень! Когда ты плохо готовишься к уроку и плохо отвечаешь, я всегда это переживаю. Я был бы рад, если бы ты смог исправить свою двойку!“

Сравним эти две фразы. Первая является выражением воздействия-манипуляции: прослушивание — оценка. Учитель лично закрыт, он не присутствует как человек. В словах педагога не выявлено его отношение к учащемуся и к тому положению, в которое он попал.

Анализ второй фразы показывает, что учитель выражает свое личное отношение: „Я переживаю...“, „Я был бы рад...“. Психологический механизм второго высказывания учителя состоит в демонстрации равноправной позиции учителя: его откровенность направлена к ученику как человеку, как к равноправному партнеру по коммуникативному взаимодействию.

Продолжим нашу игру. Как дальше учитель построит свое реальное общение с учеником? После урока он попросит Сережу Иванова остаться и побеседует с ним. И начнет он свою беседу примерно так: „Когда я

¹ См. М. Аргайл. Психология счастья. М: Прогресс, 1990, с. 286-290.

учился в школе, у меня несколько раз получалось так, что я не успевал подготовить домашнее задание. В первый раз, например, мы придумали с ребятами интересную игру во дворе и играли в нее целый день. Домой я пришел уже поздно вечером и не успел выучить заданный урок. А наутро меня вызвали к доске...” Далее учитель рассказывает, как он пытался ответить, как получил двойку, как потом переживал свою неудачу.

После такого начала беседы перейдите к обсуждению того, что помешало Вашему ученику выучить дома домашнее задание. Продумайте эту причину и предложите меры по ее устранению.

В ходе такого разговора Вы сможете не только побеседовать с учеником „на равных“, но и показать ему, что невыученный урок бывает в жизни каждого нормального школьника, и в Вашей жизни он также был, важно только вовремя наверстать упущенное.

Вспомните, какие еще проблемные ситуации в Вашей педагогической деятельности Вы могли бы разрешить при помощи откровенной беседы с воспитанником? Попробуйте на практике преодолеть привычку к педагогическому манипулированию и быть в школе „меньше учителем — больше человеком“.

Упражнение 61. „Иванов, Петров, Сидоров“

Мы хотели бы открыть Вам маленький психологический „секрет“. Учитель, использующий средства педагогического манипулирования, обычно называет своих учеников только по фамилии. Такое формальное общение „сверху-вниз“ подчеркивает деловой, административный стиль воздействия. И, напротив, учитель, стремящийся к реальному общению с ребятами, как правило, называет их по именам. Причем, чем чаще он произносит имя своего ученика в беседе с ним, тем прочнее организуется психологический контакт между ними.

И последнее. Манипулирующий учитель часто называет своего ученика в третьем лице в его присутствии. Например: „Вы только послушайте, что он говорит!?“ Ученик стоит рядом и слышит, что о нем говорят, как об отсутствующем человеке. Можете себе представить, какое человеческое унижение он при этом испытывает?

Прогрессивный учитель никогда не позволит себе такого вольного обращения с учеником. Он скажет: „Валера, ну что же ты говоришь!?“

Вы поняли разницу в этих двух фразах?

Упражнение 62. „Шутка против манипулирования“

Одна из типичных ситуаций в Вашем классе: Вы проводите один из последних уроков. Ребята утомлены, многие сидят с отсутствующим взглядом. В какой-то момент вы чувствуете, что Вас никто не слушает, никто

не проявляет интерес к тому, что Вы говорите. Кто-то вертится, кто-то разговаривает с соседом.

Раньше бы Вы строго сказали: „Давайте будем внимательными! Повтори, Катя, что я сказала?“ (вызываете одну из учениц). В некоторых классах можно услышать и такое: „Что это за безобразие!? Ты давай сюда дневник, а ты — вон из класса!“

Но мы же договорились в Вами, что открывая эту главу, мы вместе стремимся по-новому ощутить себя в профессии и по-новому работать. Короче, мы с Вами начали новую жизнь. Что же нужно делать в такой ситуации в нашей новой жизни и новой профессии?

Сделайте следующее. Подбодрите школьников, „встряхните“ и разведелите класс. Подняв настроение ребят какой-либо шуткой, ироничным замечанием или коротким юмористическим рассказом, Вы не только поднимите рабочий тонус класса, но и сами хорошо отдохнете. Попробуйте!

Упражнение 63. „Психологический контакт“

Педагогическое манипулирование становится невозможным, если учитель стремится иметь психологический контакт с классом, с отдельными учащимися. Предлагаем Вам образ, который поможет Вам в организации такого контакта с Вашими воспитанниками.

Когда Вы разговариваете со школьником, представьте, что между Вами протянулась невидимая нить — от Ваших глаз к его глазам, от Вашей души к его душе. Говорите так, чтобы не порвать эту нить, держите ее и балансируйте на ней.

Общаясь с классом, натягивайте эту психологическую нить между собой и ребятами, отслеживайте ее: в какой-то момент беседы она ослабевает, затем снова напрягается. Помните, эта нить — Ваш взаимный психологический контакт с Вашими учениками.

Я не думаю, что учитель специально использует средства педагогического манипулирования. Скорее всего, он прибегает к ним от усталости, в спешке, может быть, по причине неправильного понимания своей профессиональной роли. Однако уверена, что применение способов педагогического манипулирования танет редким или вообще скоро прекратится.

Вы тоже в этом уверены?

Глава 5. ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ИНТУИЦИИ

В своей работе учитель часто попадает в проблемные ситуации, в которых трудно принять правильное решение из-за недостатка информации. Например, Вы отвернулись к доске, а за Вашей спиной запустили „самолетик“; кто-то из старшеклассников разбил стекло в школьной двери; один из школьников принес транзистор и кто-то из одноклассников его спрятал и т.п.

Во всех этих случаях ребята отказываются назвать виновных. Они мгновенно объединяются против Вас и дружно молчат. Произнести имя своего друга, совершившего проступок, для них — предательство. А Вы, как учитель не можете остановить происшедшее событие без воспитательных воздействий, поскольку число случаев нарушения дисциплины может резко возрасти. Что же делать? Поверить тем, кто отрицает свою вину или наказать всех, кого Вы подозреваете? Или применить меры воздействия к тем, кто чаще всего нарушает школьную дисциплину и по теории вероятности мог бы действительно совершить проступок?

Давайте разберем каждую из этих ситуаций. Допустим, Вы поверили всем, кто отрицает свою вину и никого не наказали. В этом случае у совестливых ребят может возникнуть чувство раскаяния и они сами подойдут к Вам, чтобы признаться. Очевидно, такой исход ситуации самый лучший: Вы проявляете великодушие, а Ваши воспитанники — сочувствие и понимание. Контакт учителя и учащихся быстро восстанавливается. Но может быть и так, что никто из виновных не признался. Тогда получается, что Вы проявили себя излишне доверчивым человеком, Ваши воспитанники это заметили. Это заметили, и в следующий раз совершат проступок уже с полной уверенностью в своей безнаказанности.

Может случиться, что Вы наказали всех, кого подозреваете, т.е. пошли по „максимуму“. Разумеется, Вы наказали виновных, но в их число попали те, кто данного конкретного проступка не совершал. Последние будут недовольны очевидной несправедливостью, обидятся и уже в следующий раз сознательно, в знак протеста нарушат дисциплину. В итоге Вы теряете авторитет в классе.

И, наконец, в любом классе есть школьники, которых „не любят“. Возможно, они чаще других нарушают дисциплину, а возможно, они менее симпатичны и выступают как бы „козлами отпущения“. Учителю даже не обязательно заниматься разбирательством, он „заранее знает“, кто виноват. Подозреваемые ребята могут быть истинными виновниками, а могут ими не быть. Если происходит ошибка, то ученики постепенно перестают доверять учителю. А так как между одноклассниками любое со-

бытие обсуждается и анализируется досконально, авторитет учителя и его оценка в классе резко снижается.

Описанные ситуации являются объективно сложными. Невозможно сформулировать рекомендации, эффективные для всех случаев. Однако можно с уверенностью констатировать, что во всех этих примерах учителю может помочь такое профессиональное качество, как педагогическая интуиция. Именно интуиция, чутье помогает ему определить, кто из учащихся виновен, а кто — нет, кто был лидером, а кто — ведомым, кто — подстрекателем, а кто — исполнителем.

Развитие педагогической интуиции зависит от двух основных факторов: профессионального опыта и личностных качеств учителя. Действительно, в результате многих лет общения с учащимися педагог „нарабатывает” внутренние средства, помогающие ему безошибочно определить виновника и принять решение. Кроме этого, такие качества учителя, как наблюдательность, чувствительность, тонкость и проницательность, помогают ему с честью выходить из самых сложных ситуаций.

Мы предлагаем специальные психотехнические упражнения, направленные на развитие педагогической интуиции. При их регулярном выполнении Вы сможете гораздо увереннее принимать решения в сложных проблемных ситуациях.

5.1. Групповые методы развития педагогической интуиции

В некоторых педагогических коллективах существуют традиции совместного выезда на природу, празднования Дней рождения, различных торжественных событий. Обычно это происходит традиционно: праздничный стол, разговоры, слушание музыки и т. п.

Однако можно значительно разнообразить коллективные мероприятия и вместе поиграть в полезные психологические игры. Вполне возможно такие игры организовывать и дома для того, чтобы занять гостей.

Упражнение 64. „Представление имени”

Группа встает в круг. Поочередно каждый участник выходит в центр круга и называет свое имя, сопровождая его каким-либо жестом или позой. Выбор жеста или позы осуществляется произвольно, по желанию игрока. Главное заключается в том, чтобы через это движение был передан образ представляющегося человека. Например, в центр круга выходит одна из участниц и называет свое имя „Анна”, иллюстрируя его низким русским поклоном. Другая участница произносит имя „Ирина” и делает приседание. При помощи данных жестов участницы предъявляют группе самих себя, свой характер, свою „визитную карточку”.

После того, как каждый из игроков представил группе свое имя, все члены группы рассказывают о том, как они поняли своих партнеров по иг-

ре. Особенно подробно разбираются случаи, в которых проявилось рассогласование имени человека и позы, через которую он его представил.

Упражнение 65. „Телепатия”¹

Группа участников разбивается на пары. Разбивка на пары может осуществляться двумя способами. Первый способ: каждый участник сам выбирает себе партнера, с которым ему предстоит играть. При всем удобстве данного способа, он имеет один недостаток: кто-то из играющих может получить несколько выборов, а кто-то остаться без пары. Поэтому в ряде случаев можно рекомендовать второй способ. Все участники рассчитываются на „первый-второй”. Первые номера выбирают себе пару и вторых номеров.

В каждой паре участники садятся лицом друг к другу и договариваются, кто из них будет ведущим, а кто — ведомым. Ведущий начинает „передавать” какой-либо образ или мысль: он сосредоточивается и в течение 4-5 минут внушает их своему партнеру, принимающему. Задача последнего — понять или почувствовать то, о чем думает ведущий.

Игра имеет несколько ограничений. Во-первых, внушение образа ведущим должно производиться без помощи слов, только через глаза и выражение лица. Во-вторых, запрещается использовать какие-либо вспомогательные средства, такие, например, как рисунок, жесты.

После того, как передача образа состоялась, принимающий рассказывает ведущему, что он понял или почувствовал.

После обсуждения в парах организуется общегрупповое обсуждение. По желанию игроков несколько пар рассказывают группе о своих впечатлениях.

Кажущаяся простота игры не должна Вас смущать: через некоторое время Вы с удивлением заметите, что правильные отгадывания происходят гораздо чаще, чем это могло бы быть по теории вероятности. Многие из игроков отмечают, что понимают мысли и чувства своих партнеров, стоит только внимательно посмотреть им в глаза и на лицо. Во всяком случае, практически всегда правильно определяется эмоциональный фон транслируемого образа: радостный или печальный, спокойный или напряженный.

Упражнение 66. „Выбор”

Участники рассаживаются в круг. Один из игроков становится ведущим, он направляет ход игры. По команде ведущего каждый член группы показывает рукой на другого игрока, который ему симпатичен и который,

¹ Упражнения 55 и 56 взяты из кн. Н. Дзен, Ю. Пахомов. Психотехнические игры в спорте. М: Физкультура и спорт, 1985.

как ему кажется, также хотел бы его выбрать. Цель игры состоит в том, чтобы осуществить как можно больше взаимных выборов. В течение 10-15 минут игры может быть осуществлено до 10 игровых выборов.

Игра очень увлекательна, но в какой-то степени и драматична. Кто-то из участников будет получать большее число выборов, а кто-то может остаться один. В ходе игры старайтесь не обижаться, если Вас не выбрали или Ваш выбор не оказался взаимным, стремитесь правильно почувствовать, кто именно хотел бы выбрать именно Вас, а не кого-то другого.

В ходе игры может наступить момент, когда некоторые участники начинают осуществлять выбор не столько по желанию, сколько для того, чтобы не обидеть аутсайдеров. Они замечают, кто из игроков чаще остается один и выбирают именно их. И хотя здесь „отрабатывается” не интуиция, а, скорее, проявляется сочувствие, руководитель игры должен всячески поощрять такие действия.

✓ Упражнение 67. „Шериф и убийца”

Для игры подготавливаются билеты соответственно числу участников. На двух билетах отмечены роли „шерифа” и „убийцы”. Другие билеты — пустые. Все билеты скручиваются таким образом, чтобы надписи на них были видны и складываются в темный пакет. Каждый участник выбирает себе билет, но не показывает его другим игрокам.

Участник, выполняющий роль „убийцы”, должен взглядом „убивать” других игроков. „Шериф” обязан найти „убийцу”, при этом он может ориентироваться на два игровых момента. Во-первых, он определяет „убийцу” по глазам. Во-вторых, другие игроки, почувствовав взгляд „убийцы”, говорят: „Я убит”, тем самым показывая „шерифу”, кто в группе играет роль „убийцы”.

Следует учитывать, что „убийца” может быть найден сразу, но также может остаться невыявленным до конца игры. Значение имеет не результат, а процесс игры. Игровое упражнение всегда проходит оживленно и способствует не только развитию интуиции, но и улучшению социально-психологического климата в коллективе.

Опыт показывает, что оптимальным является повторение игры 4-5 раз со сменой игроков, играющих роль „шерифа” и „убийцы”. После каждого игрового акта организуется общее обсуждение; по каким признакам „шериф” определил „убийцу”, и если он не сумел этого сделать, то почему. Пусть участники обменяются впечатлениями об ощущениях, которые у них появились, когда они почувствовали взгляд „убийцы”. Кто-то из них смог выставить „психологическую защиту” против „убийственного взгляда” и остался внутренне спокойным. Другие испытали неприятные эмоции, несмотря на то, что это была игра.

✓ Упражнение 68. „Таможня”

Из состава участников выбираются два „работника таможни” и два „иностранца”. „Таможенники” остаются в комнате, а „иностранцы” выходят. Задача первых состоит в том, чтобы так организовать беседу с „иностранцами”, чтобы выяснить, кто из них провозит „запрещенный товар”. В качестве такого „товара” могут выступать, например, „наркотики”. Разумеется, все это не реальные вещи, а игровые символы. Так, „багажом” могут быть две книги, с которыми „иностранцы” подходят к „таможенникам” и ведут беседу, а „наркотиками” — вложенный в одну из книг лист чистой бумаги. „Таможенники” не имеют права брать эти книги в руки и листать. Они должны решить свою задачу, опираясь на свою наблюдательность и интуицию.

Пока „таможенники” рассаживаются и готовятся к принятию „иностранцев”, те за дверью комнаты придумывают легенду: из какой страны они приехали, с какой целью, на какой период запланирован их визит и т.п. Главная задача „иностранцев” состоит в том, чтобы в ходе разговора не вызвать подозрений „таможенников” и рассказать такую легенду, которая поможет отвлечь внимание „таможенников” и помешать принятию ими правильного решения. Например, сентиментальная или остросюжетная история может надолго отвлечь внимание „таможенников”.

В ходе игры постепенно выясняется, что уже первые действия „иностранцев” часто выдают их „с головой”: тот, кто везет „запрещенный товар”, часто либо немного суетится, либо излишне напряжен и зажат. Лидером беседы в большинстве случаев выступает тот из „гостей”, кто свободен от „контрабанды”.

Беседа длится до тех пор, пока „таможенники” не решают, у кого из „иностранцев” спрятан „запрещенный товар”. После того, как ответ высказан, другие участники, которые находились в роли зрителей, также предлагают свои решения. И только потом „иностранцы” признаются.

В заключении игры происходит общее обсуждение, в котором группа анализирует, какие ответы были правильными и почему. Выясляется, по каким признакам „работники таможни” и зрители определили, у кого из „иностранцев” был спрятан „запрещенный товар”.

Упражнение 69. „Отгадай”

Цель игры состоит в отгадывании человека, которого задумала группа. Все участники садятся в круг и среди них по желанию выделяется ведущий. Он выходит из комнаты, а группа в его отсутствие выбирает человека из оставшихся в комнате участников. Каждый игрок придумывает ему характеристику, используя при этом определения погоды, цветов, деревьев, предметов одежды и др. по договоренности с группой. Например, группа решила описывать ведущего при помощи определенной погоды. При-

глашается ведущий и каждый участник рассказывает придуманную им характеристику, в том числе и тот игрок, на которого она составляется.

Например, первый участник начинает: "Эта женщина похожа на летний солнечный день. Только иногда происходит движение легкого ветерка, тихо колыхается листва на деревьях, но пока все спокойно..." И так — по кругу.

Задача ведущего состоит в том, чтобы отгадать человека, задуманного группой. После того, как все высказались, ведущий указывает на участника, на которого, по его мнению, составляется характеристика. При этом обязательно надо показать, по каким признакам было принято решение: "Я решил, что это Н., потому что многие из группы подчеркивали, что за внешней сдержанностью и спокойствием у этого человека скрывается бурная эмоциональная внутренняя жизнь"...

Если решение принято правильно, то игру можно повторить с другим ведущим, оценивая другого человека и используя определения, например, деревьев. С измененными параметрами игра может повторяться не более 3-4 раз.

Если же ведущий ошибся, то ему можно предложить подумать и принять другое решение. Если он не приходит к правильному выводу и на этот раз, группа показывает человека, которого она охарактеризовала. Очень полезно затем обсудить, почему ведущий не смог принять правильное решение: либо по причине того, что группа давала не совсем точную характеристику, либо потому, что ведущий имеет свое собственное представление об оцениваемом человеке, не совпадающем с групповыми. Возможно также, что ведущий ошибся из-за того, что не проявил необходимой внимательности.

Следует подчеркнуть, что не всегда оценка группы бывает правильной. Возможны ситуации, когда ведущий более глубоко понимает и чувствует оцениваемого человека. Общее обсуждение и коллективный анализ таких рассогласований проходит интересно: тот, кого оценивали, получает групповое "зеркало", а ведущий и участники — личный опыт в понимании людей.

Упражнение 70. „Кто как поведет?“

Организационная схема упражнения остается такой же, как в предыдущем. Но при этом характеристика выбранного группой человека составляется при помощи описания некоторых конкретных ситуаций и поведения данного человека в заданных условиях.

Например, группа договаривается, что предметом игры будет выступать следующая ситуация: „В транспорте ему наступили на ногу..." Дальше описывается поведение оцениваемого человека — что он сказал, в каком тоне, что он сделал и т.п. После того, как все участники по кругу

высказали свой прогноз о поведении оцениваемого, ведущий должен ответить, кого выбрала группа.

Как и в предыдущих упражнениях, после каждого игрового акта происходит обсуждение: анализируются основания и критерии, на основе которых ведущий принял решение; если ему удалось получить правильный ответ, определяются причины этого.

Для анализа могут быть выбраны следующие ситуации: „Ему не достались туфли в магазине...", „У него заболела мать...", „Он поссорился с коллегой по работе...", „Его вызвали к начальству..." и др. Для анализа важно выбирать ситуации, в которых характер человека может раскрыться наиболее полно и ярко.

Как организовать групповые игровые занятия? Для того, чтобы игры проходили живо и интересно, необходимо учитывать следующие условия.

Последовательность игровых упражнений может быть произвольной и отличаться от той, которая задана в группе. Играйте в те игры, которые Вам нравятся. В любой из них Вы получите полезный личный опыт. Можете расслабиться и отдохнуть.

Было бы неплохо, если бы один из игроков взял на себя функции руководителя игры, поскольку почти каждая из них требует „психологического дирижирования": поддержания игрового темпа, своевременной замены одной игры на другую, реализации действий по арбитражу. Разумеется, игровым „дирижером" может быть человек, которого группа принимает и уважает.

Имеют значение и такие условия, как время проведения игры, количество человек в группе, пол и возраст участников. Так, на каждую игру не должно уходить более 30—35 минут. В противном случае у большинства участников может возникнуть „игровая усталость". Хорошо, если группа насчитывает не более 20—25 человек; отлично, если в группе играют 10—15 человек. Необходимо помнить, что слишком большая группа становится неуправляемой и в ней начинают происходить групповые процессы, отличные от процессов игрового обучения. Желательно также, если группа является гетерогенной по полу и возрасту, т. е. в ней будут присутствовать педагоги разного возраста.

А теперь несколько слов ведущему. Не допускайте возникновения конфликтов в игре, не затрагивайте в обсуждениях острых, болезненных проблем. Для их грамотного анализа необходимо пригласить психолога. Если кто-то из участников отказался от выполнения игрового задания, не настаивайте, пусть каждый игрок ведет себя так, как ему хочется.

И последнее: если Вы почувствовали, что возник „игровой тупик", выражающийся в общей групповой нерешительности, боязливости, нежелании открываться перед другими участниками в чем-то сокровенном, с улыбкой скажите одну лишь фразу: „Друзья! Это всего лишь игра! Давайте поиграем!".

5.2. Индивидуальные методы саморазвития педагогической интуиции

Как мы писали выше, интуиция зависит от наблюдательности человека, его чувствительности, тонкости. Разберем подробно внешние характеристики в поведении людей, наблюдая которые можно с достаточной долей уверенности понять их внутренние состояния. Короче, рассмотрим символические формы неречевого поведения человека, выражение его глаз и лица, „язык“ жестов и поз.

Известно, что более половины информации человек передает при помощи средств неречевого поведения. „Язык“ жестов — более древний и мгновенно, с первых же долей секунды воспринимается в процессе общения. Однако современный человек направляет свое внимание на слова, которые произносит его собеседник и „пропускает мимо ушей“ важную информацию, транслируемую через жесты. Ошибки не произойдет, если речевая информация будет соответствовать неречевой символике. Но в тех случаях, когда собеседник говорит одно, а чувствует и думает другое, происходит расогласование речевого и неречевого „языков“ общения и, как следствие этого, возникает непонимание в ходе коммуникации.

Необходимо помнить, что ваш собеседник легко контролирует свое речевое поведение, поэтому если он хочет что-то скрыть или ввести Вас в заблуждение, он довольно быстро подыскивает нужные слова. Однако неречевое поведение труднее поддается контролю и часто „выдает“ обманщика. Достаточно обратить внимание на выражение глаз и лицо говорящего, его позу, жесты, чтобы правильно понять его истинное состояние.

Разберем конкретный пример, взятый из педагогической деятельности. Например, учительница физики пожаловалась Вам, что Ваш класс „сорвал“ ее урок. Как классный руководитель Вы вызвали к себе одного из учащихся, который, как Вам кажется, совершил этот проступок. Проанализируем ситуацию Вашего общения с этим учеником.

Глаза¹. В течение всей беседы с Вами школьник старательно прячет глаза, смотрит в сторону, избегая прямого контакта с Вами. И хотя подросток не сознался в том, что именно он нарушил дисциплину, все же после разговора Вы уверены: он виноват. На чем основывается Ваша уверенность?

Большинство учителей может ответить, что человек, не совершивший проступка, спокойно и открыто смотрит в глаза собеседнику. И, наоборот, если ученик чувствует себя виноватым, он избегает смотреть в глаза. Действительно, во время беседы учащийся опускал глаза, был зажат, нервничал, — какие еще нужны доказательства его виновности?

Попробуем вместе усомниться в правильности такого ответа. Обратим-

¹ См.: Ниренберг Д., Калеро Г. Читать человека как книгу. — М.: Экономика, 1990.

ся к фактам. Исследования психологов показывают, что человек смотрит в глаза своему собеседнику, если хочет выразить свою любовь и преданность или тогда, когда демонстрирует свою силу и готовность к агрессии. Во всех других ситуациях люди избегают прямого контакта „глаза в глаза“ и смотрят друг на друга от 30 до 60 процентов времени общения. Причем, чем длительнее контакт глазами, тем больше заинтересованы друг в друге партнеры по диалогу. И еще одна особенность: смотреть в глаза собеседнику больше стремятся те люди, которые мыслят обобщенным понятием. Те же, кто любит говорить конкретно, как правило, избегают смотреть собеседнику в глаза.

Итак, Ваш ответ может быть неправильным в силу следующих причин. Во-первых, ученик не может смотреть вам прямо в глаза, хотя бы потому, что между Вами нет взаимоотношений любовного или остро-конфликтного характера. Во-вторых, в данной ситуации вряд ли вы оба заинтересованы друг в друге: Вам неприятно „читать“ мораль, а Ваш воспитанник только и ждет того, чтобы „это поскорее кончилось“. В-третьих, наверное, Ваш собеседник не относится к разряду мыслителей, скорее всего он — обычный ученик.

Таким образом, в Вашей ситуации нет веских оснований принимать решение только на основе того, что Ваш собеседник смотрит Вам открыто в глаза. Возможно, он отводит глаза в сторону потому, что чувствует вину, а, возможно, и по другой причине: ему просто неприятна данная ситуация, в которой он унижен, и вообще он устал от „постоянных нотаций“.

Выражение лица. Лицо — наименее противоречивая зона. Многие люди хорошо понимают выражение лица и умеют общаться при помощи мимических средств.

Напомним, что агрессия Вашего собеседника выражается в том, что его глаза широко открыты, губы твердо сжаты, брови нахмурены. Человек говорит сквозь зубы, почти не двигая губами.

Если Ваш партнер по общению настроен миролюбиво, то его веки открыты, на губах — легкая улыбка, брови изогнуты, складок на лбу нет.

Поза. Среди многие жестов, выражающих открытость, выделяется жест рук, развернутых навстречу к собеседнику. Этот жест часто сопровождается репликой: „Ну что Вы еще от меня хотите?“. Если человек чувствует доверие к партнеру по общению, в его поведении присутствуют такие особенности: пиджак или куртка расстегнуты, руки разжаты, поза расслаблена.

Поза недоверия и закрытости характеризуется тем, что человек скрещивает руки на груди. Если ваш ученик скрестил руки или попытался это сделать, если он крепко вцепился в ручку своего портфеля, и его руки побелели от напряжения, это значит, что он не принимает Ваших наставлений и защищает свое право быть понятым и услышанным. Эта поза выражает психологическую защиту и препятствует возникновению взаимопонимания между говорящими.

Поза неуверенности проявляется в типичном жесте рук — переплетенных пальцев. Большие пальцы могут нервно двигаться и пощипывать ладони. Другой жест неуверенности — когда грызут или сосут конец карандаша или авторучки. Неуверенность может также выражаться в том, что Ваш собеседник трогает спинку стула, слегка ее раскачивает, но не садится. Подросток может выразить свою неуверенность и тем, что начинает мяться, топтаться, перебирать ногами. В этом случае Вы можете заставить его признаться даже тогда, когда он не совершал проступка, ученик скажет „да” только из-за внутренней неуверенности и слабости. Подумайте, стоит ли это делать? Ощущение неуверенности часто связано с заниженной самооценкой школьника, и если Вы заставите его принять вину на себя, его самооценка понизится еще больше. Ваш воспитанник станет еще более неувереннее и тревожнее. Это обязательно скажется на его учебе, на взаимоотношениях со сверстниками и учителями. Парень может стать безвольным, поддающимся на любое силовое воздействие.

Поэтому не давите на такого учащегося. Проявите такт и терпение. В ряде случаев разумно вообще отказаться от наказания. А только проявить недовольство, высказать слабый упрек: „Я-то тебе верила, а ты...”

Поза напряженности демонстрируется частым и шумным дыханием, покраснением лица, крепко сцепленными руками. Общение с таким человеком затруднено. Если Вы замечаете напряженность в своем ученике, постарайтесь ее снять. Например, Вы можете сказать: „Я не ругаю тебя, я только хочу выяснить, как это было”, „Давай вместе подумаем, что надо сделать, чтобы это не повторилось”.

Нервозность выражается в частом покашливании, изменении тона голоса, подтягивании ладоней к губам и подбородку, подрагивании шеи, затылка, волос, подергивании мочек ушей. Движения мелкие, суетливые.

Обычно повышенной тревожностью и нервозностью характеризуются школьники, у которых высоко развиты чувства долга, ответственности, ответственности. С такими учениками не рекомендуем Вам разговаривать в жестком, авторитарном тоне. Говорите спокойно, мягко и в то же время требовательно и строго.

С к у к а . Человек, переживающий это состояние, обычно сидит, придерживая свешивающуюся голову, глаза полужакрыты. Он может машинально что-то рисовать на бумаге, тереть ручку или карандаш. Внешне заторможен, безразличен.

Если Вы видите, что Ваш ученик переживает состояние скуки и безразличия, значит Вы слишком часто прибегаете к чтению нравоучений или нотаций. Эти методы педагогического воздействия утратили свою эффективность относительно данного школьника, попробуйте поискать что-то новое, возможно, необходимо просто побеседовать с подростком, выяснить его проблемы. А может быть, следует проявить свое негативное

отношение к нему своим отказом от контакта: „Я очень расстроена твоим поступком, не ожидала от тебя такого! Я не могу с тобой разговаривать!”.

Жесты самоконтроля проявляются в том, что если Ваш собеседник стоит, то он заводит руки за спину и там сильно сжимает одной рукой другую. Если же ученик сидит, то он скрещивает ноги.

Школьник, принявший такую позу, относится к Вам негативно. Может быть, это отрицательное отношение связано с тем, что он не совершал проступка, но также может быть и с тем, что он виноват. Однако в любом случае Ваша задача — погасить внутреннюю напряженность ученика, показать ему, что Вы стараетесь не столько наказать, сколько понять случившееся. Можете выразить свое удивление: „Ну, от тебя-то я этого не ожидала!”. Или начать разговор так: „Что ты переживаешь? Не переживай, давай вместе выясним, в чем дело!”.

Если у Вас с подростком возник психологический контакт, найдите причину проступка. Такой анализ ситуации может быть весьма полезен.

С и т у а ц и я о б щ е н и я . Нет необходимости доказывать, что часто в ситуации общения Вы реализуете доминирующую позицию. Вы либо сидите за столом, а школьник стоит перед Вами, либо стоите перед учащимся, как бы нависая над ним. Тем самым Вы демонстрируете свое превосходство: уверенность, авторитарность, власть.

В такой ситуации ученик попадает в подчиненное, зависимое положение и теряет свою автономность и самостоятельность. Именно поэтому он или выражает непослушание (огрызается, грубит) или опускает голову и угрюмо молчит. В любом случае, воспитательная ценность такой беседы невысока. Что здесь можно посоветовать?

Приведем конкретный пример. На беседу к психологу учительница привела ученика 7-го класса. Он в очередной раз „сорвал” урок. В кабинете психолога мальчик забился в угол, съезжился и приготовился „к защите”. В глаза бросились все признаки его защитной позы: зажатость, напряженность, скрещенные руки, опущенная голова и готовность отвечать: „Не знаю”, „Я-то тут причем?”, „Я не виноват”.

Психолог начал беседу с того, что спросил, какую музыку школьник любит, какие знает эстрадные ансамбли, что читает, с кем дружит. Сначала парень проявил удивление, а затем начал взахлеб рассказывать о себе, о своем любимом певце В. Цое, о своей семье.

Постепенно сложилась традиция: регулярные беседы подростка с психологом. Встречаясь на перемене, мальчик кричал: „Мы с Вами не договорили!”.

Результат такой „работы” психолога удивил многих учителей, однако учащийся перестал „срывать” уроки, стал спокойнее, начал больше времени уделять учебе.

Подумаем вместе: что произошло? На наш взгляд, подросток остро нуждался во внимании взрослого, в общении с ним. В семье им никто не занимался. Вызывающее поведение его на уроке — это сигнал, направ-

ленный на то, чтобы любыми средствами привлечь внимание взрослого. Интуитивно почувствовав такое состояние ученика, его внутреннее одиночество, его „невывысканность“, заброшенность, его потребность в тепле и понимании, психолог организовал воспитательные воздействия через установление дружеских взаимоотношений с ним. Этот метод оказался значительно более эффективным, чем традиционная „проработка“ школьника.

Упражнение 71. „Фотография“

Возьмите в руки фотографию незнакомого человека, например, в журнале или газете. Вглядитесь в его лицо. Обратите внимание на его позу, одежду. Постарайтесь определить его характер, настроение, род занятий, стиль жизни. Придумайте биографию этого человека. Как Вы полагаете, могли бы Вы быть с ним в дружеских отношениях? Если нет, то какие отношения могли бы сложиться между Вами? Могли бы Вы, например, быть коллегами по работе? Если бы этот человек был учителем, какой бы школьный предмет он преподавал? Имел ли бы он авторитет среди учащихся? Что еще Вы можете сказать об этом человеке?

Упражнение 72. „Попутчик“

В метро или автобусе мельком посмотрите на своего соседа. Незаметно окиньте взглядом его лицо, одежду, позу. Подумайте, кем работает этот человек, какой у него характер, как он живет. Попробуйте определить его возраст. Постарайтесь почувствовать его настроение.

Конечно, не следует навязчиво смотреть на человека, едущего рядом с Вами в транспорте. Отрабатывайте у себя способность по одному взгляду определять индивидуально-психологические особенности людей. Через какое-то время Вы обнаружите, что для того, чтобы понять другого человека, необязательно долго смотреть на него или продолжительное время разговаривать с ним. Первое интуитивное ощущение может быть самым верным. Важно только научиться доверять этому начальному ощущению и не искажать его последующими интеллектуальными интерпретациями.

Упражнение 73. „Телевизор“

По телевидению демонстрируют спектакль или телефильм, выключите звук, а изображение оставьте на экране. Попробуйте определить, о чем говорят люди, какие у них цели и мотивы, кто из них атакует, а кто — защищается, кто — лидирует, а кто — подчиняется.

Вглядитесь в лица говорящих, обратите внимание на их жесты и позы. Не включая звук, скажите вслух то, что говорит первый собеседник и что отвечает ему второй. Воспроизведите предполагаемый текст разговора.

Через 5-7 минут включите звук: правильно ли Вы определили предмет беседы? Если Вы ошиблись, то в чем и почему?

В эту игру Вы можете поиграть дома вместе в супругом и детьми. Учтите, что бывает весьма полезно сопоставить различные версии. Какая из них оказалась ближе к тому, что говорится на телеэкране? Почему? В ходе игры можно даже учредить приз „за лучшую интуицию“. Играйте!

Упражнение 74. „Первая фраза“

Вы идете по школьному коридору. Навстречу Вам движется знакомая учительница, коллега по работе. Подойдя друг к другу, Вы останавливаетесь, чтобы переброситься двумя-тремя фразами. Такая мимолетная беседа может пройти для Вас почти незаметно, в ходе разговора Вы останетесь как бы „внутри себя“, реально переживая только свои собственные состояния и настроения.

Но если Вы начали работать над собой и хотите стать человеком тонким и чувствительным, то приближаясь к учительнице, постарайтесь настроиться на разговор с ней. Внимательно посмотрите на ее лицо, походку, почувствуйте ритмику ее движения. Выйдите за границы своего „Я“ и приготовьтесь понять „Я“ другого человека. Пусть Ваша первая фраза будет максимально соответствовать душевному состоянию Вашей собеседницы.

Например, Вы скажете: „Ты прекрасно выглядишь! Как тебе это удается?“ — эта фраза будет уместна в том случае, если Ваша партнерша по общению пребывает в хорошем расположении духа. Вы можете начать беседу и так: „Ты куда-то спешишь? Как у тебя дела?“. Возможно также, что Вы увидите расстроенное лицо Вашей собеседницы. Тогда Ваша первая фраза будет следующей: „Что-то случилось? Тебе нужна моя помощь?“.

Упражнение 75. „Голос по телефону“

Переговоры по телефону стали настолько привычными, что мы перестали замечать их ситуационную и коммуникативную сложность. Имеется в виду то обстоятельство, что в ходе телефонного разговора Вы не видите лица своего собеседника и вынуждены поддерживать разговор, ориентируясь, в основном, на звук его голоса. Такие его параметры, как динамика, интонации, темп, наличие междометий и длиннот, ритм дыхания, помогают Вам в какой-то степени почувствовать настроение человека и поддерживать беседу. Но в целом, Вы частично все же выключены из контекста ситуации и во многом двигаетесь „на ощупь“, „вслепую“.

Как правильно построить телефонный разговор и в то же время развить у себя интуицию? Наши рекомендации заключаются в следующем. Уже по первым словам, сказанным Вам по телефону, постарайтесь определить характер предстоящего разговора и цели Вашего абонента: Вас будут просить о чем-то, сообщать важную информацию, благодарить, выражать симпатию или демонстрировать агрессию и негативизм.

Поддерживая разговор, представляйте лицо Вашего собеседника, мысленным взором окиньте обстановку, в которой он находится. Если Вы разговариваете с незнакомым человеком, посредством своего воображения „нарисуйте его портрет“.

Такие психотехнические действия помогут Вам правильно построить беседу, а также развить и укрепить в себе такие качества, как интуиция, коммуникабельность, эмпатия.

Глава 6. РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШИХ ГРУПП ДЕТСКИХ САДОВ И МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

6.1. Проблемы старших дошкольников и учащихся начальных классов

Начало обучения ребенка в школе — сложный и ответственный этап в его жизни. Психологи отмечают, что дети 6-7 лет переживают психологический кризис, связанный с необходимостью адаптации к школе. В среднем, привыкание ребенка к школе имеет продолжительность от 3-х месяцев до 1,5 лет.

Каковы условия психологической адаптации ребенка к школе? Во-первых, меняется социальная позиция ребенка: из дошкольника он превращается в ученика. И если ранее он был „просто ребенком“, которого любили и о котором заботились взрослые, то теперь он становится школьником. У него появляются новые и сложные обязанности: делать уроки, приходить вовремя в школу, быть внимательным на уроке, дисциплинированным и т. п. По существу, впервые в своей жизни ребенок становится членом общества со своими обязанностями и социально-общественным долгом. Учитель выступает представителем общества: он задает требования и нормы, ориентирует ребенка в том, как ему себя вести, что и как делать.

Во-вторых, у ребенка происходит смена ведущей деятельности. До начала обучения в школе дети заняты преимущественно игрой. Они играют в сюжетные и ролевые игры, фантазируют, придумывают игровые импровизации. С приходом в школу они начинают овладевать учебной деятельностью: школьники должны „научиться учиться“, т. е. запоминать учебный материал, формулировать ответ, решать задачу.

Основное психологическое различие игровой и учебной деятельности состоит в том, что игровая деятельность является свободной, ребенок играет тогда, когда он хочет играть. Сюжеты для игр он выбирает сам из ок-

ружающей жизни. Ребенок действует в соответствии со своим желанием и самостоятельно.

Напротив, уже на этапе подготовки к школе, организуемых в старших группах детских садов, учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребенка. Он становится обязанным делать то, что ему не всегда хочется делать; он должен произвольно контролировать свое поведение, стабильно держать активное внимание на уроке. Словом, учебная деятельность уже в детском саду основана на развитых навыках произвольного поведения ребенка.

Следует отметить также и то, что собственно переход ребенка от игровой деятельности к учебной осуществляется не по его воле, не естественным для него путем, а как бы „навязано“ ему сверху, от взрослых. Этот переход общественно задан для ребенка и — хочет он или не хочет, готов или не готов, — он обязан и вынужден сменить свои занятия и, по существу, весь „способ жизни“.

В-третьих, психологи отмечают, что важным фактором психологической адаптации ребенка к школе выступает его социальное окружение: учитель, класс, семья. От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Опыт консультирования показывает, что дети, которых с самого начала „не полюбили“ учителя начальных классов, впоследствии плохо учатся, агрессивны или не уверены в себе, склонны к асоциальным поступкам.

Успешность адаптации ребенка к школе зависит также и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников. Активный и инициативный ребенок становится лидером, начинает хорошо учиться. Тихий и податливый ученик часто превращается в ведомого или аутсайдера, учится нехотя и посредственно.

Семейная ситуация, в которой оказывается ребенок в начале своего обучения в школе, имеет большое значение. Напряженная, эмоционально дискомфортная обстановка отрицательно влияет на самочувствие школьника, что сказывается и на его успеваемости.

В-четвертых, одной из острых проблем обучения в начальной школе выступает проблема сдерживания двигательной активности инициативного ребенка и, наоборот, активизация вялых и пассивных детей. Учитель стремится сформировать некий оптимальный уровень активного ребенка, способствующий хорошему усвоению учебного материала, длительному поддержанию активного внимания, сосредоточенности, концентрации. Если ребенок характеризуется слабым развитием „комплекса произвольности“, он плохо привыкает к школе, имеет низкую успеваемость. Для таких детей идти в школу со временем становится своеобразной „пыткой“, и они начинают всячески увиливать от этого, пропускают уроки, придумывают разные болезни.

Следует отметить, что дети, которые с самого начала учатся плохо, рассеяны и расторможены, в 87% случаев остаются „двоечниками“ или

„троечниками” до конца школьного обучения. Причин здесь несколько. В должной степени не осваивается учебный материал, и дети не могут перейти к новому материалу (“педагогическая запущенность”). Кроме того, для большинства учителей такой ребенок является неуспевающим, и впоследствии чрезвычайно трудно, а порой и просто невозможно преодолеть данный психологический стереотип отношения.

И последнее. С началом обучения в школе у 67—69% неподготовленных детей возникают специфические реакции: страхи, срывы, истерические реакции, повышенная слезливость, заторможенность. Дети боятся учителя, испытывают страх перед выходом к доске для ответа, они боятся низких отметок, унижения, боятся сказать несостоятельными (кто-то умнее, а кто-то глупее), опоздать на урок.

Как помочь ребенку успешно адаптироваться к школе и полноценно включиться в учебно-воспитательный процесс? С детского сада необходимо укреплять психику ребенка, развивать его мышление и эмоционально-волевыми сферами, снимать остро-невротические реакции, нейтрализовать страхи и эмоционально-отрицательные переживания. Необходимо развивать „комплекс произвольности” — умение контролировать себя самостоятельно, быть внимательным, способным на произвольные волевые и интеллектуальные усилия.

Игровые методы развивающего и психокоррекционного характера обязательно должны быть введены в старших группах детских садов и начальных классах школ. Это требование продиктовано необходимостью создания постоянного поддерживающего психологического „фона” для детей, создания оптимальных психологических условий для успешного развития их мышления к личности.

6.2. Программа психокоррекционных игр для детей старших групп детских садов и младших школьников¹

Тема 1. Развитие внимания.

Рекомендуется детям, характеризующимся повышением активностью, испытывающим трудности в концентрации внимания и удержании его длительное время на одном предмете.

¹ См.: Богуславская Э. М., Смирнова Е. О. Развитие игры для детей младшего дошкольного возраста. — М., Педагогика, 1991; Чистякова М. И. Психогимнастика. — М., Просвещение, 1990; Заика Е. В. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся. — Ж. Вопросы психологии, 1990, — № 6. — с. 86-92; Заика Е. В. Комплекс упражнений для развития логической памяти учащихся. — ж. Вопросы психологии, 1991, — № 6, с. 83-89; Стрелкова Л. П. Уроки-сказки. — М.: Педагогика, 1990.

ДЕНЬ 1. Игра 1. „Будь внимателен!” (25 мин.)

ДЕЦель игры. Стимулировать внимание; обучение быстрому и точному реагированию на звуковые сигналы.

Процедура игры. Дети стоят группой, свободно. Каждый ребенок находится на расстоянии от другого примерно 0.5 м. Звучит маршевая музыка (исполнение на фортепьяно или в записи, рекомендуется „Марш” С. Прокофьева). Дети маршируют под музыку свободно, у кого как получается.

В ходе марширования руководитель игры произвольно, с разными интервалами и вперемешку дает команды. Дети реализуют движение в соответствии с командой.

Команда	Движение
„Зайчики!”	Дети прыгают, имитируя движение зайца.
„Лошадки!”	Дети ударяют ногой об пол, как будто лошадь бьет копытом.
„Раки!”	Дети пьются, как раки (спиной).
„Птицы!”	Дети бегают, раскинув руки (имитация полета птицы).
„Аист!”	Стоять на одной ноге.
„Лягушка!”	Присесть и скакать вприсядку.
„Собачки!”	Дети сгибают руки (имитация движения, когда „собака служит”) и лают.
„Курочки!”	Дети ходят, „ищут зерна” на полу и произносят „ко-ко-ко!”.
„Коровки!”	Дети встают на пуки и ноги (4 ноги у коровы) и произносят „му-у-у!”

Занятия производятся в большой комнате, на ковре. Обязательно следует иметь либо инструмент (фортепьяно) и музыкального работника (тапера) или магнитофон с записями.

Игра 2. „Слушай звуки!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие активного внимания.

Процедура игры. Ведущий договаривается с детьми о том, что когда он

нажмет определенную клавишу, они примут соответствующую позу. Когда ведущий будет исполнять музыку, дети свободно двигаются в пространстве комнаты (можно предложить им ходить по кругу).

Звук	Поза
Нажимается клавиша нижнего регистра	Поза „плачущей ивы” (ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу).
Нажимается клавиша верхнего регистра	Поза „тополя” (пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук).

ДЕНЬ 2. Игра 3. „Слушай хлопки!”

Цель игры. Развитие активного внимания.

Процедура игры. Дети двигаются свободно в группе или ходят по кругу. Когда ведущий хлопает в ладоши определенное количество раз, дети принимают соответствующую позу (на 10-20 сек.)

Количество хлопков	Поза детей
1	Поза „аиста” (ребенок стоит на одной ноге, поджав другую).
2	Поза „лягушки” (присесть, пятки вместе, носки врозь и колени в стороны, руки — между ногами на полу).
3	Дети возобновляют движение (ходьбу).

Замечания:

1. До начала игры рекомендуется „выучить” каждую позу и прорепетировать: хлопки-поза.

2. Желательно, чтобы дети двигались в играх свободно, без нормирования. Для этого проводить игровые занятия следует в большой комнате (зале) и на ковре, паласе. Расстояние между детьми должно быть примерно 0.5 м.

Если помещение небольшое, предложите детям двигаться по кругу.

3. Каждая предполагаемая игра „прокручивается” несколько раз с разными заданиями, участниками. Общая продолжительность игры — 25 мин.

Игра 4. „Канон” (25 мин.)

Цель игры. Развитие волевого (произвольного) внимания.

Процедура игры. Звучит музыка Ф. Бургмюллера „Кавалькада” (или любая другая, но с хорошо акцентированными тактами. Необходимо выбрать такую музыку, в которой акценты ставятся на первый ударный звук такта).

Дети стоят друг за другом по кругу. На первый такт поднимает руку первый ребенок. На второй — второй, на третий — третий и т. д. Когда правую руку поднимут все дети, они также по порядку начинают поднимать левую руку. После того, как левую руку поднимут все дети, они начинают снова друг за другом поднимать правую руку.

ДЕНЬ 3. Игра 4. „Зеваки” (25 мин.)

Цель игры. Развитие волевого (произвольного) внимания.

Процедура игры. Дети идут по кругу, друг за другом, держась за руки. По сигналу ведущего („Стоп!”) останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются на 180 градусов и начинают движение в другую сторону.

Направление меняется после каждого сигнала.

Если ребенок запутался и ошибся, он выходит из игры и садится на стул в комнате. Игра может закончиться, когда 2-3 детей остаются в игре. Они торжественно объявляются победителями, все хлопают.

Игра 6. „Буквы алфавита” (25 мин.) (для детей, знающих буквы)

Цель игры. Развитие внимания.

Процедура игры. Каждому ребенку присваивается определенная буква алфавита. Ведущий называет букву, тот ребенок, которому присвоена буква, делает один хлопок.

ДЕНЬ 4. Игра 7. „Пишущая машинка” (25 мин.) (для детей, знающих буквы)

Цель игры. Развитие волевого (произвольного) внимания, закрепление навыков чтения.

Процедура игры. Как в игре 6, каждому ребенку присваивается буква

алфавита. Не следует присваивать только буквы Й, Ъ (мягкий знак), т. к. они редко встречаются в односложных словах.

Ведущий произносит слово и пишет его на доске мелом. Затем дети, которым присвоены буквы, хлопают в ладоши (по одному хлопку) в той последовательности, в какой их буквы стоят в данном слове. Когда слово „напечатано”, все дети хлопают в ладоши.

Слова для игры: *еж, дом, ты, папа, мама, цирк, щелк, чаша, каша, рама, рука, ложка, вода, бык, герб, заря, сон, эра, я, стул.*

Замечание к игре: старайтесь подбирать слова так, чтобы каждый ребенок хотя бы раз поучаствовал в игре.

Игра 8. „Четыре стихии” (25 мин.)

Цель игры. Развитие внимания, связанного с координацией слухового и двигательного анализаторов.

Процедура игры. Дети сидят на стульях по кругу. По команде ведущего дети выполняют определенное движение руками.

Команда	Движение руки
„Земля”	Дети опускают руки вниз.
„Вода”	Дети вытягивают руки вперед.
„Воздух”	Дети поднимают руки вверх.
„Огонь”	Дети вращают руками в локтевых и луче-запястных суставах.

Тема 2. Развитие памяти.

ДЕНЬ 5. Игра 9. „Повтори за мной” (25 мин.)

Цель игры. Развитие моторно-слуховой памяти.

Процедура игры.

Вариант I. Ведущий сидит за столом, дети стоят вокруг него. Ведущий постукивает определенный ритм концом карандаша по столу. Ритмическая фраза должна быть короткой и четкой. Один из детей (по желанию) повторяет ритм. Затем ведущий спрашивает детей: „Правильно ли Саша повторил?” Если кто-то из детей считает, что неправильно, он предлагает свою версию (постукивает ритм).

Вариант II. Ведущий играет на фортепьяно короткую мелодичную фразу. Одному из детей предлагается повторить ритм этой фразы ударами карандаша по столу. Далее как в варианте I.

Замечание: Ведущий может не играть, а пропеть музыкальную фразу детской песенки.

Игра 10. „Запомни движение” (25 мин.)

Цель игры. Развитие моторно-слуховой памяти.

Процедура игры. Ведущий показывает детям движения, состоящие из 3-4 действий. Дети должны повторить эти действия, сначала в том порядке, в котором показал ведущий, а затем в обратном порядке.

Движение 1. Присесть-встать-поднять руки-опустить руки.

Движение 2. Поднять руки ладонями вверх („собираю дождик”), повернуть ладони вниз—опустить руки вдоль туловища—поднять руки по бокам в разные стороны.

Движение 3. Отставить правую ногу вправо—проставить правую ногу—отставить левую ногу—проставить левую ногу.

Движение 4. Присесть-встать-повернуть голову вправо-повернуть голову прямо.

ДЕНЬ 6. Игра 11. „Запомни свое место” (25 мин.)

Цель игры. Развитие моторно-слуховой и пространственной памяти.

Процедура игры. В зале каждый ребенок запоминает „свое место”. Например, у одного ребенка это место — угол, у другого — стул, у третьего — окно двери, у четвертого — центр зала и т. д. Затем все дети собираются в группу около ведущего и ждут команды. По команде ведущего „Место!” они разбегаются по своим местам.

Замечание: Команду ведущего можно заменить включением какой-либо ритмичной музыки.

Игра 12. „Запомни свою позу” (25 мин.)

Цель игры. Развитие моторно-слуховой памяти.

Процедура игры. Каждый ребенок стоит „на своем месте”. По команде ведущего все дети должны принять определенные позы (по желанию). Ведущий обходит детей и тем детям, которые приняли одинаковые позы, он предлагает сменить их.

Затем играется веселая музыка. Под музыку дети двигаются, танцуют, бегают и проч. (1-1.5 мин.). Музыка внезапно обрывается, дети должны быстро разбежаться по своим местам и принять те позы, которые они „учили” в начале игры.

ДЕНЬ 7. Игра 13. „Слушай и исполняй!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие внимания и памяти.

Процедура игры. Ведущий называет несколько действий, но не показывая их. Разрешается повторить это задание 1-2 раза. Затем дети должны повторить эти действия в своих движениях в той последовательности, в какой они были названы ведущим.

Задание 1. Повернуть голову направо, повернуть голову прямо, опустить голову вниз, повернуть голову прямо.

Задание 2. Поднять правую руку вверх, поднять левую руку вверх, опустить обе руки.

Задание 3. Повернуться налево (на 90 градусов), присесть, встать.

Задание 4. Поднять правую ногу, стоять на одной левой ноге, поставить правую ногу.

Игра 14. „Испорченный телефон” (25 мин.)

Цель игры. Развитие восприятия и памяти.

Процедура игры. В группе детей по их желанию выбирается один водящий. Затем вся группа детей становится к нему спиной и никто не подглядывает. Ребенок подходит к одному из детей и втайне от других показывает ему какую-то позу (он ее выдумывает сам).

Затем водящий отворачивается и отходит в сторону. Ребенок, которому показали позу, выбирает другого участника и показывает ему ту позу, которую он увидел... и т. д.

Когда всем детям показаны позы, они встают в круг лицом друг к другу. Водящий показывает свою позу, и тот из детей, кто закончил игру последним, тоже показывает свою позу. Первая и последняя позы сравниваются.

Замечание: Позы должны быть разными. Если дети стесняются и переживают, что их позы разные, объясните им, что так и должно быть, расскажите по „испорченный телефон”.

ДЕНЬ 8. Игра 15. „Вот так позы!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности и памяти.

Процедура игры. По желанию детей из группы выбираются 5 детей. Один из них — водящий. Остальные дети садятся на стулья, они — зрители.

Четверо из пяти выбранных детей показывают водящему „свои позы”. Он обходит детей и запоминает их позы. Затем дети уходят в зал и садятся на стулья, а водящий повторяет их позы в той последовательности, в какой он их увидел.

„Зрители” кричат из зала, правильно повторяется поза или нет. Если

неправильно, то один из „зрителей” (по желанию) выходит „на сцену” и повторяет позу, какая была показана в начале игры.

Игра 16. „Запомни порядок!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие памяти.

Процедура игры. Выбираются 5-6 детей. Остальные — „зрители”.

Из выбранных детей один становится водящим. Другие 4-5 участников выстраиваются в „паровозик”. Водящий должен посмотреть на „паровозик” одну минуту, а затем отвернуться и перечислить детей по именам так, как они стоят в „паровозике”.

После этого игроки становятся „зрителями”, а „на сцену” выходят другие дети.

Замечание: Если дети устали от игры, стали равнодушными, не продолжайте ее в течение 25 минут, а переходите к следующей игре. Можно повторить те игры, которые дети уже выполняли и которые вызвали у них оживленный интерес.

Рекомендуется по несколько раз повторять те игры, которые вызывают затруднения у детей.

ДЕНЬ 9. Игра 17. „Кто что сделал?” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности, восприятия памяти.

Процедура игры. Из группы детей выбираются 3-4 ребенка. Один из выбранных — водящий. Остальные дети — „зрители”. 2-3 выбранных ребенка поочередно показывают водящему какие-то действия. Он смотрит и запоминает. Затем он должен повторить эти действия в том порядке, в котором он их увидел.

Замечание: желательно игру проводить под фонограмму (веселой музыки).

Игра 18. „Художник” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности, памяти, коммуникативных способностей.

Процедура игры. Их группы детей выбираются 2 ребенка. Остальные — „зрители”. Один из выбранных — „художник” (по желанию), другой — „заказывает ему свой портрет”. „Художник” внимательно смотрит на своего „заказчика” (1.5-2 мин.). Затем он отворачивается и по памяти описывает внешность первого ребенка.

Замечания:

1. Если „художник” медлит, разрешается задавать ему вопросы: „Какие у Лены волосы?”, „Какие у нее глаза?”, „Во что она одета?” и т. д.

2. Запрещается высказывание обидных замечаний в адрес детей, фиксирующих какие-либо их физические недостатки.

3. Учитель должен подчеркивать внешние достоинства детей: „Ну-ка, вспомни, какая Лена красивая?“

ДЕНЬ 10. Игра 19. „Тень” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности.

Процедура игры. Звучит фонограмма спокойной музыки. Из группы детей выбираются два ребенка. Остальные — „зрители”. Один ребенок — „путник”, другой — его „тень”.

„Путник” идет через поле, а за ним, на два-три шага сзади, идет второй ребенок, его „тень”. Последний старается точь-в-точь скопировать движения „путника”.

Желательно стимулировать „путника” к выполнению разных движений: „сорвать цветок”, „присесть”, „поскакать на одной ноге”, „остановиться и посмотреть из-под руки” и т. д.

Игра 20. „Зеркала” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности и коммуникативных способностей.

Процедура игры. Из группы детей выбирается один водящий. Представляется, что он пришел в магазин, где много зеркал. Водящий встает в центр, а дети — полукругом вокруг него (ведущий и учитель может быть одним из играющих). Водящий показывает движение, а „зеркала” тотчас же повторили это движение, и т. д.

Водящему разрешается показывать разные движения.

Замечание: в роли водящего должны побывать все желающие дети.

ДЕНЬ 11. Игра 21. „Разведчики” (25 мин.)

Цель игры. Развитие наблюдательности, памяти, коммуникативных и организаторских способностей.

Процедура игры.

Вариант I. Из группы детей выбираются „разведчик” и „командир”. Остальные — „отряд”. В комнате стулья расставлены хаотично. „Разведчик” проходит между стульями с разных сторон. „Командир” наблюдает за действиями „разведчика”. Затем он проводит „отряд” по тому пути, который был ему показан „разведчиком”.

Потом уже второй „разведчик” прокладывает новый путь, и другой „командир” повторяет его и т. д.

Вариант II. В целом игра проводится так же, но только „командир” ведет отряд из того места, на котором закончил свой путь „разведчик”, и в то место, из которого „разведчик” вышел.

Тема 3. Развитие произвольных движений и самоконтроля.

Игра 22. „Флажок” (25 мин.)

Цель игры. Преодоление гиперактивности, развитие самоконтроля.

Процедура игры. Звучит музыка (лучше маршевая), и дети двигаются под музыку (маршируют или двигаются свободно). По команде ведущего (поднятие флажка или руки) все дети должны остановиться и „замереть” в тех позах, в которых их застала команда ведущего (на 5-7 сек.). Музыка продолжает звучать.

Затем по команде ведущего дети снова начинают двигаться и т. д.

ДЕНЬ 12. Игра 23. „Запретный номер” (25 мин.)

Цель игры. Развитие самоконтроля, самодисциплины, а также укрепление навыков счета.

Процедура игры. Выбирается определенная цифра, например 4. Дети встают в круг и по часовой стрелке считают по очереди: 1, 2, 3... Когда доходит очередь до четвертого ребенка, он не произносит цифру, а хлопает в ладоши 4 раза.

В качестве „запретных” выбираются цифры: 4, 7, 11, 14, 15, 18, 21, 23, 25 (в случае, если дети считают до 25).

Игра 24. „Стой!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие самоконтроля и произвольных движений.

Процедура игры. Звучит маршевая музыка. Дети маршируют. Музыка внезапно обрывается, но дети продолжают маршировать. Через 1-1.5 минуты музыка возобновляется, а дети — двигаются (маршируют), затем, через 3-4 минуты, происходит новое внезапное прерывание музыки, дети — маршируют и т. п.

ДЕНЬ 13. Игра 25. „Замри!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольных движений.

Процедура игры. Играет веселая и подвижная музыка. Дети прыгают и свободно двигаются в такт музыке. Внезапно музыка обрывается, дети

замирают в тех позах, в которых их застал музыкальный перерыв. Затем через 1-1.5 минуты музыка вновь возникает и дети продолжают движение и т. п.

Игра 26. „Волшебное слово“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольности, самоконтроля и внимания.
Процедура игры.

Вариант I. Дети и ведущий становятся в круг. Ведущий объясняет, что он будет показывать разные движения, а дети должны их повторять, но только в том случае, если ведущий добавит слово „пожалуйста“. Если этого слова ведущий не говорит, дети остаются неподвижными.

Замечание: „волшебное слово“ ведущий произносит в случайном порядке, через 1-5 движений.

Вариант II. Процедура игры такая же, как в первом варианте, но тот, кто ошибся, должен выйти на середину и исполнить какой-нибудь „номер“ (спеть песенку, прочитать стишок, придумать новую игру и др.).

Замечание: если тот или иной ребенок отказывается от игровых заданий, не заставляйте, продолжайте игру дальше. Постепенно дети станут свободнее и увереннее в себе и будут отказываться все реже и реже.

ДЕНЬ 14. Игра 27. „Запрещенное движение“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольности.

Процедура игры. Звучит веселая ритмичная музыка (например, И. Дунаевского „До чего же хорошо кругом“). Дети стоят полукругом, в центре — ведущий. Он показывает несколько действий, одно из которых (например, приседание) — запретное. Дети должны повторить все действия ведущего, кроме запретного.

Тот, кто ошибся, становится ведущим.

Игра 28. „Игра в мяч“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие самоконтроля.

Процедура игры. Дети свободно двигаются под веселую музыку. У одного из детей (водящего) в руках мяч. Он кидает его и кричит: „Таня!“. Девочка из группы по имени Таня быстро подбегает и хватается мяч. Она задумывается, подбрасывает мяч и кричит новое имя.

Тот, кто заигрался и не услышал своего имени, становится „зрителем“ (выбывает из игры).

Замечание: следите, чтобы дети не называли имена одних и тех же детей. В игре должны участвовать все ребята.

Тема 4. Развитие произвольной активности детей. Формирование их эмоциональной и волевой сфер, коррекция личностных нарушений. Развитие общительности, самодисциплины и самоорганизации. Подвижные игры.

ДЕНЬ 15. Игра 29. „Поссорились два петушка“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие раскованности, самоконтроля.

Процедура игры. Звучит веселая музыка (желательно А. Райчева „Поссорились два петушка“). Дети двигаются по типу „броуновского движения“ и слегка толкаются плечами.

Замечание: не разрешается, чтобы удары детей были слишком сильными и болезненными. Дети обязательно должны играть „по правде“ и одновременно держать символизм игры („понарошку“).

Игра 30. „Иголка и нитка“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольности.

Процедура игры. Выбирается водящий из детей. Под веселую музыку водящий играет роль иголки, а все другие дети — роль нитки. „Иголка“ бежит между стульями, а „нитка“ (группа детей друг за другом) — за ней.

Замечание: если в группе имеется зажатый, аутичный ребенок, то предложите роль „иголки“ ему. В ходе игры, когда он будет водить за собой группу детей, у него будут развиваться коммуникативные и организаторские способности.

ДЕНЬ 16. Игра 31. „Дракон кусает свой хвост“ (25 мин.)

Цель игры. Снятие напряженности, невротических состояний, страхов.

Процедура игры. Звучит веселая музыка. Дети встают друг за другом и крепко держатся друг за друга (за плечи). Первый ребенок — „голова дракона“, последний — „хвост дракона“. „Голова дракона“ пытается поймать „хвост“, а тот уворачивается от нее.

Замечания:

1. Следите, чтобы дети не отпускали друг друга.

2. Следите также, чтобы роли „головы дракона“ и „хвост“ выполняли все желающие.

Игра 32. „Скучно, скучно так сидеть” (25 мин.)

Цель игры. Развитие раскованности, тренировка самоорганизации.

Процедура игры. Он до одной стены комнаты стоят стулья, из число равно количеству детей. Около противоположной стороны комнаты также стоят детские стульчики, но их число на 1 меньше количества детей.

Дети садятся около первой стороны комнаты. Ведущий читает стишок:

Скучно, скучно так сидеть,
Друг на друга все глядеть;
Не пора ли пробежаться
И местами поменяться?

Как только ведущий кончает стишок, все дети бегут к противоположной стенке и стараются занять стулья. Проигрывает тот, кто остался без стула.

Замечания:

1. Не разрешайте детям начинать бег раньше, чем кончится стишок.
2. Запрещается ребенку спихивать другого ребенка со стула, если первый занял его раньше второго.

День 17. Игра 33. „Лисонька, где ты?” (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольности.

Процедура игры. Дети становятся полукругом, ведущий — центр. Дети отворачиваются и закрывают глаза. Ведущий тихо дотрагивается до плеча одного ребенка, что означает, что он будет играть роль лисы. Все остальные — зайцы.

По сигналу все открывают глаза и поворачиваются. Никто не знает, кто — лиса? Ведущий зовет: „Лисонька, где ты?” Лиса не отзывается. Ведущий зовет второй и третий раз. И только на третий раз лиса бросается ловить зайцев.

Если заяц успел присесть на корточки, его ловить нельзя. Пойманные зайцы выходят из игры.

Игра 34. „Сова” (25 мин.)

Цель игры. Развитие произвольности.

Процедура игры. Дети сами выбирают водящего — „сову”, которая садится в „гнездо” (на стул) и „спит”. В течение дня дети двигаются.

Затем ведущий командует: „Ночь!” Дети замирают, а сова открывает глаза и начинает ловить.

Кто из играющих пошевелится или рассмеется, становится совой. Звучит музыка (О. Гейльфуса „Балалар”).

Тема 5. Игры, способствующие успокоению, уменьшению возбуждения и развитию самоконтроля.

День 18. Игра 35. „Слушай команду”

Цель игры. Развитие способности к сосредоточению.

Процедура игры. Дети маршируют под музыку. Затем музыка внезапно прерывается и ведущий шепотом произносит команду (сесть на стулья, поднять правую руку, присесть, взяться за руки и т. п.).

Замечания:

1. Команды даются только на выполнение спокойных движений.
2. Игра выполняется до тех пор, пока дети хорошо слушают и контролируют себя.

Игра 36. „Кто за кем?” (25 мин.)

Цель игры. Снижение возбужденности детей.

Процедура игры. Звучит спокойная музыка (например, А. Ферро „Гавот” или И. С. Баха „Инвенция”). В комнате расставлены стулья. Ведущий называет первого ребенка, он начинает двигаться между стульями и, когда в музыке возникает перерыв, садится на стул. (Другие дети — стоят в стороне и смотрят.)

Затем ведущий вызывает другого ребенка, под музыку он тоже двигается между стульями и садится тогда, когда возникает перерыв.

Игра продолжается до тех пор, пока на стулья не сядут все дети.

Тема 6. Развитие эмоциональной сферы.

День 19. Игра 37. „Я не знаю” (25 мин.)

Цель игры. Развитие выразительности движений ребенка, его коммуникативных способностей.

Процедура игры. Ведущий выбирает мальчика-незнайку. О чем его ни спросит, он ничего не знает. Дети задают незнакомке разные вопросы, а он молчит, разводит руками: „не знаю”, „ничего не видел”.

Выразительные движения: поднятие бровей, опускание уголков губ, поднятие плеч, разведение руками.

Игра 38. „Возьми и передай!” (25 мин.)

Цель игры. Развитие воображения.

Процедура игры. Дети сидят на стульях по кругу и передают друг дру-

гу воображаемые предметы, называя их. Например, Саша передает Свете „тяжелый чемодан”, она еле-еле его поднимает, демонстрируя, какой он тяжелый.

Тема 7. Развитие коммуникативных способностей (этюды на выражение основных эмоций). Выражение внимания, интереса и сосредоточенности.

ДЕНЬ 20. Игра 39. „Собака” (25 мин.)

Цель игры. Развитие сосредоточенности и способности и концентрации.

Процедура игры. Все дети сидят на стульях полукругом. Ведущий задает ситуацию: „Вы — командиры, перед вами карта, и вы ее сосредоточенно и внимательно изучаете!” Дети начинают играть в командиров.

Выразительные движения и мимика: сощуренные глаза, нижняя губа закусена, голова наклонена вперед, указательный палец движется по воображаемой карте.

ДЕНЬ 21. Игра 40. „Раздумье” (25 мин.)

Цель игры. Укрепление способности к концентрации, успокоению.

Процедура игры. Звучит спокойная музыка. Один из детей — „грибник” (пошел в лес по грибы), а другие — лесные деревья. Грибник ходит по лесу между деревьями и плутает, он заблудился. Затем, когда музыка кончается, он останавливается и задумывается: „Куда идти?”

Выразительные движения: ребенок стоит, руки сложены на груди, смотрит перед собой (Роль грибника должен сыграть каждый ребенок).

Игра 41. „Любопытный” (25 мин.)

Цель игры. Развитие раскованности и одновременно сосредоточенности.

Процедура игры. Звучит веселая музыка. Из группы детей выбираются двое водящих, остальные садятся на стулья, они — „зрители”.

Один из водящих берет сумку и идет по комнате, другой движется за ним и показывает, что его интересует, что лежит в сумке.

Музыка останавливается, первый водящий кладет сумку на пол и „начинает звонить по телефону”. Второй ребенок старается узнать, что лежит в сумке.

Наконец он раскрывает сумку, видит в ней, например, книги и разочарованно машет рукой.

Тема 8. Снятие страхов.

ДЕНЬ 22. Игра 42 (25 мин.)

Цель игры. Снятие страха перед агрессией (нападением сказочного существа); реализация индивидуального подхода.

Процедура игры. Игра направлена на снятие страха у одного-двух участников. Другие дети выступают в качестве одного из условий успешной коррекции (групповая помощь).

Например, кто-то из детей очень боится „змея-горыныча”. Страх перед сказочным персонажем снимается за 1-2 игровых занятий.

Сначала детям предлагается самим нарисовать змея-горыныча. Затем сыграть битву со змеем-горынычем. Сказочный город (поставленные по кругу стулья). В нем живут царевич, царевна и ремесленники. Город сторожат 2 стражника. Иван-царевич уходит на охоту. Царевна готовит обед. Ремесленники работают (кузнец кует, маляр красит и др.). Стражники обходят город.

Вдруг налетает „змей-горыныч”. Он ранит стражников, убивает ремесленников, а царевну уводит в свою пещеру. Змей-горыныч восстает перед пещерой и сторожит ее.

Иван-царевич возвращается с охоты. Стражник (раненый) показывает, куда змей-горыныч увел царевну. Иван-царевич идет сражаться со змеем-горынычем. Они борются, Иван-царевич побеждает змея-горыныча. Из пещеры выходит царевна. Иван-царевич ведет ее в город. Ремесленники радуются, кричат „ура”, хлопают в ладоши.

Замечания к игре:

1. Все роли распределяются между детьми.
2. Ивана-царевича предлагается сыграть тому ребенку, у кого замечен ярко выраженный страх перед сказочными персонажами.
3. После окончания игры обсудить, что чувствовал каждый ребенок в игре. Показать, что не надо бояться страшных персонажей.
4. Стимулировать импровизацию и фантазию детей в игре.

Игра 43. „Нарисуй свой страх” (25 мин.)

Цель игры. Снятие страхов.

Процедура игры. Дети рассаживаются за столами. Ведущий предлагает им нарисовать рисунок по названию „Мой страх”.

После того, как дети нарисуют рисунки, необходимо обсудить, чего боится каждый ребенок.

ДЕНЬ 23. Игра 44. „Темнота” (40-45 мин.)

Цель игры. Снятие страха перед темнотой.

Процедура игры. Игра „Темнота” состоит из 5 этюдов.

1 этюд. (5-7 минут). Выбирается ребенок, боящийся темноты (по результатам анализа рисунков детей, или после бесед с родителями). В присутствии других детей в ярко освещенной комнате его сажают посреди комнаты на 5-7 минут и ребенок воображает, что он один. Другие дети могут рисовать или играть в какую-либо спокойную игру. Можно также организовать с ним разговор: „Видите, Сережа сидит один и ничего не боится!” „А вы не боитесь?..”

2 этюд. „В темной норе”. Ребенок, боящийся темноты, входит за руку с воспитателем в темную комнату на 3-5 минут. Он представляет себя „робким цыпленком”, который вошел „в темную нору”.

3 этюд. Второй раз ребенок входит в темную комнату, представив себя „смелым утенком” (на 3-5 минут).

4 этюд. „Ночные звуки”. Ребенок отводится в темную комнату на 2-3 минуты до того момента, пока не зазвучит музыка. Со звуком музыки он должен выбежать, имитируя какой-нибудь звук (совы, собаки, курицы, кошки и др.).

5 этюд. „Веселый цирк” (5-10 минут). Каждый ребенок приносит из дома какой-либо цирковой атрибут (клоунский колпак, веер, нос клоуна, флажок, цветок и др.). Все предметы они оставили в комнате и запомнили места, куда они их положили. Дети переходили в другую комнату, а в первой комнате выключался (как бы „по ошибке”) свет. Ведущий сообщал, что со звуками музыки дети должны взять цирковые предметы, и начнется игра „веселый цирк”.

Начинала звучать музыка, дети бежали в темную комнату, брали свои предметы и имитировали роли (клоуна, животного и др.).

Тема 9. Боязнь школы.

День 24. Игра 45. „Школа” (4-45 мин.)

Цель игры. Снятие страха перед школой, ускорение адаптации к школе.

Процедура игры. Игра состоит из 2-х этюдов.

1 этюд. „Школа для животных” (20-25 мин.)

Из общего числа детей отбираются те дети, которые боятся школы. Каждый ребенок по желанию выбирает для себя роль какого-либо живо-

тного (трясущегося от страха зайца, агрессивного тигра). „Животные” рассказываются за парты, входит „учитель” (ведущий) и начинает урок. „Животные” ведут себя в соответствии со своей ролью.

Если у детей есть страх не перед школой, а перед учителем, то один из детей играет учителя: „Здравствуйте, Звери! Кто выучил домашнее задание?”

2 этюд. „Школа для людей” (20-25 мин.)

Если в первом этюде допускались различные „зверинные” ситуации, то во втором этюде школа представлена как нечто светлое, возвышенное, доброе. Проводится урок рисования. Дети рисуют сюжет „Школа”. Один из детей выполняет роль учителя.

Можно модифицировать урок рисования. „Учитель” рисует на доске какую-либо фигуру (круг, квадрат и пр.). Дети перерисовывают эту фигуру. „Учитель” обязательно хвалит тех, у кого получился хороший рисунок.

ДЕНЬ 25. Игра 46. „Кляксы” (25 мин.)

Цель игры. Снятие агрессии и страхов, развитие воображения.

Процедура игры. Подготовлены чистые листы бумаги, жидкая краска (гуашь). Детям предлагается взять на кисточку немного краски того цвета, который им хочется, плеснуть „кляксу” на лист краски и сложить лист вдвое так, что „клякса” отпечаталась на второй половине листа. Затем лист развернуть и постараться понять, на кого или на что похожа полученная „клякса”.

Агрессивные или подавленные дети выбирают краску темных цветов. Они „видят” в „кляксах” агрессивные сюжеты (драку, страшное чудовище и др.). Через обсуждение „страшного рисунка” агрессия ребенка выходит вовне, тем самым он освобождается.

К агрессивному ребенку полезно посадить спокойного ребенка. Последний будет брать для рисунков светлые краски и видеть приятные вещи (бабочек, сказочные букеты, стрекоз и др.). Посредством общения со спокойным ребенком на предмет интерпретации „кляксы” агрессивный ребенок успокаивается.

Замечания к игре:

1. Дети, предрасположенные к гневу, выбирают преимущественно черную или красную краску.

2. Дети с пониженным настроением выбирают лиловые и сиреневые тона (цвета грусти).

3. Серые и коричневые тона выбираются детьми напряженными, конфликтными, расторможенными (пристрастие к этим тонам говорит о том, что ребенок нуждается в успокоении).

4. Возможны такие ситуации, когда дети выбирают цвета индивидуально и не прослеживается четкой связи между цветом и психическим состоянием ребенка.

Игра 47. „Сочинение историй” (25 мин.)

Цель игры. Снятие страхов.

Процедура игры. Из группы детей выбирается ребенок, который сочинил историю (на любой сюжет, по желанию ребенка), другие дети — „зрители”.

Ребенок рассказывает свою историю. Затем ее продолжает ведущий, который вводит в повествование более „здоровые” и гармоничные способы адаптации и разрешения конфликтов, нежели те, что изложены ребенком.

Затем предлагается продолжить историю ребенка, потом — опять ведущий и т. п. Игру можно модифицировать следующим образом. Все дети садятся в круг. Ведущий произносит первое предложение: „Маша пошла в школу”. По часовой стрелке второй ребенок называет свое предложение, продолжая ведущего, третий — третье и т. п. В итоге должен получиться общий коллективный рассказ по то, как Маша пошла в школу.

Тема 10. Развитие мышления и речи.

ДЕНЬ 26. Игра 48. „Где мы побывали, что мы повидали?” (25 мин.) (народная игра).

Цель игры. Развитие мышления и речи.

Процедура игры. Игру желательнее проводить на свежем воздухе или в просторной комнате.

Группа детей делится пополам: „дедушка и внучата” (те, кто будет отгадывать загадки) и группа детей, которые будут загадывать загадки. Между группами на земле или на полу проводится черта, за которую нельзя выбегать дедушке и внучатам, когда они будут ловить убегающих детей.

„Дедушка и внучата” отворачиваются, а учитель вместе с другой группой детей тихо договариваются, какую „загадку” они будут загадывать. Договорившись, они подают знак „дедушке и внучатам”.

Происходит такой диалог:

— Здравствуйте, дедушка седой с длинной-длинной бородой! Здравствуйте, внучата!

— Здравствуйте, ребята! — отвечает „дедушка с внучатами”. — Где вы побывали? Что вы повидали?

— Побывали мы в лесу, там увидели лису. Что мы делали — не скажем, но зато мы вам покажем!

Свою „загадку” дети показывают в движениях. Например, они „собирают в лесу грибы и ягоды”. Дети наклоняются, аukaются и т. д.

В случае, если „дедушка и внучата” правильно отгадали „загадку”, вторая группа детей уточняет и дополняет ответ. Если предлагается ошибочное решение, дети убегают, а „дедушка и внучата” стараются их поймать. Но нельзя перебежать за черту, которая была проведена в начале игры.

После показа 1-2 загадок выбираются новые „дедушка с внучатами”.

Игра 49. „Ну-ка, отгадай!”

Цель игры. Развитие мышления и речи.

Процедура игры. Группа детей делится на две подгруппы. Первая подгруппа тайно от второй задумывает какой-либо предмет. Вторая подгруппа должна отгадать предмет, задавая вопросы. На эти вопросы первая подгруппа имеет право отвечать только „да” или „нет”.

Дети из первой подгруппы встают по прямой линии друг за другом. Напротив них встают дети из второй подгруппы. Сначала задает вопрос ребенок из второй подгруппы: „Оно живое?” Первый ребенок из первой подгруппы отвечает: „Да”. Затем задает вопрос второй ребенок из второй подгруппы: „Я его видел?” Второй ребенок из первой подгруппы отвечает: „Да” и т. д.

После угадывания предмета подгруппы меняются ролями.

Замечания по игре:

1. Предлагайте детям вопросы, отражающие операции синтеза и классификации: „Оно живое (или мертвое)?”; „Оно находится в доме?”; „Оно находится на улице?”; „Это животное?”; „Это — человек?” и т. п.

2. Если в течение 8-10 минут предмет не угадан, целесообразно его называть, чтобы ребята не заскучали.

3. Ребятам из первой подгруппы рекомендуется загадывать известные всем предметы.

ДЕНЬ 27. Игра 50. „Картинки-загадки”

Цель игры. Развитие мышления и речи.

Процедура игры. Из группы детей выбирается один водящий, остальные — садятся на стулья, они должны отгадывать.

Учитель имеет большую коробку, в которой лежат маленькие картинки с изображением различных предметов (можно использовать картинки от детского лото).

Водящий подходит к учителю и берет одну из картинок. Не показывая ее остальным детям, он описывает предмет, нарисованный на ней. Дети из групп предлагают свои версии.

Следующим водящим становится тот, кто первый отгадал правильный ответ.

Игра 51. „Парные картинки” (25 мин.)

Цель игры. Развитие мыслительных операций анализа и синтеза (сопоставления).

Процедура игры. Используются картинки из 2-х наборов детских лото. Группа детей делится пополам. Каждый ребенок получает по четыре картинки. Дети из первой группы по очереди описывают предмет, нарисованный на одной из имеющихся у них картинок, не показывая их. Тот ребенок, у которого, по его мнению, есть эта картинка, показывает ее. Если ответ правильный, обе картинки откладываются в сторону (в общую коробку, например). Если ответ неправильный, первый ребенок повторяет свое описание, сделав его более подробным и детализированным.

После того, как все дети из первой группы описали по одной картинке, роли меняются. Теперь дети из второй группы также по очереди описывают свои картинки, а дети из первой группы отгадывают их.

В целом происходят 4 смены ролей, соответственно четырем карточкам, имеющимся у каждого ребенка.

ДЕНЬ 28. Игра 52. „Парные картинки” (25 мин.)

Цель игры. Развитие мыслительных операций анализа и сравнения (сопоставления).

Процедура игры. Используются картинки из 2-х наборов детских лото. Группа детей делится пополам. Каждый ребенок получает по четыре картинки. Дети из первой группы по очереди описывают предмет, нарисованный на одной из имеющихся у них картинок, не показывая их. Тот ребенок, у которого, по его мнению, есть эта картинка, показывает ее. Если ответ правильный, обе картинки откладываются в сторону (в общую коробку, например). Если ответ неправильный, первый ребенок повторяет свое описание, сделав его более подробным и детализированным.

После того, как все дети из первой группы описали по одной картинке, роли меняются. Теперь дети из второй группы также по очереди описывают свои картинки, а дети из первой группы отгадывают их.

В целом происходят 4 смены ролей, соответственно четырем карточкам, имеющимся у каждого ребенка.

ДЕНЬ 28. Игра 53. „Определим игрушку” (1 вариант) (25 мин.)

Цель игры. Развитие смысловой памяти и мышления.

Процедура игры. Каждый ребенок приносит на игру какую-либо иг-

рушку. Из группы выбирается один водящий. На 3-5 минут он выходит за дверь. В его отсутствие учитель с ребятами придумывает какую-либо историю, в которой главным персонажем выступает одна из принесенных игрушек.

Все игрушки, в том числе и игрушка — игровой персонаж, расставлены на столах или стульях. Приглашается входящий ребенок. Ребята из группы поочередно рассказывают ему придуманную историю, не называя главного персонажа, а замещая его название местоимением „он” или „она”. История рассказывается в течение 3-5 минут. Ведущий должен показать игрушку, являющуюся главным персонажем рассказанной истории.

Если угадывание произошло правильно, выбирается другой водящий и игра повторяется. Если ответ неправильный, ребята дополняют рассказанную историю так, чтобы помочь водящему новыми деталями, не называя при этом задуманную игрушку.

Игра 54. „Определи игрушку” (2 вариант) (25 минут.)

Цель игры. Развитие восприятия, наблюдательности и мышления.

Процедура игры. Выбирается один водящий, который выходит на 2-3 минуты из комнаты. В его отсутствие из детей выбирается тот, кто будет загадывать „загадку”. Этот ребенок должен жестами и мимикой показать, какую игрушку он задумал. Например, задумана игрушка „зайка”. Ребенок прыгает, „грызет морковку” и т. д. Водящий должен отгадать игрушку, выбрать ее, взять в руки и громко назвать. Остальные дети хором говорят: „Правильно!” или „Неправильно!”

Если ответ правильный, выбирается другой водящий и другой ребенок, который будет загадывать „загадку”. Если ответ неправильный, показать „загадку” предлагается другому ребенку, и так до тех пор, пока не будет получен правильный ответ.

ДЕНЬ 29. Игра 55. „Лишняя игрушка” (25 мин.)

Цель игры. Развитие смысловых операций анализа, синтеза и классификации.

Процедура игры. Дети приносят с собой игрушки из дома. Группа ребят делится на две подгруппы. Первая подгруппа на 2-3 минуты выходит из комнаты. Вторая подгруппа отбирает 3 игрушки из тех, что принесены. При этом две игрушки должны быть „из одного класса”, а третья — из другого. Например, с куклой и зайчиком кладут мячик.

Входит первая группа и, посоветовавшись, берет „лишнюю игрушку” —

ту, которая, по их мнению, „не подходит“. Так, в данном примере „лишняя игрушка“ — это мячик (кукла и зайка — живые, а мячик — нет).

Если ребята легко справляются с тремя игрушками, их число можно увеличить до 4-5, но не более 7-ми. Кроме этого, игрушки можно заменить картинками из детского лото (тогда игра будет называться „лишняя картинка“).

Игра 56. „Перечисли предметы“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие восприятия, наблюдательности и смысловой памяти.

Процедура игры. Из группы детей выбирается один водящий. Он выходит из комнаты на 2 минуты. В это время на стол в комнате кладутся 7 предметов и задумывается ситуация. Например, дети задумывают ситуацию „Я иду гулять“, тогда на столе должны лежать 7 предметов из одежды.

Приглашается водящий, ему рассказывается ситуация и разрешается в течение 1-2 минут осмотреть стол. Затем он поворачивается к столу спиной, а лицом к группе детей и начинает перечислять вещи на столе. После каждого правильного ответа группа говорит: „Правильно!“, после неправильного — „Неправильно!“ Если водящий перечислил не все предметы, группа говорит, какие предметы он забыл.

ДЕНЬ 30. Игра 57. „Сочини предложение“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие мышления и фантазии.

Процедура игры. Учитель предлагает группе 2 карточки из детского лото, на которых изображены предметы. Группа садится полукругом и по очереди каждый ребенок придумывает предложение, которое содержит названия двух задуманных предметов.

Затем показываются два других предмета, и снова по кругу дети придумывают новые предложения.

Замечания к игре:

1. Стимулируйте у детей стремление к составлению нестандартных, оригинальных предложений.

2. Если дети легко справляются с придумыванием предложений по двум заданным словам, в следующий раз предложите им 3 слова для составления предложений.

Игра 58. „Противоположность“ (25 мин.)

Цели игры. Развитие мышления и речи.

Процедура игры. Ведущий показывает группе детей одну картинку. Задача игры состоит в том, чтобы назвать слово, обозначающее противоположный предмет. Например, ведущий показывает предмет „чашка“. Дети могут назвать следующие предметы: „доска“ (чашка выпуклая, а доска прямая), „солнце“ (чашку делает человек, а солнце — это часть естественной природы); „вода“ (вода — это наполнитель, а чашка — это форма) и т. д.

Каждый ребенок по очереди предлагает своей ответ и обязательно объясняет, почему он выбрал именно такой предмет.

ДЕНЬ 31. Игра 59. „Определения“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие мыслительных ассоциативных связей.

Процедура игры. Ведущий показывает одну карточку, на которой нарисован предмет. Задача игры состоит в том, чтобы придумать слово, находящееся между двух задуманных предметов и служащее как бы „переходным мостиком“ между ними.

Каждый работник отвечает по очереди. Ответ должен быть обязательно обоснован.

Например, дается два слова: „гусь“ и „дерево“. „Переходными мостиками“ могут быть следующие слова: „лететь“ (гусь взлетел на дерево), „вырезать“ (из дерева вырезали гуся), „спрятаться“ (гусь спрятался за дерево) и т. п.

ДЕНЬ 32. Игра 60. „Придумай загадку“ (25 мин.)

Цель игры. Развитие речи и мышления.

Процедура игры. Из группы детей выбирается водящий. В его задачу входит придумать загадку. Группа должна эту загадку отгадать. Далее другой ребенок придумывает загадку и т. д.

Дети 6-ти лет любят придумывать загадки, игра проходит оживленно.

Игра 61. „Пословицы“ (25 мин.)

Процедура игры. Учитель предлагает простые пословицы. Дети должны определить свое объяснение смысла пословиц.

Спрашивать необходимо по очереди. Например, пословицу „Тише едешь — дальше будешь“ дети интерпретируют так: „Надо ехать тихо, тогда быстрее приедешь“, „Это значит — нельзя спешить“. А иногда объяснение одной пословицы представляет собой другую: „Семь раз отмерь, один отрежь“.

Пословицы:

1. „Дело мастера боится”.
2. „Всякий мастер на свой лад”.
3. „На все руки мастер”.
4. „Портной испортит — утюг загладит”.
5. „Картошка поспела — берись за дело”.
6. „Без труда и в саду нет плода”.
7. „Каков уход, таков и плод”.
8. „Больше дела — меньше слов”.
9. „Всякий человек у дела познается”.
10. „Горе есть — горюй, дело есть — работай”.
11. „Без дисциплины жить — добру не быть”.
12. „Заработанный хлеб сладок”.
13. „У кого сноровка, тот и действует ловко”.
14. „Без начала и без конца”.
15. „Без порядка толка нет”.
16. „Без работы пряников не купишь”.
17. „Глаза боятся — руки делают”.
18. „Чтоб не ошибиться, не надо торопиться”.
19. „Без труда нет добра”.
20. „Труд — лучшее лекарство”.
21. „Терпение и труд все перетрут”.
22. „Будешь книги читать — будешь все знать”.
23. „Дом без книги, что без окон”.
24. „Хлеб питает тело, а книга питает разум”.
25. „Где ученье — там уменье”.
26. „Ученье и труд вместе живут”.
27. „Ученье — свет, а неученье — тьма”.
28. „Почитай учителя, как родителя”.

Глава 7.

**РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ
И СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Обучение в нашей школе направлено на передачу детям определенного объема знаний и навыков. Практически не решается задача развития мышления и личности ребят, создания условий для активизации их творческого отношения к учению. Однако известно, что знания быстро устаревают, под воздействием научно-технического прогресса происходит частая смена различных видов труда. В результате усвоенное в школе уже в первые месяцы работы на производстве и на начальных курсах института молодому человеку по большей части становится просто не нужным.

Кроме этого, в процессе деятельности учащихся по усвоению готовых знаний и воспроизведению заданных действий у них закрепляются лишь репродуктивное мышление и память. Школьники привыкают к исполнительской деятельности „приказано — выполняй”. Не создается условий для развития продуктивного мышления и инициативной, социально-активной личности детей.

Необходимо отметить также и тот факт, что традиционная классно-урочная организация обучения в школе несет на себе печать монотонности и однообразия. Ежедневно на уроках повторяется одно и то же: проверка домашнего задания, опрос, контрольные работы, объяснение нового учебного материала и т. д. Монотонность обучения является одной из основных причин снижения мотивации к учению у школьников.

Размышляя таким образом, мы приходим к выводу: необходимо оживить и разнообразить школьную жизнь детей, внедрить нетрадиционные и активные методы обучения (развивающие игры, интеллектуальные турниры, дискуссии, проблемные семинары, конференции). В подглаве 7.1 мы предлагаем комплекс развивающих интеллектуальных игр, которые могли быть использованы в средних и старших классах общеобразовательных школ. В следующей подглавке 7.2 будет описан цикл игровых занятий, развивающих личность школьников, создающих условия психологической помощи учащимся старших классов в выборе будущей профессии¹.

¹ Развивающие и психокоррекционные игры для дошкольников и младших школьников описаны в кн.: Чистякова М. И. Психогимнастика. — М.: Педагогика, 1990; Богуславская З. М., Смирнова Е. О. Развивающие игры для детей младшего школьного возраста. — М.: Просвещение, 1991.

7.1. Игры для развития мышления учащихся

В данной подглаве представлены комплекс интеллектуальных игр, которые могут быть полезными для подростков и старшекласников, испытывающих трудности в учении: понимании и осмыслении нового материала, его запоминании, усвоении и обобщении, установлении связей между понятиями, выражении собственных мыслей и речи¹. Применение интеллектуальных игр может помочь также в следующих случаях:

- а) для снятия усталости учащихся и „разрядки” на уроке;
- б) для активизации учебной работы в классе, повышении активности и инициативы учащихся;
- в) для развития личностной свободы и раскованности ребят, особенно невротизированных, слабых и неуверенных в себе;
- г) для улучшения взаимоотношений учителя с классом после конфликта;
- д) для укрепления взаимоотношений ребят друг с другом, развития дружбы и взаимопомощи в классе.

Организация игр в средних классах. Если игровые упражнения организуются для „разрядки” в течение урока, то участвует весь класс: длительность игры — 5-7 минут: в одном игровом эпизоде могут быть использованы 1-2 игровых упражнения из предлагаемого комплекса.

Если учитель организует специальное игровое занятие для слабых учащихся, то полезно подобрать группу из 5-12 школьников: длительность занятия в этом случае — 30-45 минут: на таком „игровом уроке” могут быть применены в среднем 5-7 игр. Частота игровых занятий — 1-2 раза в неделю. Одна и та же игра может быть „прокручена” несколько раз на разном материале (в нашей книге дается четыре варианта практически для каждой игры).

Нами замечено, что слабые учащиеся, особенно подростки, на первых занятиях быстро устают от интеллектуальных игр. Уже после 2-3 игровых упражнений они становятся безразличными, начинают проявлять апатию, пассивность. Желательно разнообразить интеллектуальный тренинг и проводить его попеременно с групповыми психокоррекционными играми. Большой популярностью у подростков пользуются такие игры, как „Таможня” (упражнение № 67), „Отгадай” (упражнение № 69), „Кто как поведет?” (упражнение № 70).

Со старшекласниками игровые занятия рекомендуется проводить по следующим схемам.

Схема 1. Группа учащихся разбивается на три команды: первая и вторая — это команды-конкуренты, третья команда — „арбитры”. В командах-конкурентах численность участников составляет по 5-7 человек, в

¹ В основу положены игры, разработанные Е. А. Занкой. См.: Занка Е. В. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся // Вопросы психологии. — 1990. — № 6. — С. 86-92.

команде „арбитров” — 3-5 человек. Получив от учителя игровое задание, первые две команды начинают его решать. В то время, когда первые команды заняты подготовкой решения, „арбитры” обсуждают критерии оценки, выбирают систему оценивания (отметим, что самая удобная — шестибалльная система).

Команды-конкуренты и „арбитры” работают в разных помещениях, например, в соседних классах. Важно, чтобы они не знали, о чем говорят в другой команде. Через некоторое время, правда, Вы заметите, что возникает „интеллектуальный шпионаж” — подкрадывания и подслушивания обсуждений у противоположной команды. Тогда Вы фиксируете правило: за „интеллектуальный шпионаж” команда платит „штраф” — 1 балл. За выплатой „штрафов” следят „арбитры”.

После того как обе команды-конкуренты готовы, выслушивается сначала решение первой команды, затем — второй. „Арбитры” оценивают решение каждой команды. При этом, если команды не согласны с оценкой „арбитров”, они имеют право опротестовать ее, обосновав свое несогласие.

В конце игрового занятия подсчитывается количество баллов, устанавливается команда-победитель. В итоговой оценке отражаются „штрафы”, полученные командами за „интеллектуальный шпионаж”, а также протесты участников, если они имели место.

Такие „интеллектуальные турниры” могут продолжаться в течение учебного года в одном классе или между классами. Они могут быть организованы между десятиклассниками и выпускниками, „двоечниками” и „отличниками”, юношами и девушками.

Схема 2. Составляется группа из слабых учащихся (5-7 человек). Игровое занятие имеет длительность 45 минут и разбивается на два этапа. На первом этапе в течение 20 минут проводятся 2-3 игры или „крутится” одна игра в разных вариантах.

Затем начинается второй этап — „общее обсуждение”, которое проводится в течение 25 минут. На данном этапе учитель вместе с ребятами анализирует свои собственные действия и решения, оценивают успешность игры, вспоминают наиболее интересные и живые игровые моменты. Организация второго этапа игры позволяет осмыслить полученный интеллектуальный опыт, выявить и закрепить эффективные способы мыслительной деятельности.

На „общем обсуждении” очень полезно показать различия в стиле мышления ребят. Так, один ученик склонен к четкому, строго логизированному мышлению, другой — эвристичен, непредсказуем и эмоционален, третий — медленно, но глубоко мыслит, четвертый — мгновенно схватывает, но думает поверхностно и торопливо, пятый — выделяет суть, шестой — утончает в деталях, седьмой — самостоятелен: восьмой — повторяет чужое мнение и т.п. Важно организовать взаимообмен разными стилями мышления, различными способами умственных действий, подхо-

дами к решению игровой задачи, за счет чего расширяется интеллектуальный диапазон каждого участника, укрепляются сильные стороны его мышления и выравниваются слабые. Через сопоставление с другими участниками игры ученик начинает лучше понимать самого себя, адекватно оценивать собственные интеллектуальные ресурсы.

Если Вы решили организовать интеллектуальные игры в своем классе, примите от нас несколько советов.

1. Все ответы ребят, даже самые неожиданные, непривычные и странные, есть ответы „правильные”. Вообще, на игре не существует „правильных” или „неправильных” ответов, хорошо то, что оригинально и нестандартно.

2. Поддерживайте у учащихся стремление к поиску новых и эвристичных ответов.

3. На игровых занятиях обязательно давайте эмоциональные подкрепления: „Молодцы!”, „Как у нас хорошо получается!”, „Умница, Катя!”, „Оригинальный ответ, Сережа!”, „Ничего, у тебя все получится!”, „Смотри, как нам интересно, давай, подключайся к нашей игре”.

4. Атмосфера в игровой группе должна быть эмоционально положительной. Учащиеся и Вы наслаждаетесь игрой. Вам хорошо, весело. Итак, за игру!

Упражнение 76 „Три слова”

Берутся наугад три слова, не связанные между собой по смыслу. Необходимо составить как можно больше предложений, включающих предлагаемые слова. Можно менять падежи, дополнять предложение другими словами.

I вариант: „озеро”, „медведь”, „карандаш”.

II вариант: „улица”, „книга”, „фартук”.

III вариант: „мяч”, „небо”, „цветок”.

IV вариант: „очки”, „сумка”, „велосипед”.

Например, по варианту I традиционное предложение может быть таким: „медведь опустил в озеро карандаш”. Оригинальный ответ: „Мальчик взял в руки карандаш и нарисовал медведя, купающегося в озере”.

Игру можно усложнить, если предложения стремя предлагаемыми словами будут составляться так, чтобы они образовали небольшой коллективный рассказ. По очереди ребята называют свои фразы, учитывая требование „держать” в уме общий замысел группового рассказа. При этом в каждом из предложений разрешается использовать не все три заданных слова, а два из них. Например, по варианту II группой участников может быть придуман следующий рассказ: „Девочка шла по улице и несла книгу, завернутую в фартук. Вдруг книга упала, фартук испачкался, а девочка заплакала. На улице было много народа, девочка вытерла слезы, под-

няла книгу и снова завернула ее в фартук. Она пришла с улицы домой, выстирала фартук, почистила книгу”¹.

Упражнение 77. „Поиск общего”

Даются два случайно выбранных слова. Необходимо назвать для них как можно больше общих признаков. Стандартные ответы заключаются в себе указание на внешние характеристики вещей. Оригинальные ответы являются результатом анализа существующих признаков.

Вариант I: „тарелка”, „лодка”.

Вариант II: „дерево”, „дом”.

Вариант III: „солнце”, „рубашка”.

Вариант IV: „самолет”, „ложка”.

Примеры нестандартных ответов по варианту I: „Лодка и тарелка имеют углубление”: „В лодку и тарелку можно налить жидкость”. Пример оригинальных ответов: „Лодка и тарелка — изделия человеческих рук”: „Лодка и тарелка могут держаться на поверхности воды”.

Упражнение 78. „Исключение лишнего слова”

Предлагаются три слова, выбранных наугад. Необходимо составить два слова, для которых можно выделить общий признак. „Лишнее” слово надо исключить. Следует найти как можно больше вариантов исключения „лишнего” слова.

Вариант I: „собака”, „помидор”, „солнце”.

Вариант II: „вода”, „ветер”, „стекло”.

Вариант III: „машина”, „лошадь”, „заяц”.

Вариант IV: „стул”, „пень”, „квартира”.

Пример традиционного ответа по варианту II. „Вода и стекло — прозрачные, поэтому следует исключить ветер”. Пример оригинального ответа: „Вода и ветер — предметы, обладающие внутренней способностью к движению, поэтому следует исключить стекло, поскольку оно статично”. Относительно каждого варианта необходимо получить 4-5 и более ответов.

Для старшеклассников игру можно усложнить. Ответы различных участников или команд могут быть конкурирующими, составляющими логическую оппозицию. Например, если по варианту II в первом ответе объединены слова „вода” и „стекло” по признаку прозрачности, то второй ответ должен быть построен так, чтобы обязательно разъединить эти два слова. Так, он может быть следующим: „ветер” и „стекло” объединены по признаку ситуации („ветер бьет в стекло дома”), а „вода” исключается.

¹ Большинство ответов приведены из игр, организованных нами с подростками и старшеклассниками.

Конкурирующий ответ может быть также другим: объединены „вода” и „ветер” и исключено слово „стекло” (по признаку „природное” — „искусственное”).

За счет такой модификации игры активизируется соревнование между отдельными участниками или командами, которое оживляет игру и создает условия для интенсивного развития взаимоотношений ребят.

Упражнение 79. „Поиск аналогов”

Называется какой-нибудь предмет. Необходимо найти как можно больше предметов, сходных с ним по различным признакам (внешним и существенным). Можно систематизировать признаки на основе общего применения: материала, из которого изготовлены предметы: отнесения предметов к одному классу и т. п.

Вариант I: „вертолет”.

Вариант II: „кукла”.

Вариант III: „земля”.

Вариант IV: „арбуз”.

Пример по варианту II. „кукла” — „погремушка”, „плюшевый мишка” (игрушки); „кукла” — чашка”, „тарелка” (фарфор); „кукла” — „телефон”, „футляр” (пластмасса).

Для развития речи школьников полезно предложить им описать названные предметы или придумать маленькие рассказы, в которых эти предметы будут задействованы в „главных ролях”.

Упражнение 80. „Поиск противоположных предметов”.

Предлагается слово, обозначающее предмет. Необходимо назвать как можно больше предметов, противоположных первому — по назначению: внешнему виду: существенным признакам: материалу, из которого изготовлен предмет.

Вариант I: „дом”.

Вариант II: „человек”.

Вариант III: „полено”.

Вариант IV: „страна”.

Например, по варианту II к слову „человек” подбираются такие слова, как „животное” (противоположность по уровню интеллектуального развития), „камень” (противоположность по критерию „живой — неживой” природы), „ребенок” (противоположность по возрасту) и др.

Ответы учеников или команд должны быть обязательно дополнены обоснованием и аргументацией, почему они отвечают так, а не иначе. Например, в первом случае к слову „человек” подобрано слово „животное”. Попросите ребят объяснить, на основе каких логических оснований можно фиксировать противоположность этих слов. Если называется только

одно обоснование, спросите, нельзя ли найти еще какой-либо аргумент. Так, связку противоположностей „человек” — „животное” можно обосновать также следующим образом: „Человек говорит, пользуясь развитой речью, а животное — нет”: „Человек создает искусственную среду обитания, а животное живет в соединении с естественной природой”: „Человек начинает осваивать космос, а животное тесно связано с землей” и т. п.

Упражнение 81. „Поиск предметов по заданным признакам”

Задается определенный признак, необходимо подобрать как можно больше предметов, обладающих заданным признаком.

Следует начать с признака, отражающего внешнюю форму предмета. Например, признак „круглый”, „прозрачный” и другие, а затем перейти к признакам, отражающим назначение предметов, реализуемое движение, отношение и т. п.

Признак внешней формы	Признак назначения предметов	Признак движения
Вариант I: „круглый”	„пища”	„поднимание тяжести”
Вариант II. „прозрачный”	„транспорт”	„передвижение”
Вариант III: „жесткий”	„инструмент для физического труда”	„закрывать что-либо”
Вариант IV: „горячий”	„усиление звука”	„выключить что-либо”

Например, к признаку, отражающему внешнюю форму, могут быть подобраны следующие слова: по варианту III: „жесткий” — дерево, металл, характер, ритм и т. п. К признаку назначения предметов: „инструменты для физического труда” — топор, молоток, лопата, рубанок и др.

Если Вы как руководитель игры замечаете, что ребята подбирают неправильные ответы, сразу зафиксируйте ошибку, чтобы игра не стала стихийной, когда участники называют любые случайные слова и почти не размышляют. Если игра организуется с подростками, „судьей” в игре станете Вы сами. В командной игре со старшеклассниками ошибки фиксируют „арбитры”.

Упражнение 82. „Поиск соединительных звеньев”

В качестве игрового задания предлагается два предмета, не связанных между собой. Необходимо назвать 2-3 предмета, находящихся между первым и вторым и составляющим как бы „переходный мостик” между ними. „Переходные” предметы должны быть связаны между собой и заданными словами логическими связями. Если таковые не являются очевидными, участники должны специально обосновать наличие такой связи.

Вариант I: „лопата”, „автомобиль”.

Вариант II: „шкаф”, „завод”.

Вариант III: „ножницы”, „трава”.

Вариант IV: „котенок”, „озеро”.

Например, по варианту II могут быть следующие ответы: „шкаф” — „пиджак” (висит в шкафу) — „человек” (носит пиджак) — „завод” (человек ходит работать на завод в пиджаке); „шкаф” — „дерево” (материал для шкафа) — „болты” (необходимы для сборки шкафа) — „завод” (на нем сделаны болты); „шкаф” — „рабочая спецовка” (висит в шкафу) — „цех” (в цеху в шкафу висят рабочие спецовки) — „завод” (цех находится на заводе).

Игру можно усложнить, предлагая задание составить логическую цепочку из слов не „спереди-назад”, а „сзади-наперед”. Например, по варианту I: „автомобиль — лопата”.

Можно попробовать также новую организацию групповой работы. Предлагаем Вам следующую схему занятия. Учитель называет первое слово, например, по варианту I — „лопата”. Первый ученик ищет второе слово, логически не связанное с первым словом. Затем второй школьник называет третье слово, не связанное со вторым словом, но все же двигаясь в направлении к конечному слову „автомобиль”. Третий участник высказывает четвертое слово, логически не связанное с третьим словом, но ориентируясь на то, чтобы цепочку слов закончить конечным словом „автомобиль”. И, наконец, четвертый участник называет слово, непосредственно связанное со словом „автомобиль”. Пятому участнику ничего не остается, как назвать последнее слово „автомобиль”.

В такой игре количество „шагов” не нормируется, длительность словесной цепочки зависит оттого, насколько быстро сами ребята будут двигаться по направлению к последнему слову. Это движение может быть быстрым и состоять из трех слов, но может быть медленным и содержать десять и более „переходных” слов.

Упражнение 83. „Способы применения предмета”

Задается какой-нибудь предмет, необходимо назвать как можно больше способов его применения. Причем, можно называть способы, взятые из реальной жизни и способы придуманные, фантастические. В последнем

случае, однако, следует обязательно сформулировать обоснование к предлагаемому способу применения.

Вариант I: „книга”.

Вариант II: „автомобиль”.

Вариант III: „помидор”.

Вариант IV: „дождь”.

Например, по варианту III могут быть названы способы из реальной жизни; помидор можно скушать; сделать из него салат; добавить в борщ; сделать из него томатный сок; положить растительную маску из помидора на лицо и пр. Из фантастических способов можно назвать: „Из огромного помидора можно сделать жилище”; „Выжать помидор и сварить из сока красную краску”; „Засушить помидор и сделать шляпу”.

Можно предложить игрокам описать ситуацию, возникающую при реализации фантастического способа применения заданного предмета: как можно жить в жилище из помидора, как прорубить окно, какую мебель поставить внутри комнаты и пр.

Упражнение 84. „Поиск определений”

Называется какой-либо предмет. Участники игры должны придумать к нему определение, включающее существенные признаки. Несущественные признаки предмета называть запрещается.

Вариант I: „дырка”.

Вариант II: „ветер”.

Вариант III: „глаза”.

Вариант IV: „характер”.

Например, по варианту IV ответ может быть следующим: „Характер отражает индивидуальные и психологические особенности человека”.

Не обязательно, чтобы участник назвал сразу полное определение предмета, можно составить коллективный ответ из двух или нескольких определений. Правильное определение может придумать школьник в тот момент, когда он услышит „неправильное” от своего партнера по игре (по механизму логической оппозиции).

Со старшеклассниками игру можно разнообразить, если предмет задается для одной команды в отсутствие другой. Цель игры в этом случае состоит в том, чтобы по определению, составленному первой командой, вторая команда отгадала задуманный предмет. В ходе игры, когда вторая команда предлагает обоснованные ответы, первая должна аргументированно отказать от ошибочных и случайных решений. Если будут обсуждены все варианты решений, а правильное так и не будет найдено отказываться от ошибочных и случайных решений. Если будут обсуждены все варианты решений, а правильное так и не будет найдено, первая группа

должна назвать задуманный предмет и обосновать, почему не было получено правильных ответов от второй команды.

Упражнение 85. „Выражение мысли другими словами”

Задается несложная фраза. Необходимо предложить несколько вариантов предложений, в которых заложенная в первоначальной фразе мысль будет передана при помощи других слов.

Вариант I. „Нынешнее лето будет теплым”.

Вариант II. „Девочка гуляет по улице”.

Вариант III. „Я прочитал интересную книгу”.

Вариант IV. „Ракета улетела далеко от Земли”.

Например, по варианту I: „В самые длинные каникулы каждый день будет жарким”.

Игру можно совместить с игрой в мяч. Ребята встают в круг и, перебрасывая мяч друг другу с указанием имени партнера, называют фразы. Например, Слава кидает мяч Сереже и говорит: „Сережа! Нынешнее лето будет теплым!” (первая фраза по варианту I). Сережа ловит мяч, обдумывает ответ и кидает мячик Свете: Света! В самые длинные каникулы каждый день будет жарким!”. Света ловит мяч, придумывает следующую фразу и кидает мячик Толе и т.п. Поддача осуществляется не по кругу, а в случайном порядке — ребята кидают мяч тому из партнеров, кому им хочется. Получивший мяч довольно неожиданно попадает в проблемную ситуацию, он должен быстро придумать ответ и перебросить мяч другому партнеру.

В игру могут быть введены элементы психокоррекции, если вместе с переброской мяча будут обыграны следующие фразы:

Вариант I: „Мама поругала сына за двойку”.

Вариант II: „Я рассердился на свою младшую сестренку”.

Вариант III: „Ученица опоздала в школу”.

Вариант IV: „Я очень боюсь темноты”.

Например, когда фраза по варианту IV „Я очень боюсь темноты” перебрасывается в разных вариантах вместе с мячом, и участники повторяют ее другими словами, используя другие слова, „размывается” исключительность ситуации: все присутствующие тоже как бы „не выходят вечером гулять”, любят утро и не любят вечер”. Тот участник, который действительно боится темноты, пусть это и проявляется в игре, в символических условиях. Разрывается связь „ребенок — страх”, опасения и тревоги участника становятся предметом общей коллективной игры и высказываются открыто, вслух, легко и с улыбкой.

Упражнение 86. „Ситуация”

Задается определенная ситуация, участники игры должны придумать причины ее возникновения, а также развить ситуацию дальше, чтобы показать ее последствия.

Вариант I: „Вернувшись из магазина, ты обнаружил, что дверь твоей квартиры распахнута...”

Вариант II: „Когда Гена шел по темному лесу, вдруг впереди он увидел яркий свет...”

Вариант III: „Я проснулся среди ночи и заметил какое-то существо в углу комнаты...”

Вариант IV: „Лена позвонила подруге, но по телефону ей ответил незнакомый грубый голос...”

Например, по варианту II могут быть придуманы следующие причины: „На лесную поляну села летающая тарелка”, „Впереди в лесу был пожар”, „В лесу горел костер”, „Впереди всходило солнце” и др.

Если Вы поставили в игре не только цели развития мышления ребят, но и воспитания их характера, предлагаем Вам следующие ситуации.

Вариант I: „Катя не успела выучить домашнее задание”.

Вариант II: „Стас прогулял урок”.

Вариант III: „Коля взял магнитофон своего друга без разрешения”.

Вариант IV: „Леша пришел домой в 12 часов ночи”.

Причины, выявленные ребятами помогут Вам лучше понять их некоторые поступки: почему они не учат уроки, прогуливают школу, берут чужие вещи, приходят поздно домой и др. В тех игровых моментах, когда школьники анализируют последствия развития заданных ситуаций, Вы можете сделать акцент на том, как реагируют другие люди на те или иные поступки ребят. Так, покажите им причины, почему учитель сердится, когда подросток или юноша поздно приходит домой с прогулки и пр. Такие ненавязчивые обсуждения в игровой ситуации помогут Вам показать участникам, что необходимо предвидеть последствия своих и в своем поведении следует соотноситься помогут Вам показать участникам, что необходимо предвидеть последствия своих поступков и в своем поведении следует соотноситься с реакцией окружающих людей.

Упражнение 87. „Заглавие”

Приготовьте небольшой рассказ объемом 10-12 предложений¹. Прочитайте рассказ в группе и попросите участников игры придумать к нему заглавие так, чтобы в нем была отражена основная идея, передаваемая в

¹ В упражнениях 85 и 86 мы не предлагаем готовых текстов для рассказов, поскольку их без труда Вы можете взять из любых литературных произведений или газет.

тексте. Стимулируйте поиск названий, в среднем к одному рассказу их должно быть найдено 5-7.

Со старшеклассниками игру можно усложнить. Предложите первой команде придумать маленький рассказ. Вторая команда формулирует к нему 5-7 названий. Затем команды меняются местами: рассказ придумывает вторая команда, а первая осуществляет поиск названия к нему.

Упражнение 88. „Сокращение”

Зачитывается короткий рассказ объемом 12-15 предложений. Участники игры должны передать его содержание „своими словами”, используя 2-3 фразы. Необходимо отбросить мелочи, детали и сохранить самое существенное. К одному рассказу может быть придумано 3-5 сокращенных вариантов. Не разрешается допускать искажения смысла рассказа. За „чистотой” игры должны следить либо учитель, либо команда „арбитров”. Каждый раз, когда такие искажения происходят в командной игре, ребята платят штрафные баллы (1 балл за одно искажение).

7.2. Игры для развития личности учащихся

Первая команда, жизненно важная проблема, с которой сталкиваются учащиеся средних и особенно старших классов, — это проблема выбора будущей профессии. Нет необходимости специально доказывать, насколько важно для молодого человека правильно определить свое место в жизни. От включения юноши в профессиональное сообщество людей, близких по духу, образу жизни и ценностным ориентациям, зависят его психическое и физическое здоровье, продолжительность жизни, удовлетворенность собой и работой, выбор супруги, материальное благосостояние и многое другое.

Значимость проблемы выбора будущей профессии школьники начинают осознавать уже с 14-15 лет. Особенно обеспокоены этой проблемой старшеклассники. По нашим наблюдениям, среди них более 48 % выбирают профессию под влиянием эмоций („нравится — не нравится”) и, не оценивая своих возможностей; внутреннюю неуверенность и неопределенность ситуации отмечают до 35 % юношей и девушек. Подавляющее большинство молодых людей в этот ответственный период испытывают довольно болезненное и противоречивое внутреннее состояние: „Я должен и обязан определиться, чем я буду заниматься после окончания школы” и „Я не знаю, какое занятие мне выбрать, потому что мне нравятся много разных профессий” или „Мне не нравится ни одна профессия”. Разрыв между чувством долга и неготовностью к принятию решения, переживаемый выпускниками школ, говорит о том, что они попадают в острую проблемную ситуацию.

Хорошо это или плохо? Традиционно считалось, что это плохо и необ-

ходимо создать определенные условия для того, чтобы этого не случилось (например, предлагалось организовывать профориентационную работу чуть ли не с детского садика).

Позволим себе утверждать обратное: это и хорошо и более того — это естественно. А хорошо это потому, что жизненные проблемы развивают человека, делают его умнее, выносливее и создают реальную возможность насладиться своим существованием. Конечно, при условии, если он действительно решает свои проблемы, проживает их, изменяется и открывает в самом себе неиспользованные интеллектуальные и личностные резервы.

Именно в этот момент важно показать молодому человеку путь духовного саморазвития. От того, как он решит свою первую жизненную проблему, зависит его дальнейшая жизненная стратегия: будет ли он ориентироваться на социальные нормы или действовать в соответствии со своим желанием, будут ли его привлекать материальные ценности или он будет стремиться реализовать прежде всего свой духовный потенциал, сможет ли он, наконец, действительно РЕШАТЬ ПРОБЛЕМУ или просто избавляться от нее, действуя „как все” и захватывая в свое жизненное пространство любой случайный „вариант”.

Мы предлагаем программу игровых занятий, способствующих развитию личности учащихся старших классов и построенных с целью оказания им психологической помощи в выборе будущей профессии¹. Играм „в профессию” можно посвятить несколько классных часов в течение учебного года, предшествующего выпускному классу, т. е. в 10 классе. Данное требование является важным, поскольку в 11 классе ребята должны быть уверены в своих намерениях с тем, чтобы успеть позаниматься на подготовительных курсах или с репетиторами — если они идут в вуз, выбрать место работы — если они планируют найти на производство.

Наличие „запасного года” необходимо еще и потому, что в ходе участия в игровых занятиях многие ученики начинают серьезно относиться к собственному профессиональному самоопределению, отказываются от первоначального, часто случайного выбора и организуют „поиск себя и своей профессии”. Этот сложный процесс личностного роста не терпит торопливости и суеты, необходимо время для „созревания” глубинных потенций и возможностей, обретения внутренней свободы и устойчивой веры в самого себя.

В начале своей „взрослой” жизни найти „самого себя” должен каждый молодой человек, обрести жизненный смысл и понимание своего индивидуального жизненного предназначения. Тот, кто хоть раз испытал радость

¹ Программа развивающих игр разработана нами. См.: Самоукина Н. В. Активизация школьников в профессиональном самоопределении // Вопросы психологии. — 1990. — № 1. — С. 69-77.

от достижения духовных вершин самораскрытия, не забудет этого и всегда будет стремиться к гармонии с обществом и самим собой.

Программа развивающих игр „Я выбираю профессию” состоит из трех циклов занятий. Первый цикл посвящен разбору условий ситуации выбора профессии, второй — анализу типичных ошибок и затруднений, которые испытывают молодые люди в этот период. На занятиях третьего цикла школьники обсуждают конкретные ситуации выбора профессии. Программа рассчитана на один учебный год, частота проведения занятий — 1-2 раза в месяц, продолжительность одного занятия — совмещенная пара уроков (1,5 часа).

При проведении практических занятий применяются методические приемы организации коллективной деятельности школьников. Основным из них является прием организации взаимной групповой оценки. По желанию самих учащихся организуются две группы. Руководителей групп (командиров) школьники выбирают из общего состава участников. Получив задание, каждая группа выполняет его самостоятельно и автономно от другой группы. После выполнения задания результаты решения (доклады групп) выносятся на общее обсуждение, в котором участвуют учитель и две группы школьников.

Сначала разбирается решение первой группы, а вторая группа анализирует и оценивает его, затем — наоборот. Анализ и оценка производятся по схеме: соответствие доклада группы заданной теме; правильность решения; наличие аргументации в пользу полученного решения (полнота аргументации, ее продуманность); творческий характер решения (наличие своих мыслей); полнота полученного решения (на все ли вопросы имеются ответы; степень полноты использования предложенных для занятия материалов и схем).

Используется также прием организации соревнования между группами, который позволяет добиться активности и личной заинтересованности со стороны учащихся. В конце каждого задания руководитель практикума объявляет две оценки: за правильность решения группы и за активность участия в коллективной работе.

Прием „зеркала” состоит в следующем. Педагог рассказывает историю или конкретный факт из жизни сверстников тех ребят, которые являются участниками игр. Он высказывает свое отношение и оценку событий, раскрываемых в рассказе, показывает последствия тех или иных поступков героев. Если рассказ построен искусно и в нем отражены реальные ситуации из жизни юношей и девушек, они сравнивают себя с персонажами, размышляют, соотносят свои действия с поступками героев. В целом, они видят себя и свои проблемы как бы в психологическом „зеркале”.

ЦИКЛ I. УСЛОВИЯ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

ЗАНЯТИЕ 1¹. „Мир профессий” и профессиональные требования

Практическое задание. На занятии руководитель предлагает учащимся самостоятельно заполнить следующую таблицу:

№№ п/п	Типы и подтипы профессий	Перечислить профессии данного типа	Перечислить требования, предъявляемые профессией к человеку
1	2	3	4

По собственному желанию школьники разбиваются на две группы. Каждая группа коллективно заполняет таблицу, обсуждая внутри группы все связанные с этим вопросы. По методу организации взаимной групповой оценки результаты выполненного задания обсуждаются при участии учителя.

Методический прием. Организация взаимной групповой оценки.

ЗАНЯТИЕ 2. „Природные предпосылки”

Практическое задание. На основе таблицы, заполненной на занятии 1, учащиеся при помощи руководителя практикума выделяют природные предпосылки, необходимые для успешного выполнения выделенных типов и подтипов профессий. В таблице заполняется следующая графа 5 „Природные предпосылки, необходимые для успешного выполнения профессии”.

Методический прием. Организация взаимной групповой оценки.

ЗАНЯТИЕ 3. Мнения старших членов семьи, учителей и друзей о выборе профессии

Практическое задание. Руководитель практикума предлагает „проиграть” сценку трем ученикам, один из которых представляет ребенка, другой — отца, третья — мать. Число ролей можно расширить за счет введения ролей бабушки, дедушки и других родственников, знакомых. Остальные участники практикума — зрители. После окончания сценки организуется коллективное обсуждение проигранного содержания.

Предлагается следующий сюжет сценки: за вечерним чаем сын или дочь объясняют родителям о своем решении стать шофером или портнихой (профессии выбираются самими участниками сценки, в случае затруднения руководитель предлагает выбрать профессию из УПК). Текст роли заранее не готовится, каждый участник „играет” самого себя, рассказы-

¹ Содержательную основу игровых занятий составил материал из книги: Климов Е. А. Как выбирать профессию. — М.: Просвещение, 1984.

вая анонимно о своих проблемах и спорных вопросах. При обсуждении поведения того или иного персонажа участники дискуссии говорят фактически о самих себе, о своих проблемах.

Аналогично можно проиграть сценку обсуждения проблемы выбора профессии с учителем, друзьями.

Методический прием. Ролевая игра, коллективная дискуссия. Метод „зеркала”.

ЗАНЯТИЕ 4. Информированность школьников о профессиях и профессиональных требованиях

Практическое задание. Руководитель практикума предлагает учащимся придумать различные типологии профессии, например, на основании критерия „условия труда”. В составе двух групп учащиеся выполняют задание, после чего организуется коллективное обсуждение.

Методический прием. Метод организации взаимной групповой оценки.

ЗАНЯТИЕ 5. Личные жизненные и профессиональные планы

Руководитель практикума рассказывает ученикам историю о мальчике-соседе, обладающем определенными индивидуальными особенностями. При этом он обращает внимание на построение его жизненных и профессиональных планов. Педагог предлагает учащимся обсудить данный случай, высказать свое мнение по поводу прогноза успешности профессионального выбора юноши. Если участники не согласны с выбором школьника, им предлагается назвать подходящую профессию для этого ученика и объяснить данный выбор.

Методический прием. Психологическое „зеркало”.

ЗАНЯТИЕ 6. „Соотношение условий ситуации выбора профессии”

До настоящего занятия школьники проводили анализ одного или нескольких условий ситуации профессионального самоопределения, взятых отдельно друг от друга. На данном занятии ставится задача проанализировать разобранные ранее условия во взаимосвязи между собой, как это бывает в конкретных ситуациях реальной жизни.

Практическое задание. Двум группам учащихся предлагается выбрать из своих групп двух школьников, определить для них подходящую профессию, описать особенности этой профессии, представить характеристику индивидуальных особенностей выбранных школьников и доказать, что выбор профессии осуществлен правильно. На общем обсуждении анализируются причины, в силу которых осуществлен выбор профессии для каждого школьника. Учитель обращает особое внимание школьников на соотношение индивидуальных особенностей выбранных группами школьников и требований названной профессии.

Методический прием. Организация взаимной групповой оценки.

ЦИКЛ II. ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ ШКОЛЬНИКОВ В ВЫБОРЕ ПРОФЕССИИ

Занятие 7. Влияние престижности профессии на успешность профессионального самоопределения

Известно, что многие молодые люди стремятся выбрать престижные профессии дипломата, актрисы, бизнесмена, следователя и другие, часто первые „трудовые будни”, черный каждодневный труд, имеющий место в этих профессиях, отталкивает юношей и девушек, и они осуществляют профессиональный „перевыбор”.

На данном занятии отсутствует практическое задание. Рекомендуется провести встречу-беседу с представителями различных профессий: рабочим высокой квалификации, руководителем или представителем престижной профессии (артистом, режиссером и др.). Важно, чтобы при проведении беседы выделялись и акцентировались сложности профессии трудности постепенного профессионального и должностного роста. Приглашенные представители тех или иных профессий основное время беседы посвящают рассказу о том, как они ценой большого труда добивались высокой профессиональной оценки со стороны коллег, признания и успеха.

Методический прием. Беседа, коллективное обсуждение.

Занятие 8. Перенос отношения к школьному предмету на отношение к профессии

Бывает и так, что ученик относится с большим интересом к какому-либо школьному предмету. Он получает хорошие отметки и в конце концов выбирает его в качестве своей будущей профессии. В этой, казалось бы, весьма простой ситуации также возможны серьезные ошибки.

Например, школьник интересуется литературой. В какой институт ему следует поступать и какую профессию выбрать? Ответов на данный вопрос может быть несколько. Если юноша любит детей и склонен к преподавательской деятельности, ему можно рекомендовать поступать в педагогический институт. Если он занимается литературным творчеством, он может идти в литературный институт. Ну, а если он интересуется не только литературой, но и историей, политикой, а также является живым и любознательным человеком, он может испытать свои силы в журналистике.

Практическое задание. В рамках двух-трех школьных предметов, выбранных учащимися, школьникам предлагается перечислить и описать профессии, сходные по содержанию с выделенными предметами школьного курса. Определить общее и различное между содержанием школьных предметов и содержанием профессий.

Методический прием. Метод организации взаимной групповой оценки.

Занятие 9. Неумение разбираться в своих склонностях, интересах, способностях

Практическое задание. Из числа участников практикума по желанию учащихся выбирается один ученик, который оценивается по определенному набору качеств (методика полярных профилей). Оценка каждого качества дается по 10-балльной системе.

1. Глупый	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	Умный 1.
2. Ленивый		Трудолюбивый 2.
3. Злой		Добрый 3.
4. Черствый		Отзывчивый 4.
5. Разбросанный		Целеустремленный 5.
6. Развита художественные способности		Развита технические способности 6.
7. Любит историю		Любит математику 7.
8. Любит работать уединенно		Любит общаться 8.
9. Любит размышлять		Любит мастерить 9.
10. Любит природу.		Любит технику 10.

По данной методике составляются следующие оценки: а) школьник оценивает самого себя; б) одноклассники оценивают школьника (на занятии берется усредненная оценка школьника); в) педагог оценивает школьника. На один листок переносится самооценка школьника, усредненная оценка школьника со стороны одноклассников, оценка педагога. Обсуждаются моменты соответствия и расхождения оценки. На занятии ставится цель донести до учащихся мысль о необходимости специально строить адекватную самооценку на основе сравнительного самоанализа оценок со стороны учителей, родителей, друзей, поскольку собственное мнение о самом себе может быть неправильным, субъективным.

Во избежание некоторых нежелательных явлений в ходе обсуждения следует вести содержательный анализ, не переводя дискуссию „на личности”.

Методический прием. Коллективное обсуждение.

Занятие 10. Как выбирают профессию

Практическое задание. В двух группах учащиеся осуществляют выбор определенной профессии. При этом они ориентируются на этапы „узнать — подумать — попробовать”.

На общем обсуждении каждая группа рассказывает о профессии, которую она выбрала, и анализирует причины выбора.

Методический прием. Метод организации взаимной групповой оценки.

ЦИКЛ III. КОНКРЕТНЫЕ СИТУАЦИИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ

Занятие II. Человек и профессия

Практическое задание. Учитель называет профессию, для которой школьники должны „подобрать” учащегося, наиболее соответствующего по своим индивидуальным особенностям данной профессии. Профессия, заданная педагогом, является более или менее известной ученикам, не рекомендуется выбирать для задания малоизвестные профессии.

Участники разбиваются на две группы, выбирают ученика для заданной преподавателем профессии и на общем обсуждении доказывают соответствие индивидуальных особенностей выбранного ими школьника требованиям, выдвигаемым заданной преподавателем профессией.

Для более глубокого закрепления данной темы при желании учащихся можно организовать дополнительное занятие следующим образом: педагог выбирает школьника из числа участников практикума и предлагает двум группам учащихся „подобрать” к нему профессию, соответствующую его индивидуальным особенностям.

Занятие 12. Соотнесение самооценки и профессиональных требований

Практическое задание. По желанию участников практикума производится выбор одного школьника, который должен описать собственные индивидуальные особенности, оценить их и подобрать соответствующую профессию. При выборе профессии разрешается учитывать индивидуальные склонности и интересы.

Остальные участники практикума и сам педагог отдельно от школьника также дают ему оценку и подбирают соответствующую профессию. На общем обсуждении, в котором участвуют школьник, педагог и группа участников, производится сравнительный анализ самооценки школьника при соотнесении ее с оценкой педагога и группы участников. В процессе дискуссии обсуждаются моменты несоответствия самооценки ученика и оценок со стороны педагога и группы участников, подбирается профессия, наиболее соответствующая выбранному учащемуся.

Методический прием. Метод организации взаимной групповой оценки.

Занятие 13. Как мы играли „в профессию”

Занятие посвящено повтору пройденного в процессе практических занятий материала. Педагог акцентирует внимание школьников на основных этапах игровых занятий: анализ объективных и субъективных условий выбора профессии, соотнесении их при осуществлении выбора профессии в конкретных ситуациях.

Учитель и школьники обмениваются опытом, полученным на играх: что нового они узнали, какие занятия были самыми интересными. Ученики рассказывают, какую профессию они хотели бы выбрать.

Методический прием. Коллективное обсуждение.

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Мы надеемся, что в процессе чтения книги Вы пробовали практически выполнять игровые упражнения. И если это так, то Вы имеете богатый игровой опыт. Вы умеете играть со своим собственным сознанием, способны организовывать развивающие игры со своими учениками.

А главное, Вы почувствовали „вкус” саморазвития, ощутили безграничность своих возможностей, Вы стали сильнее и свободнее. Вы рады этому?

Мы радуемся вместе с Вами!

О Г Л А В Л Е Н И Е

Обращение к читателю	3
<i>Глава 1.</i>	
ПСИХОТЕХНИЧЕСКИЕ ИГРЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЕЙ	5
1.1. Игры-релаксации	5
1.2. Адаптационные игры	14
1.3. Игры-формулы	18
1.4. Игры-освобождение	20
<i>Глава 2.</i>	
ПОЗИЦИОННЫЕ ИГРЫ (ИГРЫ-КОММУНИКАЦИИ)	25
2.1. Игровые упражнения для оптимизации общения учителя с учащимися	26
2.2. Игровые упражнения для улучшения взаимоотношений с коллегами в педагогическом коллективе	30
2.3. Игровые методы оптимизации взаимодействий учителя с родителями учащихся	32
2.4. Игровые методы оптимизации семейного общения учителя ..	38
<i>Глава 3.</i>	
МЕТОДЫ РАЗРЕШЕНИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ КОНФЛИКТОВ ..	43
3.1. Конфликты в школе	43
3.2. Педагогический конфликт: структура, сфера, динамика	46
3.3. Игровые методы разрешения конфликтов	49
3.4. Посредничество учителя в конфликте	59
<i>Глава 4.</i>	
ИГРЫ-ЗАЩИТА ОТ МАНИПУЛИРОВАНИЯ	64
4.1. Манипулирование в педагогическом общении	66
4.2. Способы психологической защиты от манипулирования	70
<i>Глава 5.</i>	
ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ИНТУИЦИИ	77
5.1. Групповые методы развития педагогической интуиции	78
5.2. Индивидуальные методы саморазвития педагогической интуиции	84

Глава 6.
РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТАРШИХ ГРУПП
ДЕТСКИХ САДОВ И МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ 90
6.1. Проблемы старших дошкольников и учащихся начальных классов 90
6.2. Программа коррекционных игр для детей старших групп детских садов и младших школьников 92

Глава 7.
РАЗВИВАЮЩИЕ ИГРЫ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ И СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ 117
7.1. Игры для развития мышления учащихся 118
7.2. Игры для развития личности учащихся 128
ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ 136

Самоукина Наталья Васильевна

Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы

Редактор В.А.Львовский
Корректор Н.В.Харченко

Лицензия: ЛР № 061967 от 28.12.92.
Сдано в набор 10.09.93. Подписано к печати 10.11.93. Формат 60х90/16.
Бумага офсетная. Гарнитура „Таймс”. Печать офсетная. Усл. печ. л. 9,0.
Тираж 30000 экз. Заказ № 1411. Цена договорная.
Издательство „Новая школа”, 107258, Москва, Краснобогатырская, 75, корп. 2.
Московская типография № 6 Министерства печати и информации РФ, 109088, Москва, Ж-88, Южнопортовая ул., 24.