

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности «Введение в психологию и педагогику»**  
**(10 класс, 2 часа в неделю, 68 часов в год)**

**Составитель:**

Степанова Е.Д., педагог-психолог

**Пояснительная записка**

**Актуальность и назначение программы**

В постиндустриальную эпоху меняется представление о профессионализме. Прежнему пониманию профессионализма как пожизненной приверженности той или иной профессиональной сфере, конкретной профессии, в которой постепенно накапливались знания, опыт, мастерство, приходит на смену мультипрофессионализм, предполагающий возможность и необходимость овладения человеком трудовыми функциями из нескольких видов профессиональной деятельности, в том числе из различных профессиональных областей. актуальность содержания данного курса определяется тем, что каждый обучающийся сталкивается с необходимостью совершить профессиональный выбор, а с учетом тенденций быстро изменяющегося современного мира и рынка труда ему, возможно, придется совершать этот выбор в дальнейшем неоднократно. таким образом, помощь десятикласснику в освоении инструментов профессионального самоопределения становится одним из ключевых направлений, позволяющих ему в дальнейшем ориентироваться в мире образования и на рынке труда.

Программа внеурочной деятельности для психолого-педагогической группы из учащихся 10 классов «Основы психологии и педагогики» реализуется в рамках предпрофильной подготовки с учетом возможностей общеобразовательной организации из расчета 2 часа в неделю (приказ № 663-О от 12.09.2024).

Программа внеурочной деятельности составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования к результатам освоения и к структуре основной образовательной программы основного общего образования, Примерной программы воспитания на уровне среднего общего образования и с опорой на следующие нормативные документы:

- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года);
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в редакции приказа Минобрнауки России от 27 июня 2017 г. № 613);
- Указ Президента Российской Федерации от 06 декабря 2018 г. № 703 «О внесении изменений в Стратегию государственной национальной политики Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденную Указом Президента Российской Федерации от 19 декабря 2012 г. № 1666».
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
- Примерная рабочая программа основного общего образования по курсу

внеурочной деятельности «Профориентация».

- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20)

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью юношества в самоопределении, в том числе в определении сферы будущей профессиональной деятельности. А это влечет за собой необходимость в психолого-педагогическом сопровождении профессионального самоопределения школьников, в развитии у них мотивации к осуществлению трудовой деятельности, в формировании готовности десятиклассников к выбору профессионального пути и к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» позволит педагогу-психологу реализовать эти актуальные для личностного развития учащихся психолого-педагогической группы задачи.

За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, проектирование, обдумывание профессионального жизненного пути, «профессионального старта». Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

Старшекласснику для принятия решения, выбора «старта в профессию» нужно хорошо знать мир профессий психолого-педагогической направленности, их требования к человеку и рейтинг на рынке труда, он должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. По сути дела, он стоит перед решением сложной творческой задачи со многими неизвестными, а подготовить его к успешному решению этой задачи должна система школьной профориентации. Успех профориентационной работы во многом зависит от умения педагога связать профориентационный материал с программным, сформировать положительное отношение у школьников к тому или иному виду психолого-педагогической деятельности, от его знаний и владения методами обучения.

Данный курс учитывает специфику юношеского возраста и позволяет учащимся получить и проанализировать информацию о себе, о своих профессиональных возможностях, интересах, особенностях современного рынка труда, расширить представления об учебных заведениях, о мире профессий, познать, оценить свои способности, личностные особенности и соотнести их с требованиями будущей профессиональной деятельности. Правильный выбор профессии позволит полностью реализовать свой личностный потенциал. Данный курс внеурочной деятельности создает условия для личностного и профессионального самоопределения школьников, имеющих интерес к психолого-педагогической деятельности.

Программа станет востребованной как десятиклассниками, которые планируют после окончания основной школы продолжить обучение по психолого-педагогическому направлению, так и теми, кто планирует развить психолого-педагогические компетенции для обучения по другим направлениям. Сегодня профессионалу любой сферы деятельности необходимо владеть набором коммуникативных навыков, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля (направленности) предполагаемой будущей профессии.

### **Цели изучения курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики»**

Задачи курса:

1. Сформировать у учащихся 10-х классов, участников психолого-педагогической группы, адекватные представления о психолого-педагогической деятельности.

2. Содействовать формированию основ психолого-педагогических компетенций.

3. Содействовать формированию личностных смыслов, эмоций, приобщению к ценностям профессионально-педагогического сообщества.

Часть, формируемая участниками образовательных отношений, позволяет учитывать вариативность образовательных запросов обучающихся. Обучающиеся психолого-педагогических классов и групп планируют в дальнейшем связать свою жизнь с педагогикой или психологией, а значит, им предстоит находить и проверять информацию, транслировать опыт, организовывать себя и людей, оказывать влияние на мнения и решения, отстаивать свою точку зрения, осуществлять посредническое действие. Это требует определенных компетенций. К ним можно отнести: способность получать необходимую информацию из различных источников, ориентироваться в них; способность использовать средства информационных и коммуникационных технологий, понимать возможности новых взаимодействий с использованием компьютерных технологий; способность инициировать, поддерживать и регулировать персональные отношения с другими на основе уважения их ценностей, верований, культуры; способность формулировать свою позицию и отстаивать ее при столкновении с чужой волей, умение обосновывать свою позицию, противостоять чужому давлению и настаивать на своем; способность удерживать две или более позиций одновременно, находить точки их соприкосновения и принимать решение с учетом разных позиций; способность управлять своими действиями и достигать намеченной цели, несмотря на разного рода помехи и усталость, брать на себя ответственность; способность осуществлять построение образца действия и совместное действие по усвоению образца действия. Формирование данных компетенций возможно только в деятельности. Важно, чтобы работа над формированием и развитием данных компетенций осуществлялась не только при реализации плана внеурочной деятельности, но и учебного плана.

Курс внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» нацелен на помощь учащемуся в:

- освоении надпрофессиональных компетенций (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решений и ответственности за них т. д.). Эти навыки являются важными для любой профессии, владение ими позволит учащимся в будущем реализовать себя как в профессиональной сфере, так и в личной жизни;
- ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования. Это позволит учащимся более самостоятельно делать выборы в профессиональной сфере, объективнее оценивать свои возможности и шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;
- познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут учащимся стать увереннее в себе, честнее с самим собой, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, в том числе в сфере выбора профессии;
- формировании и развитии мотивационно-личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного компонентов готовности к профессиональному самоопределению;
- планировании жизненного и профессионального пути. Это позволит учащимся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;
- поддержании мотивации к осуществлению трудовой деятельности. Это позволит учащимся видеть социальный характер любого труда, понимать естественность каждодневных усилий как для повышения своего будущего профессионального уровня, так и для обычного труда в быту.

## **Место курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» в учебном плане**

Курс введен в организационный раздел ООП ООО в части плана внеурочной деятельности, формируемого МАОУ СОШ № 40 г. Томска в рамках психолого-педагогического направления. Программа данного курса предназначена для учащихся 10 классов и рассчитана на 68 часа в учебный год (2 час в неделю). Занятия будут проводиться на базе школы и ее партнеров по сетевому взаимодействию в рамках профориентационной работы и сетевого образовательного проекта ТГПУ «Открытый педагогический класс».

Программа имеет модульную структуру, практико-ориентированным заданиям отводится 70% учебного времени, теоретическому материалу - 30%.

В процессе занятий по данному курсу предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, мастер-классы, экскурсии, решения кейсов, встречи с представителями разных профессий, профессиональные пробы, коммуникативные и деловые игры, консультации педагога-психолога.

Будущие профессиональные успехи обучающихся в немалой степени определяются трудовыми умениями и навыками, которые активно формируются в школьные годы. Без достаточно высокого уровня общего интеллектуального развития немислимы сколь-нибудь значительные успехи в любом виде деятельности. Не менее важны и специальные способности, проявляющиеся в трудовых умениях и навыках, являющихся базой для многих различных видов профессиональной деятельности. Профессионализация обучения с одновременной его дифференциацией по способностям должна вводиться параллельно и в дополнение к общеобразовательной программе, т.к. основной направленностью личности старшеклассника является не что иное, как выбор своего жизненного пути, который в свою очередь неразрывно связан с выбором профессии.

Поиск совместно с обучающимися нравственных образцов литературы, культуры деятельности, выработка на этой основе собственных ценностей, норм и законов жизни составляют содержание работы педагога. Важным является умение школьника решать реальные жизненные проблемы, опираясь на свой жизненный опыт и учитывая контекст современной культуры.

Содержание курса будет способствовать развитию таких компонентов личности, как психологическая культура, культура общения, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, пониманию интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей. Изучение курса будет способствовать развитию умения строить свои отношения с окружающими, конструктивному повседневному и деловому.

Основным элементом программы является решение обучающимися практических психолого-педагогических задач, анализ образцов литературы в данном направлении. В процессе этого они учатся наблюдать, сравнивать, классифицировать, группировать, выяснять закономерности, делать выводы.

Основными ценностями, на осуществление которых направлена реализация настоящей программы, являются доброта, гуманизм, нравственная ответственность за судьбу окружающих, свободное самоопределение личности в ценностном пространстве психолого-педагогической деятельности, личная ответственность обучающихся за построение собственной жизни.

Основанием для выбора обучающимися данного курса будут являться их жизненные планы, склонности и интересы к работе с людьми.

Реализация программы курса предполагается в виде теоретических и практических занятий, ролевых игр, тренингов общения. Итоговая зачётная работа может быть представлена в виде проекта.

## Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» разработана с учетом Программы воспитания МАОУ СОШ № 40 г. Томска на 2024-2025 учебный год. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность в рамках курса, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащихся. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики», нашедших свое отражение и конкретизацию в Программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках профориентационной работы со школьниками;
- в интерактивных формах занятий для старшеклассников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими одноклассниками деятельность и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчеркивается Программой воспитания;
- в стимулировании участия в работе Школьной службы медиации, в работе школьного волонтерского отряда.

## Особенности работы педагога-психолога по программе

Курс проводится в виде лекционно-практических уроков с оформлением содержания занятия в учебных тетрадях. Все практические занятия проводятся после изучения теоретических вопросов психологии и педагогики. В течение всего элективного курса учащиеся работают с дополнительной литературой, оформляют полученные сведения в виде самостоятельных исследовательских и проектных работ.

Наряду с образовательными, курс предполагает решение воспитательных задач и развитие личности обучающихся, формирование у них гуманистических чувств и отношений в общении с окружающими людьми. Содержание курса позволяет научить старшеклассников анализировать, сравнивать, выделять существенное, самостоятельно пополнять, систематизировать и применять полученные знания и умения, что способствует осознанному выбору будущей профессии.

Теоретической базой курса служат школьные курсы психологии и литературы. Расширяя и углубляя знания, умения и навыки, полученные ранее, учащиеся знакомятся с основами психолого-педагогических знаний.

Предлагаемый курс рассчитан на обучающихся 10 класса гуманитарного профиля, которые с одной стороны владеют программным материалом литературы, а с другой стороны проявляют определенный интерес к профессиям психолого-педагогической направленности.

Содержание курса ориентирует на применение активизирующих методов и приемов обучения, объединяющихся в следующие пять групп:

**Методы объяснительно-иллюстративного обучения:** лекции, семинары, рассказ, беседа, самостоятельная работа над учебным материалом.

**Методы репродуктивного обучения:** упражнения, практикум.

**Методы проблемно-поискового обучения:** проблемное изложение, частично-поисковый (эвристический, или сократический), исследовательский.

**Коммуникативные методы обучения:** дискуссия, диалог, полемика.

**Имитационно-ролевые методы обучения:** ролевая игра, аквариум, тестирование, элементы психологического тренинга.



Применение данных методов подачи информации строится на специфических принципах:

**Принцип активности.** Активность участников носит особый характер, отличный от активности человека, слушающего лекцию или читающего книгу. В данном случае участники оказываются вовлечены в процесс обсуждения. Принцип активности опирается на известную психологии идею: человек усваивает десять процентов того, что слышит, пятьдесят процентов того, что видит, семьдесят процентов того, что проигрывает, и девяносто того, что делает сам.

**Принцип исследовательской позиции.** Исходя из этого принципа, педагог конструирует и организует такие ситуации, которые давали бы возможность участникам обсуждения осознать и апробировать новые способы поведения в процессе воспитания ребенка.

**Принцип партнёрского общения.** Партнерским общением является такое, при котором учитываются интересы других участников взаимодействия, а также их чувства, эмоции, переживания, признается ценность личности другого человека.

Занятия по программе курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» проводит педагог-психолог, являющийся куратором психолого-педагогической группы. Задача педагога-психолога при реализации курса состоит в том, чтобы сопровождать процесс профессиональной ориентации школьников, раскрывая потенциал каждого через вовлечение в многообразную деятельность, организованную в разных формах. При этом результатом работы педагога-психолога в первую очередь является личностное развитие учащегося. Личностных результатов педагог-психолог в рамках данного курса может достичь, увлекая учащегося в совместную и интересную им обоим деятельность, устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, насыщая занятия ценностным содержанием.

Примерная схема проведения занятий по программе может быть такой:

- приветствие школьников;
- эмоциональная разрядка (короткие игры, маленькая притча, размышления учащихся о предложенном высказывании или цитате и т. п.);
- проблематизация темы предстоящего занятия;
- работа по теме занятия;
- рефлексия.

Особенностью занятий являются их интерактивность и многообразие используемых педагогом-психологом форм работы: в ходе даже одного занятия педагог-психолог может чередовать разнообразные игры, групповую работу, обмен мнениями, самостоятельную работу, дискуссии. Кроме того, программа предусматривает организацию экскурсий, мастер-классов, профориентационных проб, проведение которых будет более успешным при участии самих школьников в их организации, при участии других педагогов школы, родителей и социальных партнеров школы по профориентационному направлению деятельности.

Информация, имеющаяся у педагога-психолога благодаря преимущественности психолого-педагогического сопровождения учащихся, помогает ему грамотно организовать индивидуализацию и дифференциацию деятельности школьников по профессиональному ориентированию.

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики»**

В настоящее время учебная дисциплина «Психология и педагогика» является составной частью профессиональной подготовки любого специалиста. Успешность современного специалиста обусловлена не только усвоением специальных предметно-

профессиональных знаний. Современная профессиональная деятельность связана с взаимодействием человека с человеком, поэтому умение общаться с коллегами и поддерживать деловые взаимоотношения с партнерами, навыки саморегуляции в напряженных ситуациях, знание о методах педагогического воздействия определяют его профессиональный успех.

Программа курса имеет профильную (гуманитарную) и профориентационную направленность. В результате освоения данного курса внеурочной деятельности предполагается достижение следующих результатов:

- Развитие самостоятельности мышления обучающихся, приобретение новых коммуникативных качеств, повышение мотивации к самообразованию и творчеству.
- Профессиональное самоопределение старшеклассников, т.е. готовность к осознанному выбору профессиональной области психолого-педагогической направленности.
- Социально-педагогическое самоопределение в будущем.

Результатом обучения можно считать формирование у обучающихся таких качеств личности как:

- Уверенность в своих возможностях, адекватная самооценка.
- Эмоциональная устойчивость, эмпатия, доброжелательное отношение к многообразию жизни.
- Овладение приемами саморегуляции в стрессовых ситуациях.
- Умение решать проблемы, выбирая и используя различные конструктивные способы их решения.
- Умение понимать чувства и мотивы поведения других людей.

#### **Метапредметные результаты освоения элективного курса отражают:**

- 1) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 4) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 5) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

#### **По окончании изучения курса ученики должны**

- 1) **знать** основные теории, концепции, законы и закономерности теории воспитания, дидактики, системного, деятельностного, технологического и личностно ориентированного подходов как методологии педагогики, а также методы, проблемы и перспективы ее развития;
- 2) **владеть** базовыми понятиями по курсу (узнавание терминов, определение понятий, раскрытие содержания понятий, воспроизведение полного объема каждого понятия, установление межпонятийных связей, практическая интерпретация терминов в различных аспектах);
- 3) **уметь** применять теоретические знания на практике;
- 4) **иметь собственные суждения** в области теории и практики образования, **мыслить** творчески, используя теоретические знания;

#### **Основной способ оценивания результативности обучающихся:**

- педагогический анализ наблюдений деятельности обучающихся;
- выполнение и защита обучающимися заданий и проектов.
- работа обучающихся на занятиях, решение ими проблемных ситуаций, проведение диагностических работ.
- итоговый зачёт.

Занятия в рамках курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики» направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

### **Личностные результаты**

#### *В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики»;
- готовность к разнообразной совместной деятельности;
- выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса внеурочной деятельности на основе взаимопонимания и взаимопомощи.

#### *В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, Томской области, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий на предприятия своего города.

#### *В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- осознание важности свободы и необходимости брать на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии.

#### *В сфере эстетического воспитания:*

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;
- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;
- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

#### *В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным



необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;

- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

*В сфере трудового воспитания:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, класса и школы, города, Томской области) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе знаний, полученных в ходе изучения курса «Основы психологии и педагогики»;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;
- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями типа «человек-человек»;
- активное неприятие действий, приносящих вред социальной окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба личности человека, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;
- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях социального взаимодействия, приверженность принципам восстановительного подхода в разрешении конфликтов.

*В сфере понимания ценности научного познания:*

- ориентация в деятельности, связанной с освоением курса «Основы психологии и педагогики», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека, в том числе в профессиональной сфере;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;
- способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции

из опыта других, проходить профессиональные пробы в разных сферах деятельности;

- навык выявления и связывания образов, способность осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие, в том числе профессиональное;
- умение оперировать основными терминами и представлениями в области педагогики и психологии;
- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую социальную среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

### Метапредметные результаты

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе работы с интернет-источниками;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного обсуждения в группе или в паре;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;
- выдвигать предположения о возможном росте и падении спроса на ту или иную специальность в новых условиях;
- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации, связанной с профессиональной деятельностью или дальнейшим обучением;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Основы психологии и педагогики».

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включенных в курс «Основы психологии и педагогики»;
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- понимать намерения других участников занятий курса «Основы психологии и педагогики», проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
  - публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса по профориентации;
  - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
  - уметь обобщать мнения нескольких участников курса «Основы психологии и педагогики», проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др.);
  - выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других участников курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики».
- В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*
- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
  - ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
  - делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;
  - владеть способами саморегуляции поведения (самоконтроль, самомотивация и рефлексия);
  - предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выборе будущей профессии;
  - объяснять причины достижения или недостижения результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретенному в ходе прохождения курса по профориентации, уметь находить позитивное в любой ситуации;
  - уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
  - различать, называть и управлять собственными эмоциями;
  - уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним.

## **Предметные результаты**

**Предметные результаты** освоения Программы основного общего образования представлены с учетом специфики содержания предметных областей, затрагиваемых в ходе профориентационной деятельности школьников при реализации курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики».

*Русский язык:*

- формирование умений речевого взаимодействия (в том числе общения при помощи современных средств устной и письменной речи): создание устных монологических высказываний на основе жизненных наблюдений и личных впечатлений, чтения учебно-научной, художественной и научно-популярной литературы: монолог-описание; монолог-рассуждение; монолог-повествование;
- участие в диалоге разных видов: побуждение к действию, обмен мнениями, запрос информации, сообщение информации;
- обсуждение и четкая формулировка цели, плана совместной групповой деятельности;

- извлечение информации из различных источников, ее осмысление и оперирование ею, свободное пользование словарями, справочной литературой, в том числе информационно-справочными системами в электронной форме;

- создание письменных текстов различных стилей с соблюдением норм построения текста: соответствие текста теме и основной мысли; цельность и относительная законченность; последовательность изложения (развертывание содержания в зависимости от цели текста, типа речи); правильность выделения абзацев в тексте; наличие грамматической связи предложений в тексте; логичность.

*Литература:* овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности.

*Иностранный язык:*

- овладение основными видами речевой деятельности в рамках знакомства со спецификой современных профессий;

- приобретение опыта практической деятельности в жизни: соблюдать правила информационной безопасности в ситуациях повседневной жизни и при работе в Интернете; использовать иноязычные словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме.

*Информатика:*

- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — и их использование для решения учебных и практических задач;

- умение оперировать единицами измерения информационного объема и скорости передачи данных;

- сформированность мотивации к продолжению изучения информатики как профильного предмета на уровне среднего общего образования.

*География:*

- освоение и применение системы знаний о размещении и основных свойствах географических объектов, понимание роли географии в формировании качества жизни человека и окружающей его среды на планете Земля, в решении современных практических задач своего региона и города Томска;

- умение устанавливать взаимосвязи между изученными природными, социальными и экономическими явлениями и процессами;

- умение использовать географические знания для описания существенных признаков разнообразных явлений и процессов в повседневной жизни;

- сформированность мотивации к продолжению изучения географии как профильного предмета на уровне среднего общего образования.

*Физика:*

- умение использовать знания о физических явлениях в повседневной жизни для обеспечения безопасности при обращении с бытовыми приборами и техническими устройствами, сохранения здоровья и соблюдения норм экологического поведения в окружающей среде;

- понимание необходимости применения достижений физики и технологий для рационального природопользования;

- расширенные представления о сферах профессиональной деятельности, связанных с физикой и современными технологиями, основанными на достижениях физической науки, позволяющие рассматривать физико-техническую область знаний как сферу своей будущей профессиональной деятельности;

- сформированность мотивации к продолжению изучения физики как профильного предмета на уровне среднего общего образования.

*Обществознание:*

- освоение и применение системы знаний о социальных свойствах человека, особенностях его взаимодействия с другими людьми, важности семьи как базового социального института; характерных чертах общества; содержании и значении социальных норм, регулирующих общественные отношения, включая правовые нормы, регулирующие типичные для несовершеннолетнего и членов его семьи общественные отношения (в том числе нормы гражданского, трудового и семейного права, основы налогового законодательства); процессах и явлениях в экономической сфере (в области макро- и микроэкономики);
- умение приводить примеры (в том числе моделировать ситуации) деятельности людей, социальных объектов, явлений, процессов определенного типа в различных сферах общественной жизни, их структурных элементов и проявлений основных функций; разного типа социальных отношений; ситуаций, регулируемых различными видами социальных норм;
- умение классифицировать по разным признакам (в том числе устанавливать существенный признак классификации) социальные объекты, явления, процессы, относящиеся к различным сферам общественной жизни, их существенные признаки, элементы и основные функции;
- овладение приемами поиска и извлечения социальной информации (текстовой, графической, аудиовизуальной) по заданной теме из различных адаптированных источников (в том числе учебных материалов) и публикаций средств массовой информации (далее — СМИ) с соблюдением правил информационной безопасности при работе в Интернете;
- приобретение опыта использования полученных знаний, включая основы финансовой грамотности, в практической (включая выполнение проектов индивидуально и в группе) деятельности, в повседневной жизни для реализации и защиты прав человека и гражданина, прав потребителя (в том числе потребителя финансовых услуг) и осознанного выполнения гражданских обязанностей; для анализа потребления домашнего хозяйства; для составления личного финансового плана; для выбора профессии и оценки собственных перспектив в профессиональной сфере; для опыта публичного представления результатов своей деятельности в соответствии с темой и ситуацией общения, особенностями аудитории и регламентом.

*Биология:*

- владение навыками работы с информацией биологического содержания, представленной в разной форме (в виде текста, табличных данных, схем, графиков, диаграмм, моделей, изображений), критического анализа информации и оценки ее достоверности;
- умение интегрировать биологические знания со знаниями других учебных предметов;
- интерес к углублению биологических знаний и выбору биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования для будущей профессиональной деятельности в области биологии, медицины, экологии, ветеринарии, сельского хозяйства, пищевой промышленности, психологии, искусства, спорта.

*Изобразительное искусство:* сформированность системы знаний о различных художественных материалах в изобразительном искусстве; о различных способах живописного построения изображения; о стилях и различных жанрах изобразительного искусства; о выдающихся отечественных и зарубежных художниках, скульпторах и архитекторах.

*Основы безопасности жизнедеятельности:*

- сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости



безопасного поведения;

- овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики»**

### **Раздел 1. «Основы психологии» (34 часа)**

#### **Тема 1. Введение в психологию. (4 ч.)**

1.1. Знакомство с правилами комфортной работы в рамках курса. Игры и упражнения, помогающие показать значение правил комфортной работы. Ожидания каждого участника и группы в целом от совместной работы. Понятие «профессия». О чем люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судеб известных психологов и педагогов. Развилки на профессиональном пути.

1.2. Предмет психологии. История развития и отрасли психологии. Основные цели и задачи курса. Понятие «психология».

1.3. Методы психологии: основные и вспомогательные. Тренинг по развитию наблюдательности.

1.4. Отрасли психологии. Краткая характеристика профессий психолого-педагогической направленности.

#### **Тема 2. Познавательные процессы и способности. (8 ч)**

2.1. Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания. Структура и характеристики внимания. Факторы, влияющие на произвольное внимание.

2.2. Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Условия, влияющие на запоминание. Мнемотехника. Инфографический конспект.

2.3. Мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активизации мышления. Олимпиадный тренинг.

2.4. Способности. Виды способностей. Уровни способностей. Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Стороны интеллекта. Коэффициент интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей. Творческие способности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие креативности.

#### **Тема 3. Возрастная психология. (6 ч.)**

3.1. Психологические особенности развития ребенка. Ранний и младший школьный возраст.

3.2. Подростковый возраст. Возрастные кризисы.

3.3. Психологические и физиологические особенности юношеского возраста. Молодость как этап личностного развития. Психологические особенности первокурсников.

#### **Тема 4 Личность. (6 ч)**

4.1. Психология личности. Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности. Психологические теории личности.

4.2. Темперамент и характер. Понятие «темперамент». Теории темперамента. Темперамент и свойства нервной системы. Типы темперамента. Интроверсия и экстраверсия. Характер и условия его формирования. Понятие «Я-концепции»

### **Тема 5. Структура, функции и средства общения. (4 ч.)**

5.1. Структура и средства общения. Невербальные средства общения. Речевые средства общения. Позиции в общении.

5.2. Стили общения. Виды общения. Этикет. Манипулирование и его причины. Помехи открытому общению.

5.3. Игровые приемы развития коммуникативной культуры. Игровой коммуникативный тренинг.

### **Тема 6. Основы делового общения и конфликтологии. (6 ч)**

6.1. Деловое общение. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику. Психологические особенности публичного выступления.

6.2. Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.

6.3. Понятие медиации и восстановительного подхода в разрешении конфликтов. Знакомство с работой школьной службы медиации.

## **Раздел 2. Основы педагогики. (34 ч.)**

### **Тема 1. Что является предметом педагогики? (4 ч)**

1.1. Межличностное и педагогическое взаимодействие. Понятие педагогического взаимодействия, его закономерностей как предмета, изучаемого педагогикой.

1.2. Ученик и Учитель – субъекты педагогического взаимодействия. Педагогические навыки и профессиональное знание, порождающие учительское мастерство. Составление инографических конспектов произведений классиков педагогики.

### **Тема 2. Личность учителя. (6 ч)**

2.1. Основные признаки психолого-педагогической культуры педагога: психолого-педагогическая грамотность, уровень педагогического мастерства, степень развития педагогических способностей, нравственно-профессиональная воспитанность.

2.3. Требования, предъявляемые к учителю, работающему в учебных заведениях различного типа. Этические и психологические установки педагога: отношение к обучающимся, отношение к организации коллективной деятельности, отношение к самому себе. Профстандарты профессий в сфере образования.

### **Тема 3. Педагогические способности. (8 ч)**

3.1. Понятие о структуре педагогических способностей. Интерес и склонность к педагогической работе – условие развития педагогических способностей. Трудолюбие как фактор, способствующий развитию способностей. Психологические основы самовоспитания при подготовке к педагогической деятельности.

3.2. Методы оптимизации эмоционального состояния педагога: дыхательные упражнения, техники самовнушения и аутотренинга.

3.3. Образ педагога в художественных произведениях.

### **Тема 4. Основы педагогического общения. (4 ч)**

4.1. Межличностное пространство. Речевые средства педагогического общения. Интонация, темп и громкость речи. Форма изложения мыслей. Позиции в общении. Роль эмоций в общении. Управление эмоциями. Приёмы расположения к себе.

4.2. Оценивание своей социально-коммуникативной компетентности. Стили педагогического общения. Умение слушать и слышать.

### **Тема 5. Профориентация, профессиональные пробы и культура жизненного пути (10 ч)**

5.1. Профориентация как наука и практика.

5.2. Самоопределение и родительское программирование.

5.2. Теория самоактуализации. Культура жизненного пути и жизненный успех.

5.3. Профессиональные пробы в рамках проекта «Веселые и полезные перемены».

**Тема 6. Итоговое занятие. (2 ч)**

Итоги изучения курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики». Основные эмоции, знания, выводы, сомнения, открытия. Защита творческих проектов.

## Тематическое планирование

№ п/п	Темы раздела курса	Основное содержание	Деятельность школьников
<b>Раздел 1. «Основы психологии и педагогики» 34 (кол-во часов по разделу)</b>			
1.	Введение в психологию. (4 ч.)	Знакомство с правилами комфортной работы в рамках курса. Игры и упражнения, помогающие показать значение правил комфортной работы. Ожидания каждого участника и группы в целом от совместной работы. Понятие «профессия». О чем люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судеб известных психологов и педагогов. Развилки на профессиональном пути. Предмет психологии. История развития и отрасли психологии. Основные цели и задачи курса. Понятие «психология». Методы психологии: основные и вспомогательные. Тренинг по развитию наблюдательности. Отрасли психологии. Краткая характеристика профессий психолого-педагогической направленности.	Оценка комфортности правил. Участие в играх, помогающих снять напряжение, установить доверительную атмосферу (например, «Никто не знает, что я...», «Расскажи мне о себе» и т. п.). Высказывание десятиклассниками своих ожиданий от занятий курса с использованием игры «Разворачивающаяся кооперация». Обсуждение вопроса о том, всегда ли совпадают призвание и профессия, полученное образование и сфера деятельности. Беседа о развилках на профессиональном пути, уникальности каждого профессионального маршрута, о наличии у каждого возможностей для его изменения. Тестовые пробы. Тренинг по развитию наблюдательности. Составление кратких профессиограмм.
2.	Познавательные процессы и способности. (8 ч)	Виды познавательных процессов. Определение внимания. Виды внимания. Структура и характеристики внимания. Факторы, влияющие на произвольное внимание. Память. Определение памяти, основные процессы и продуктивность памяти. Виды памяти. Законы и	Диагностико-развивающие процедуры по оценке и развитию познавательных процессов. Определение оптимальных индивидуальных приемов мнемотехники.

	<p>механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Условия, влияющие на запоминание. Мнемотехника. Инфографический конспект. Мышление. Виды мышления. Мыслительные операции. Пути развития и активизации мышления. Олимпиадный тренинг. Способности. Виды способностей. Уровни способностей. Измерение способностей. Понятие «Интеллект». Стороны интеллекта. Коэффициент интеллекта. Развитие интеллектуальных способностей. Творческие способности. Взаимосвязь между креативностью и интеллектом. Развитие креативности.</p>	<p>Игровые приемы и упражнения по развитию интеллектуальных и творческих способностей.</p>
3. Возрастная психология. (6 ч.)	<p>Психологические особенности развития ребенка. Ранний и младший школьный возраст. Подростковый возраст. Возрастные кризисы. Психологические и физиологические особенности юношеского возраста. Молодость как этап личностного развития. Психологические особенности первокурсников.</p>	<p>Биографическое эссе. Интервью с выпускниками школы. Анализ текстов популярных песен с целью определения возрастных особенностей героев.</p>
4. Тема 4 Личность. (6 ч)	<p>Психология личности. Индивид. Личность. Индивидуальность. Структура личности. Психологические теории личности. Темперамент и характер. Понятие «темперамент». Теории темперамента. Темперамент и свойства нервной системы. Типы темперамента. Интроверсия и экстраверсия. Характер и условия его формирования. Понятие «Я-концепции».</p>	<p>Соотнесение описания личности с психологическими теориями. Определение своего типа темперамента. Выработка рекомендаций по условиям формирования характерологических черт.</p>



- |   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| 5.  | Структура, функции и средства общения. (4 ч.)   | Структура и средства общения. Невербальные средства общения. Речевые средства общения. Позиции в общении. Стили общения. Виды общения. Этикет. Манипулирование и его причины. Помехи открытому общению. Игровые приемы развития коммуникативной культуры. Игровой коммуникативный тренинг.   | Игры по определению невербальных средств общения. Упражнения по развитию активного словаря и навыков публичного выступления. Игровой коммуникативный тренинг.   |
| 6.  | Основы делового общения и конфликтологии. (6 ч) | Деловое общение. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы беседы. Как воспринимать критику. Психологические особенности публичного выступления.<br>6.2. Конфликт. Стили разрешения конфликтов. Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.<br>6.3. Понятие медиации и восстановительного подхода в разрешении конфликтов. Знакомство с работой школьной службы медиации (ШСМ). | Просмотр видео и определение фаз деловой беседы. Подготовка публичного выступления по темам конфликтологии. Рефлексия. Знакомство с документацией и видеосюжетами о работе ШСМ                                    |
| <b>Раздел 2. Основы педагогики 34 (кол-во часов по разделу)</b> |   |  |   |
| 7   | Что является предметом педагогики? (4 ч)        | Межличностное и педагогическое взаимодействие. Понятие педагогического взаимодействия, его закономерностей как предмета, изучаемого педагогией. Ученик и Учитель – субъекты педагогического взаимодействия. Педагогические навыки и профессиональное знание, порождающие учительское мастерство. Составление инографических конспектов произведений классиков педагогики.  | Анализ литературных текстов о педагогическом взаимодействии. Ранжирование цитат педагогов по уровню развития педагогического мастерства. Составление инографических конспектов произведений классиков педагогики. |

- |   |  |   |
|---|--|---|
| 8. Личность учителя. (6 ч)                | Основные признаки психолого-педагогической культуры педагога: психолого-педагогическая грамотность, уровень педагогического мастерства, степень развития педагогических способностей, нравственно-профессиональная воспитанность. Требования, предъявляемые к учителю, работающему в учебных заведениях различного типа. Этические и психологические установки педагога: отношение к обучающимся, отношение к организации коллективной деятельности, отношение к самому себе. Профстандарты профессий в сфере образования. | Решение педагогических задач.<br>Разбор учебно-воспитательных ситуаций.<br>Анализ профстандартов специалистов в сфере образования.<br>Професиографическая экскурсия.  |
| 9. Педагогические способности. (8 ч)      | Понятие о структуре педагогических способностей. Интерес и склонность к педагогической работе – условие развития педагогических способностей. Трудолюбие как фактор, способствующий развитию способностей. Психологические основы самовоспитания при подготовке к педагогической деятельности. Методы оптимизации эмоционального состояния педагога: дыхательные упражнения, техники самовнушения и аутотренинга. Образ педагога в художественных произведениях.   | Диагностика педагогических способностей. Выработка рекомендаций по развитию педагогических способностей. Выполнение дыхательных упражнений, техник самовнушения и аутотренинга. Образ педагога в художественных произведениях путем просмотра видеоматериалов и чтения отрывков из литературных произведений. |
| 10. Основы педагогического общения. (4 ч) | Межличностное пространство. Речевые средства педагогического общения. Интонация, темп и громкость речи. Форма изложения мыслей. Позиции в общении. Роль эмоций в общении. Управление эмоциями. Приёмы расположения к себе. Оценивание своей социально-коммуникативной компетентности. Стили педагогического общения. Умение слушать и слышать.   | Игровые упражнения по развитию речевых средств общения.<br>Отработка приемов саморегуляции.<br>Диагностика социально-коммуникативной компетентности.<br>Игры и упражнения по развитию умения слушать и слышать.   |

- |   |   |  |
|---|---|--|
| 11. Профориентация, профессиональные пробы и культура жизненного пути. (10 ч) | Профориентация как наука и практика. Самоопределение и родительское программирование. Теория самоактуализации. Культура жизненного пути и жизненный успех. Профессиональные пробы в рамках проекта «Веселые и полезные перемены». | Диагностико-развивающие процедуры. Решение педагогических задач. Выполнение профессиональных проб. |
| 12. Итоговое занятие. (2 ч)   | Итоги изучения курса внеурочной деятельности «Основы психологии и педагогики». Основные эмоции, знания, выводы, сомнения, открытия. Защита творческих проектов.   | Рефлексия. Защита творческих проектов.   |

## Приложения

### Приложение 1. Описание игр, используемых на занятиях

**Игра «Никто не знает, что я...»** проходит следующим образом. Педагог просит каждого учащегося продолжить фразу «Никто не знает, что я...». Для проведения игры можно воспользоваться мягким предметом, который участники бросают друг другу после своего высказывания. Педагог первым продолжает эту фразу, а затем бросает мягкий предмет (мяч, игрушку) кому-то из школьников, который, поймав предмет, также продолжает эту фразу.

**Игра «Расскажи мне о себе»** может проходить в парах. В течение 2—4 минут школьники рассказывают о себе своему партнеру по паре то, что считают нужным. А потом каждый в течение минуты представляет своего товарища по паре для остальных школьников.

**Игра «Разворачивающаяся кооперация»** позволяет выяснить мнение группы по какому-то вопросу таким образом, чтобы мнение каждого было учтено. Сначала педагог просит каждого школьника сформулировать свои ожидания от предстоящих занятий. На это уйдет 1—2 минуты. Затем учащиеся объединяются в пары и составляют общий список ожиданий, учитывающий ожидания каждого. Это займет еще 2—4 минуты. Далее школьники объединяются в четверки и составляют общий для четверых человек список и т. д. Во время работы групп одинаковые ожидания объединяются, при необходимости переформулируются. Ожидания всех участников при этом должны быть учтены. В заключении формируется общий список ожиданий группы, который представляет один из участников.

**Игра «Общее и особенное каждой профессии»**, во время которой школьники делятся на 4 группы, представитель каждой из которых случайным образом выбирает две из заполненных ранее карточек с названиями профессий. В группах школьники заполняют таблицу, в которой есть два столбца. Первый столбец — профессиональные навыки, без которых в этой профессии не обойтись. Второй — не профессиональные, но необходимые навыки для того, чтобы быть успешным в этой профессии. Таким образом каждая группа опишет навыки, необходимые для двух доставшихся им профессий. После этого выступают представители групп. По окончании выступлений педагог организует обсуждение тех надпрофессиональных навыков, которые назвали школьники.

**Игра «Разговор через стекло».** Играют в парах. Один игрок находится «в магазине», а другой «за стеклом». Они не договорились о покупках, и тот, который «за стеклом», с помощью мимики и жестов объясняет тому, кто «в магазине», что он желает купить. Затем сверяется «список покупок» — сумели ли участники понять друг друга. Игра показывает, с одной стороны, каков уровень понимания между учащимися, а с другой — демонстрирует роль мимики и жестов в коммуникации.

**Игра «Интонация».** Вступительное слово педагога перед началом игры: «Бывают такие случаи в общении, когда собеседник неправильно интерпретирует интонацию, что служит причиной конфликта. Например, это может выглядеть так:

- А что ты голос на меня повышаешь?
- Да я не повышаю.
- Нет, повышаешь!
- (с раздражением) Нет, не повышаю!
- Ты чего орешь?!
- (крича) Да не ору я!!!

В начале игры на листочках бумаги школьники пишут название любого чувства или эмоции. Затем листочки собираются, перетасовываются и снова раздаются. Далее все

решают, какую строчку из какого известного всем стихотворения взять за основу игры. После этого учащиеся по очереди произносят выбранную фразу с интонацией, соответствующей тому чувству, которое записано на их листочке. Остальные школьники пытаются отгадать, с какой эмоцией школьник произнес заданную фразу.

Эта игра позволяет не только расширить диапазон интонационной выразительности учащихся, но и помогает им обнаружить, насколько адекватно воспринимается их интонация окружающими.

**Игра «Поза».** Двух игроков просят выйти из помещения. Третьему игроку предлагают изобразить позу человека, у которого большие неприятности: с работы уволили, машину разбил, с другом поругался и т. д. Далее просят одного из вышедших за дверь войти, посмотреть на игрока, который изобразил позу и попробовать предположить, что она означает. Затем ему самому надо принять ту позу, которая, на его взгляд, соответствует «переживаниям» предыдущего игрока. Последнему игроку предлагают проделать тоже самое. Все три игрока во время игры сохраняют молчание. Педагог объясняет задание каждому вошедшему в аудиторию игроку отдельно. После завершения игры каждый из игроков рассказывает, что он понял о состоянии своего товарища, анализируя его позу.

**Игра «Паровозик».** В начале игры педагог задает учащимся вопрос: «Кто может быть виновен в крушении поезда, если нет никаких помех?» Чаще всего отвечают, что машинист.

Далее педагог просит школьников выстроиться в затылок друг другу, положив руки на пояс предыдущему игроку — «паровозиком».

Затем детям дается следующая установка: один хлопок педагога в ладоши — надо всем сделать шаг вперед, два хлопка — шаг назад, три хлопка — шаг вправо, четыре хлопка — шаг влево. Во время игры будет много ошибок, и те, кто ошибаются, занимают место в конце «паровозика».

По окончании игры школьники приходят к выводу, что в «крушении» поезда виноват не всегда первый игрок — «машинист». Можно провести параллель с развитием любой конфликтной ситуации, и прийти к выводу, что и в конфликте тоже может оказаться не один виноватый.

**Игра «Первое знакомство».** Два участника — «соискатели» — выходят из аудитории и с помощью заранее подготовленного реквизита создают свой внешний образ, а также готовят небольшой текст для самопрезентации. Их задача: в течение одной-двух минут убедить оставшуюся часть группы, которая выполняет роль «работодателя», что они подходят для работы на вакантном месте. «Соискатели» сами выбирают ту вакансию, на которую они будут претендовать и заранее сообщают об этом «работодателю» (например, курьер на почте, воспитатель детского сада, системный администратор, администратор клуба квестов, стюарт в авиакомпании и т. п.). Каждый «соискатель» претендует на «свою» вакансию. После двух последовательных выступлений «соискателей» педагог организует обсуждение, используя вопросы: на что во внешнем облике соискателей вы обратили внимание прежде всего; каковы сильные стороны участника презентации; что сыграло определяющую роль при вашем решении принять или нет его на работу. После этого обсуждения «соискатели» говорят о том, что они пытались сказать «работодателю» с помощью созданного ими визуального образа и произнесенной речи; что было самым сложным в этом задании для них.

**Игра «Верю — не верю»** связана с историей лженаук — астрологии и нумерологии. Во время игры педагог произносит какое-то утверждение, а школьники или соглашаются с этим утверждением, или нет. Педагог после каждого ответа детей объявляет правильный ответ и поясняет событие или факт, о которых шла речь в том или ином утверждении. Можно использовать следующие утверждения:

1. Почти 50 лет назад 18 нобелевских лауреатов подписались под заявлением



«Возражения против астрологии». — Да, это верно. Это случилось в 1978 году.

2. Астрология не преподается ни в одном университете мира. — Нет, это не так. Курс астрологии преподается в нескольких университетах Индии.

3. Ни один эксперимент, который мог доказать истинность утверждений астрологии, не увенчался успехом. — Да, верно.

4. Люди часто очень высоко оценивают точность астрологических прогнозов. — Да, это так. Это связано с тем, что прогнозы очень расплывчаты, и многим людям при известной фантазии кажется, что это про них.

5. С 1958 года ведется эксперимент, в котором участвуют 2000 человек, родившихся в интервале 5 минут друг от друга. Он доказывает, что судьбы у всех этих людей сложились одинаково. — Нет, он доказал ровно обратное. У всех этих людей разные профессии, семейное положение, привычки и т. д.

Игра помогает школьникам понять, что различные предсказания, совпадения, гадания лишь способ переложить ответственность за свои поступки (в том числе и за неудачи в профессии) на стечение обстоятельств и «расположение светил».

Игры, помогающие развитию внимания, памяти, логического мышления.

*Таблицы Шульте.* Первый вариант таблиц изобрел немецкий психиатр Вальтер Шульте, он использовал их для измерения скорости включения в работу, для определения способности концентрировать и распределять внимание. Таблицы представляют собой квадрат с разным количеством ячеек по вертикали и горизонтали (от квадратов 3x3 до квадратов 16x16). В ячейки вписаны числа, например, от 1 до 25 (если это квадрат 5x5 с 25 ячейками) в произвольном порядке. Задача школьника быстро находить и называть все числа последовательно. Можно в порядке возрастания или убывания, можно записать часть чисел римскими цифрами, можно раскрасить часть ячеек цветом.

*Игра «Достоинства и недостатки».* Школьникам предлагается разделить лист бумаги на две половинки: слева записать достоинства, а справа — недостатки соседа по парте. Если отношения в группе позволяют, то можно обменяться этими записями или предложить ребятам сделать это на их усмотрение. Затем половинку с перечисленными недостатками своего соседа надо отрезать и выбросить, а на достоинствах нужно сосредоточиться еще раз. После этого участники вместе с педагогом анализируют процесс выполнения задания. Как правило, выясняется, что написать недостатки было гораздо легче, чем достоинства. А вот в профессиональном коллективе жить комфортнее, если ориентироваться на положительные стороны людей, а не «заикливаться» на отрицательных.

*Игра «Комплимент».* Задание для этого упражнения, на первый взгляд, простое: необходимо сделать комплимент другим участникам занятия. Но, как показывает практика, дети (да, собственно, и взрослые) не только не умеют делать комплименты, но и не умеют их принимать. Задача педагога — продемонстрировать, каким же образом делают комплименты и отвечают на них. Это важное умение для человека, общающегося с разными людьми, в том числе на работе, готового поддержать другого человека и создать позитивную атмосферу вокруг.

Педагог должен донести до учащихся две основные мысли:

1. Комплимент ценен тогда, когда сделан искренне. В противном случае — это либо лесть, либо издевка.

2. На комплимент следует отвечать, иначе рано или поздно у людей может пропасть желание их делать.

## Приложение 2. Диагностические материалы

### Тест «Мой характер и темперамент»

1. Часто ли вы испытываете тягу к новым впечатлениям, к тому, чтобы отвлечься, пережить сильные ощущения?
2. Часто ли вы чувствуете, что нуждаетесь в друзьях, которые могут вас понять, одобрить, посочувствовать?
3. Считаете ли вы себя беззаботным человеком?
4. Очень ли трудно вам отказаться от своих намерений?
5. Обдумываете ли вы свои дела неспешно, предпочитаете ли подождать, прежде чем действовать?
6. Всегда ли вы сдерживаете свои обещания, даже если вам это не выгодно?
7. Часто ли у вас бывают спады и подъемы настроения?
8. Быстро ли вы обычно действуете и говорите?
9. Возникало ли у вас когда-нибудь чувство, что вы несчастны, хотя никакой серьезной причины для этого не было?
10. На «спор» вы способны решиться на все?
11. Смущаетесь ли вы, когда хотите познакомиться с человеком противоположного пола, который вам симпатичен?
12. Бывает ли когда-нибудь, что, разозлившись, вы выходите из себя?
13. Часто ли бывает, что вы действуете необдуманно, под влиянием момента?
14. Часто ли вас беспокоит мысль о том, что вам не следовало что-либо делать или говорить?
15. Предпочитаете ли вы чтение книг встречам с людьми?
16. Верно ли, что вас легко задеть?
17. Любите ли вы часто бывать в компании?
18. Бывают ли у вас такие мысли, которыми вам бы не хотелось делиться с другими?
19. Верно ли, что иногда вы настолько полны энергии, что все горит в руках, а иногда чувствуете усталость?
20. Стараетесь ли вы ограничить круг своих знакомств не большим числом самых близких друзей?
21. Много ли вы мечтаете?
22. Когда на вас кричат, отвечаете ли вы тем же?
23. Считаете ли вы все свои привычки хорошими?
24. Часто ли у вас появляется чувство, что вы в чем-то виноваты?
25. Способны ли вы иногда дать волю своим чувствам беззаботно развлекаться в веселой компании?
26. Можно ли сказать, что нервы у вас часто бывают натянуты до предела?
27. Сльвете ли вы за человека живого и веселого?
28. Когда дело сделано, часто ли вы мысленно возвращаетесь к нему и думаете, что могли бы сделать лучше?
29. Чувствуете ли вы себя не спокойно, находясь в большой компании?
30. Бывает ли, что вы передаете слухи?
31. Бывает ли, что вам не спится из-за того, что в голову лезут разные мысли?
32. Если хотите что-то узнать, вы предпочитаете найти это в книге, но не спросить у людей?
33. Бывает ли у вас сильное сердцебиение?
34. Нравиться ли вам работа, требующая сосредоточенности?
35. Бывают ли у вас приступы дрожи?
36. Всегда ли вы говорите правду?

37. Бывает ли вам неприятно находиться в компании, где подшучивают друг над другом?
38. Раздражительны ли вы?
39. Нравится ли вам работа, требующая быстроты действия?
40. Верно ли, что вам часто не дают покоя мысли о разных неприятностях и ужасах, которые могли бы произойти, хотя все кончилось благополучно?
41. Верно ли, что вы неторопливы в движениях и несколько медлительны?
42. Опаздываете ли вы когда-нибудь на работу или на встречу с кем-либо?
43. Часто ли вам снятся кошмары?
44. Верно ли, что вы так любите поговорить, что не упускаете любого случая побеседовать с новым человеком?
45. Беспокоят ли вас какие-нибудь боли?
46. Огорчились бы вы, если бы долго не могли видеться с друзьями?
47. Вы нервный человек?
48. Есть ли среди ваших знакомых те, которые вам явно не нравятся?
49. Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли вас задевает критика ваших недостатков или вашей работы?
51. Трудно ли вам получить настоящее удовольствие от мероприятий, в которых участвует много народа?
52. Беспокоит ли чувство, что вы чем-то хуже других?
53. Могли бы вы внести оживление в скучную компанию?
54. Бывает ли, что вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли вы о своем здоровье?
56. Любите ли вы подшутить над другими?
57. Страдаете ли вы бессонницей?

### **Обработка результатов.**

Для ответа на вопрос, к какому лагерю - экстравертов или интровертов - вы относитесь, нужно подсчитать сумму ответов "да" в вопросах 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 и ответов "нет" в вопросах 5, 15, 20, 29, 37, 41, 51.

Если сумма баллов

от 0 до 10, то вы интроверт – замкнуты внутри себя;

От 15 до 24 – вы экстраверт – общительны, обращены к внешнему миру;

От 11 до 14 – вы амбиверт – общаетесь, когда вам это нужно.

Для определения коэффициента эмоциональной устойчивости следует подсчитать сумму ответов "да" в вопросах 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 2, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57 (см. график).

Если количество ответов «да»

От 0 до 10, то вы эмоционально устойчивы;

От 11 до 16 – вы эмоциональны впечатлительны;

От 17 до 22 – появляются отдельные признаки расшатанности нервной системы;

От 23 до 24 – вам грозит нервный срыв, невроз.

### **Экстраверты**

Экстраверты — это тип личности (или поведения), который ориентирован в своих проявлениях вовне, на окружающих.

Для экстравертов характерно поведение, при котором человек стремится к:

- общению с людьми,
- вниманию со стороны окружающих,
- участию в публичных выступлениях,
- участию в многолюдных мероприятиях и вечеринках.

Экстраверты "заряжаются" энергией от внешнего мира — от действий, людей, мест и вещей. Они — расточители энергии. Длительные периоды бездействия, внутреннего созерцания, или одиночества, или общения только с одним человеком лишают их ощущения смысла жизни. Тем не менее экстравертам необходимо дополнять время, которое они проводят в действии, интервалами просто бытия, иначе они потеряются в круговерти лихорадочной деятельности. Экстраверты могут многое предложить нашему обществу: они легко самовыражаются, сконцентрированы на результатах, обожают толпу и действие.

Экстраверты подобны солнечным батареям. Для них состояние одиночества или нахождение внутри подобно пребыванию под тяжелыми, плотными облаками. Солнечным батареям для подзарядки нужно солнце — экстравертам для этого нужно быть на людях. Как и интровертность, экстравертность — темперамент с постоянной схемой действия. Ее нельзя изменить. Вы можете работать с ней, но не против нее.

Экстраверт может быть превосходным тамадой, организатором (часто на общественных началах), чиновником, управляющим людьми, артистом или конференсье.

**Интроверты** — тип личности (или поведения), ориентированный внутрь или на себя.

В своей основе интровертность — тип темперамента. Это совсем не то, что застенчивость или отчужденность, это не патология. Кроме того, это свойство личности не подлежит изменению, даже если вы очень сильно захотите. Но вы можете научить работать с ним, а не против него.

Для интровертов характерно поведение, больше связанное с комфортным одиночеством, внутренними размышлениями и переживаниями, творчеством или наблюдением за процессом.

Самая важная отличительная черта интровертов заключается в источнике энергии: интроверты черпают энергию из своего внутреннего мира идей, эмоций и впечатлений. Они консервируют энергию. Внешний мир быстро вводит их в состояние перевозбуждения, и у них появляется неприятное ощущение, когда чего-то «чересчур много». Это может проявляться в издерганности или, наоборот, в апатии. В любом случае им необходимо ограничивать социальные контакты, чтобы не оказаться полностью опустошенными. Тем не менее интровертам нужно дополнить время, проведенное в одиночестве, временем, когда они выходят во внешний мир, иначе они могут потерять ощущение перспективы и взаимосвязи с другими людьми. Интроверты, способные уравновесить энергетические потребности, обладают стойкостью и упорством, могут смотреть на вещи независимо, глубоко сосредоточиваться и творчески работать.

Интроверты подобны электрической батарее с подзарядкой. Им необходимо периодически останавливаться, переставать тратить энергию и отдыхать, чтобы зарядиться снова. Именно возможность зарядиться и обеспечивает интровертам менее возбуждающая обстановка. В ней они восстанавливают энергию. Такова их естественная экологическая ниша.

Интроверт может быть превосходным учёным, исследователем, наблюдателем, писателем или индивидуальным предпринимателем. Если экстраверту для комфорта необходимо присутствие других людей, то интроверту комфортно трудиться и в одиночестве.

### **Амбиверт**

Амбиверт (в психологии) — личность, имеющая средние показатели по шкале интроверсии — экстраверсии. Экстраверсия означает обращённость ...

### **Пояснение к тесту.**

Определение типа темперамента.

Если в вашем окружении есть человек, вокруг которого все валится, рушится, летает, звенит и ломается, а голос его раздаётся с такой громкостью, что слышно в самых дальних закоулках, то вероятно он относится к холерикам. На напор не поддается, скорее сам

заведется так, что мало не покажется. Напирать на него или заводить вообще нет необходимости - он взорвется без дополнительной помощи с вашей стороны. А когда «Остапа понесет», то только держись! «Легкий танк» как охарактеризовала своего парня - холерика одна из девушек. А.П. Чехов точно заметил, что холерик шуток не понимает и все терпеть не может. Имеет ужасное свойство, делающее его малоприспособленным для семейных скандалов: ты повышаешь на него голос, а он повышает еще больше. Ты бьешь чашечку – он бьет обеденную тарелку, ты швыряешь в него подушкой, он... , впрочем, лучше не надо швырять в него подушку... Вы должны быть готовы, что муж-холерик может с чистым, но гневным сердцем запулить в вашу сторону башмак, утюг, ухват, гитару, музыкальный центр, стул – все, что попадет ему под руку. Потом он будет рыдать и просить прощения. Лучше, конечно, не в приемном покое...

Холерик подвижен, не заставляет себя ждать, когда требуется что-то придумать, предложить, выступить с инициативой. Известный психиатр В. Гарбузов утверждает, что древняя природно-биологическая функция холериков – завоевание новых пространств для стаи (племени, государства, семьи). Вот и держите такого в мирных домашних стенах! Неудивительно, что он норовит все время куда-то убежать. Не от вас, конечно, бежит. А к новым, неизведанным битвам

В большинстве случаев скромность не является заметной чертой холерика. Уверенность у многих холериков переходит в самоуверенность. Доделывать, додумывать, отшлифовывать не очень любит, хотя, если серьезно увлечется, остановить его трудно. В уходе это тоже проявляется весьма заметно.

Ждать не любит. Неудачи воспринимает как вызов судьбы - или лихорадочно действует, или впадает в апатию. Вообще, спутнице такого мужчины стоит привыкать к его перепадам настроения, вспыльчивости, периодическому многословию. Если он говорит, перебить его проблематично, если надуется в уголке, расшевелить тоже трудно. Хорошо, хоть объяснит, в чем дело (меланхолики редко на такое способны). Предсказать его реакцию на что-то новое практически невозможно - он не предсказуем!

Двигается такой «подарочек» специфически: быстро, порывисто, складывается впечатление, что у него слишком много рук, локтей и коленей. Обычно он хватается, дергает и бросает. Объятия соответствуют темпераменту (осторожно с позвоночником и ребрами!). Ему трудно широко и комфортно усестись в кресло или на стул – скорее присядет на край, как орел на обрыве - вот-вот взлетит! Всё-то ему надо сразу. И много... Не пытайтесь надеть на него «намордник» благочинности, это перерастет в неврастению, невроз. Вам нужен психически поврежденный муж? Тогда дайте ему поле для маневров, полку с вещами, которыми вы не очень дорожите, парочку врагов, цель для завоевания и реже запирайте его в четырех стенах. Дайте ему счастье побегать за собой, изредка награждайте пылкими свиданиями. В конце концов, от него есть и большая польза: если кто-нибудь к вам начнет приставать, холерик врежет ему раньше, чем вы отреагируете. Так что вокруг вас вскоре образуется табуированное свободное пространство, как вокруг царской персоны.

Сангвиник кое в чем похож на холерика, но в разведчики годится больше - хорошо владеет собой, уравновешен, на рожон не лезет. Если и есть какая-то яркая черта, то это ровная оптимистичность и работоспособность. Уверенность сангвиника - адекватная, подвижность не угрожает интерьеру, решительность от настроения мало зависит. Если у сангвиника рождаются идеи, считает естественным довести их реализацию до логического конца. Если ситуация накаляется, он в отличие от холерика не просто становится собранным, но и чувства юмора не теряет. Может шутками-прибаутками разрядить атмосферу. Из сангвиника может получиться не только характерный актер, но и актер-универсал – эмоциями владеет хорошо, речь громкая, интонации живые, мимика разнообразная. Сангвинику легче прослыть душой компании, заводилой и любимцем - он общителен, но не навязчив; уверенный, но не агрессивный лидер, активный, но не суетливый. Любит компании, легко знакомиться, в домашнем общении приятен. Легко



переключается, на проблемах не заикливается, отсюда то, что называется легкостью характера. Ссориться по пустякам не склонен, да и вообще отходчивый - одним словом, милашка! Природная роль сангвиника - обустройство «инфраструктуры» - связи между соплеменниками, управление, общественное самочувствие. Поэтому сангвиник вполне удобен в качестве мужа, но пару недостатков все-таки имеет. Например, его вкусы, интересы и склонности особым постоянством не отличаются. Может быть весьма влюбчивым. Вокруг сангвиника, как планеты вокруг солнышка, обычно крутятся поклонницы. Сангвиник наслаждается обществом противоположного пола - он буквально купается в лучах собственного красноречия и обаяния. «Ну как же я прогоню их, дорогая, я же не могу лишиться этих милых девушек СЕБЯ! Это будет слишком тяжело для них»- такие рассуждения с большей или меньшей долей самоуверенности характерны для сангвиников.

Работа для юношаов сангвиников нужна такая, где были бы разнообразные занятия, командировки смена деятельности. Может менять места работы в поисках такой, где было бы интересно. Если такой не находит - откровенно скучает и жалуется. Если уж увлечется - тогда другое дело. Трудоспособен, но способность эта не всегда реализуется. Любит командовать больше, чем подчиняться, предпочитает решать за других, расставлять людей по местам. Поэтому, если жизнь не корректирует сангвиника, оптимизм превращается в зубоскальство, прожигание жизни; лидерство - в тиранию, желание подавить тех, кто слабее и от него зависит.

Флегматика вычислить тоже довольно просто. Он – противоположность холерику. В классе – «не нарушает», среди женщин гоголем не ходит, в споре - незаметный, в драку вступает последним. Правда, если вступит, то остановить его будет труднее, чем холерика. Потому что основная черта флегматика – инерционность, то есть раскачивается долго, а когда раскачается, сам остановиться не может.

Вы видели на вокзале, как трогается с места груженный состав? Если сравнить с легковушкой – есть разница? А можете мысленно представить, как остановить этот самый груженный состав на полном ходу? А остановить при тех же условиях легковушку? Инерционность у товарняка во много раз больше, чем у легкового авто. Теперь вы понимаете, что такое флегматик, только начинающий что-то делать, и флегматик, уже серьезно увлекшийся чем-либо. Это две большие разницы. И вы собственного мужа можете не узнать в этих двух состояниях. Вчера это был ленивый толстячок, лежавший на диване и не торопясь набрасывающий на бумажке план переоборудования кухни, сегодня – это деревообрабатывающий станок, не знающий отдыха, монотонно и размеренно выдающий «на-гора» обструганные доски, детали и предметы интерьера. Порой и на обед не дозовешься – вот как втягивается в работу! Но степень трудолюбия флегматика зависит от воспитания: и тружеником может стать, и лентяем (достаточно вспомнить Обломова)!

Еще флегматик удобен тем, что с ним в квартире тихо. Лишних слов он говорить не любит, да и голос часто не громкий. Речь спокойная без, эмоций. По наблюдениям А. П. Чехова, «вечно серьезен, потому что лень смеяться». Из себя его вывести трудно, обижаться не торопится. Вещи вокруг него в порядке, в своих знаниях и возможностях он уверен – и на голом месте такая уверенность строится, а на трудом приобретенном опыте и грамотных, неторопливых расчетах. В спор себя втягивать обычно не дает – если уж так спор интересен или если спорщики пристали – нате вам, пожалуйста, пару веских суждений. И опять – молчок. Природно–биологическая роль флегматика (по В. Гарбузову) – обустройство «свежезавоеванной» холериками территории. Поэтому для мужа флегматика важны следующие пункты:

территория, на которую он пришел, - это его территория, и без всяких военных действий;

обживать и обустраивать ее по своему вкусу ему никто не мешает;



на этой территории его никто не торопит – всему свое время, а с бухты-барухты флегматик практически ничего не делает.

Флегматик хорошо чувствует ритмы и циклы, и его не напрягает монотонная работа – он знает, что лето сменяется осенью, а осень – зимой, и пахать по весне все равно придется. Даже если это управленец или бизнесмен, со стороны он смотрится «пахарем» - упрямый, неторопливый, размеренный и терпеливый, «сеет» он свой скромный или крупный бизнес и умело возвращает. Хоть и град, и снег – у природы нет плохой погоды. Обладая тонкой и ранимой душевной организацией, регулярные природные катаклизмы не переживешь. А руки опускать – только свой прежний труд губить. Поэтому за поэтическими тонкостями – это не к флегматику. Жизненные трудности его из седла не выбивают, воспринимаются им просто обычными житейскими неурядицами. Если вокруг шум и гам, качка и канонада – флегматик в состоянии работать практически без ущерба качеству. Иногда флегматики даже грубоватыми кажутся из-за своей неэмоциональности и толстокожести.

Да и в самом деле, они – самые «толстокожие» из всех темпераментов. На «слабо» их не возьмешь, ненужный товар не всучишь, к сомнительной сделке не согласишься. В загс тоже затащить флегматика под влиянием порыва трудно – это вам не страстный холерик или увлекающийся сангвиник! Зато... ах! Никто не умеет так преданно и долго ждать возлюбленную, как флегматик. Он из тех однолюбов, которые, встретив юношескую любовь через 10-20 лет, как ни в чем не бывало идет с ней под венец – знал ведь, что никуда от него не денется! А то, что возлюбленная не так свежа, далеко уже не утренняя роза, - так с лица воды не пить, главное, что человек тот же.

Меланхолик внешне «маскируется» под флегматика – тихий, негромкий, лишней активности избегает, экспрессивностью не отличается. Но имеет как минимум два принципиальных отличия. Его тихость и невозмутимость – чисто внешние, а внутри – нервы, как оголенные провода, скрытые обиды и сомнения. Малейшие колебания человеческого поля фиксируются: он замечает полувзгляды, полуулыбки, вдохи и движения бровей. Слышит, как трава растет. Что же удивляться тому, что крики, скандалы, слезы и, не дай бог, жизненные драмы выводят его из равновесия. И поэтому, когда меланхолик попадает в критическую ситуацию, он иногда даже теряет способность здраво соображать, а иногда просто «прячет голову в песок», как страус. Не потому, что он глупый или безответственный, а потому, что нагрузка для его чувствительной нервной системы запредельная. Просто «сгорают предохранители» и человек на некоторое время отключается. Если бы не отключался, то быстро попал бы на прием к психиатру. Так что старый трюк с «хулиганами» в подворотне с меланхоликом не проходит. В драку он, может быть, и полезет (мужчина все-таки!), но потом... Вы будете вынуждены много часов проводить успокоительные беседы, поить валерьянкой, ласкать и утешать меланхолика. Возможен вариант, что он сам сбежит от вас – если не захочет предстать перед Дамой сердца в столь немужественном виде. А сделать с собой он ничего не может – он не боец по натуре!

Кроме того, он нерешителен, неуверен, сделать выбор для него – сущее мучение! А познакомиться с дамой сердца для меланхолика – настоящая проблема. Какие дикие психологические выкрутасы должен провести над собой влюбленный меланхолик, чтобы просто подойти и узнать имя и контактные телефоны своей пассии! Да он самостоятельно и редко знакомится. Большие шумные компании меланхолик ре очень жалуется, многочисленных контактов избегает. В быту может изрядно доставать его способность обижаться по мелочам и реагировать на незначительные неприятности. Тепла и утешения требует больше, чем представители прочих темпераментов. Радует лишь, что и в ответ от него можно ожидать того же. Меланхолик – верный друг, поэтическая, тонкая натура, легко чувствующая ваше настроение. Хотите цветов, серенад, вздохов при луне? Пожалуйста! Только не очень часто приставайте с просьбами:

- решить тот или иной принципиальный вопрос;

- выбрать вид вклада в банке;
- сменить работу, к которой он привык;
- договориться о ремонте крыши (капремонте, перевозке багажа и т.п.)

Воспитанный меланхолик, конечно, будет пытаться взваливать на свои плечи сей тяжелый груз, но слишком частое злоупотребление его мужественностью может нарушить гармонию ваших отношений. Природная функция меланхоликов – диагностика. Меланхолик в обществе – аналог болевых клеток в организме. Начались неприятности в каком-то месте – там заболело. Так же и меланхолик: пока в обществе все относительно ровно, привычно, спокойно – спокоен и меланхолик. Как только появились малейшие признаки нарушения – меланхолик в напряжении. Его чувствительность позволяет ему хорошо реализоваться практически в любой диагностической деятельности, будь то проверка компьютеров, медицинская диагностика, психология, педагогика, экономика, менеджмент, и даже политика. Меланхолик активно забеспокоился - в будущем жди неприятностей. Кстати, несмотря на столь хрупкую структуру, спиваются меланхолики не чаще представителей других темпераментов – здоровье берегут! Естественно, что каждый из четырех представленных темпераментов в чистом виде встречается редко. Чаще можно наблюдать переходные формы – холерик-меланхолик, флегматик-сангвиник и т.д. Само собой, к женщинам это тоже относится. Не бывает только сочетаний меланхолика и сангвиника, холерика и флегматика – слишком уж они разные.

### *Тест «Умеете ли вы слушать собеседника»*

#### Тест I

Ответьте на вопросы, дав оценку в баллах: всегда – 4; часто – 3; иногда – 3; никогда – 2.

1. Даете ли вы собеседнику возможность полностью высказаться?
2. Обращаете ли вы внимание на подтекст высказывания?
3. Стараетесь ли вы запомнить услышанное?
4. Обращаете ли вы внимание на главное в сообщении?
5. Слушая, стараетесь ли сохранить в памяти основные факты?
6. Обращаете ли вы внимание собеседника на выводы из его сообщения?
7. Подавляете ли вы свое желание уклониться от неприятных вопросов?
8. Сдерживаете ли вы раздражение, когда слышите противоположную точку зрения?
9. Стараетесь ли удерживать внимание на словах собеседника?
10. Охотно ли беседуют с вами?

Итак, если у вас получилось 32 и более баллов – отлично, 27–31 балл – хорошо, 22–26 баллов – посредственно, менее 22 баллов – вам следует научиться слушать собеседников.

#### Тест II

Выберите наиболее подходящие вам ответы на вопросы.

1. По-вашему, цель беседы или разговора:
  - а) лучше узнать собеседника;
  - б) высказать свою точку зрения по данному вопросу;
  - в) поделиться мнениями и обсудить их.
2. Задают ли ваши дети такие вопросы: «Где и как спят облака?» или «Была ли бабушка маленькой?»:
  - а) часто;

- б) никогда;  
в) иногда.
3. По утрам, собираясь на работу, вы напеваете:
- а) да, всегда одну и ту же песню;  
б) да, обычно разные песни;  
в) нет, никогда.
4. В конце собрания вы задаете вопросы докладчику:
- а) да, всегда есть о чем спросить;  
б) иногда, когда не согласны с изложенной точкой зрения;  
в) никогда, поскольку не верите, что одним вопросом можно изменить точку зрения докладчика.
5. После разговора с другом или коллегой вам случалось менять точку зрения по обсуждаемой проблеме:
- а) да, довольно часто;  
б) иногда;  
в) никогда.
6. Когда вы разговариваете с кем-либо, то:
- а) больше говорите вы;  
б) больше говорит ваш собеседник;  
в) оба говорите поровну.
7. При одинаковой цене вы бы предпочли купить:
- а) книгу;  
б) компакт-диск;  
в) билет в кино.
8. Коллега хочет поделиться своими проблемами, которые вас не касаются. Вы подумаете:
- а) что потеряете ценное время;  
б) что теперь будете иметь на него влияние;  
в) что попытаетесь ему помочь.
9. Фраза, отражающая вашу точку зрения в большей степени:
- а) лишь специалист может говорить хорошо по данной проблеме;  
б) каждый может говорить обо всем, если умеет хорошо выражать свои мысли;  
в) специалисты не всегда хорошие ораторы, иногда они неубедительно говорят о проблеме и своих разработках.
10. Если при разговоре смысл слов ускользает от вас, вы:
- а) остановите говорящего и попросите объяснить сказанное;  
б) отметите про себя неясное, чтобы спросить об этом в конце разговора;  
в) в целом вам всегда все понятно.
11. Вы можете повторить сообщение или песню, услышанные утром по радио?
- а) да, всегда;  
б) да, но вам необходимо время, чтобы вспомнить;  
в) вы не можете вспомнить.
12. У эстрадного певца прежде всего вы цените:
- а) голос;  
б) внешний вид;  
в) поведение на сцене.
13. Посещение концертов для вас:
- а) событие, доставляющее удовольствие;  
б) светская обязанность;  
в) удовольствие, если исполняют ваши любимые произведения.
14. Вы в гостях, кроме вас еще 5–6 человек. Вы заводите разговор. Чаще всего:

- а) вас почти никто не слушает;
- б) все умолкают, чтобы выслушать вас;
- в) вы не являетесь инициатором разговора.

15. Вы в курсе событий общественной жизни благодаря:

- а) просмотру телепередач;
- б) прослушиванию радио;
- в) чтению газет. Подсчитайте баллы.

15-20 баллов. Вам требуется усилие, чтобы выслушать собеседника. Может быть, вы недооцениваете пользу, которую можно извлечь из разговора, чтобы расширить свои знания и жизненный опыт.

25-35 баллов. Вы посредственный слушатель. Для вас беседы не главный источник информации, а основа общения. От вас многое можно узнать, но не только вам дано право на истину. Даже критику полезно бывает выслушать упреки. Вам необходимо слушать больше, чем вы это делаете.

35—45 баллов. Вы обладаете редким качеством – умением слушать и говорить в меру. Разговаривать с вами – одно удовольствие. Ваши собеседники всегда могут почерпнуть из ваших слов что-либо полезное. Вы умеете входить в положение других людей – это хорошая черта характера, которую следует сохранить.

### Тест III

Перед вами 16 вопросов. Не задумываясь, ответьте «да» или «нет».

1. Ждете ли вы нетерпеливо, пока другой закончит разговор и даст возможность вам высказаться?
2. Спешите ли вы принять решение до того, как поймете суть дела?
3. Слушаете ли вы лишь то, что вам нравится?
4. Мешают ли вам слушать собеседника ваши эмоции?
5. Отвлекаетесь ли вы, когда ваш собеседник излагает свои мысли?
6. Запоминаете ли вместо основных моментов беседы какие-либо несущественные?
7. Мешают ли вам слушать предубеждения?
8. Прекращаете ли вы слушать собеседника, когда беседа становится напряженной?
9. Занимаете ли вы негативную позицию по отношению к говорящему?
10. Всегда ли вы слушаете собеседника?
11. Ставите ли вы себя на место говорящего, чтобы понять, что заставило его говорить именно так?
12. Принимаете ли вы во внимание тот факт, что у вас с собеседником могут быть разные предметы обсуждения?
13. Допускаете ли вы, что у вас и вашего собеседника может быть разное понимание смысла употребляемых слов?
14. Допускаете ли вы, что спор может быть вызван различием точек зрения или постановкой вопроса?
15. Избегаете ли вы взгляда собеседника в разговоре, смотрите ли вы по сторонам, когда слушаете?
16. Возникает ли у вас непреодолимое желание прервать собеседника и вставить свое слово за него или в пику ему, опередить его выводы?

Поставьте себе по 1 баллу за ответы «да» на вопросы 10, 11, 12, 13 и 14 и за ответы «нет» на все остальные.

Подсчитайте общее число баллов. Если вы набрали 13–16 баллов, у вас развито умение слушать, вы – приятный собеседник, у вас, скорее всего, много друзей и приятелей. Кроме того, к вам нередко обращаются за помощью посторонние люди.

10-13 баллов – средний результат. Вы можете сделать вид, что внимательно слушаете

собеседника, однако на самом деле чужая точка зрения вас не интересует. В разговоре вы предпочитаете, чтобы слушали вас.

Результат менее 10 баллов говорит о неумении и нежелании слушать собеседника. Вам следует изменить отношение к беседе и понять, что, внимательно слушая, можно узнать много нового и полезного, расширить свой кругозор.

### Приложение 3. Игровые упражнения

#### Упражнение "Зеркало"

Сейчас мы предлагаем выполнить несколько несложных заданий, точнее — симитировать их выполнение. Внимательно прослушайте задания. Их всего четыре. Задания следующие:

- 1) пришиваем пуговицу;
- 2) собираемся в дорогу;
- 3) печем пирог;
- 4) выступаем в цирке.

Особенность этих заданий в том, что каждое из них вы будете выполнять попарно, причем напарники встанут друг против друга, и один из них станет на время зеркалом, т.е. будет копировать все движения своего партнера. Затем партнеры меняются ролями. Но сначала давайте разобьемся на пары. Пожалуйста. Пары готовы, приступаем к заданиям. Итак, все пары по очереди выполняют задания по своему выбору. Один из них — исполнитель, а другой — его зеркальное отражение, подражающее всем движениям исполнителя. Остальные участники группы — зрители, они наблюдают за игрой пары и выставляют партнеру, играющему роль зеркала, оценку за артистизм. Затем партнеры в паре меняются ролями. Пары по очереди меняются, таким образом перед группой выступают все ее участники. Каждый выступает в двух ролях: в роли исполнителя и в роли зеркала. Группа оценивает актеров, играющих роль зеркала, по пятибалльной системе. Затем оценки всех участников будут суммироваться и каждый сможет узнать об успешности своей работы в роли зеркала. Итак, начинаем представление. Пожалуйста. Спасибо. Подведем итоги. Каждый участник вычисляет для себя суммарную групповую оценку, полученную им в роли зеркала. Итак, подводим итоги. Спасибо. Наш зеркальный тест завершен.

#### Упражнение «Разногласие»

В качестве основы для упражнения может послужить ситуация конфликта учителя и ученика из реальной практической жизни. Группе участников выдаются карточки с надписями роли, которую им необходимо проиграть, в присутствии коллег играют роли выбранных персонажей (педагог, классный руководитель, ученик, родитель), демонстрируя разногласия, а затем стараются достичь взаимопонимания, применяя принципы управления конфликтом, изложенные выше.

Для конструктивного разрешения конфликтных ситуаций следует придерживаться следующих рекомендаций:

1. В конфликте не бывает победителей: всегда проигрывают две стороны. Поэтому нет смысла высчитывать, кто виноват больше, и занимать позу «оскорбленного самолюбия». Отважьтесь на первый шаг – это показатель силы вашего характера и вашего самоуважения.
2. Начинайте беседу с описания конкретной ситуации, которая вас не устраивает. Старайтесь быть при этом максимально объективным. Чем детальней вы будете про это говорить, тем лучше. Если это возможно, приводите конкретные примеры.



3. Расскажите, что вы чувствуете в этой ситуации. Немало конфликтов между людьми осложняется наличием невысказанных мыслей чувств. Пользуйтесь при этом простыми словами: «Я обиделся», «Я испугался», «Я рассердился».
4. Старайтесь выслушать противоположную сторону (хотя это достаточно сложно). Необходимо помнить, что у вас разные мысли, разное восприятие ситуации и именно это вызвало конфликт. Поэтому отнеситесь к высказанному не как к истине, а как отражению позиции, желаний и интересов вашего оппонента.
5. Очень полезно разобраться в сокровенных мыслях. Чтобы убедиться в правильности своих предположений, лучше всего спросить у самого человека.
6. Найдите возможность высказать конкретные предложения относительно смены ситуации, поведения, отношений («Я вас прошу ...», «Я хотел бы ...», «Надеюсь вам не тяжело ...»). При завершении разговора скажите, *что* именно изменится, если вы преобразуете ситуацию или ваши отношения.

### **Упражнение «Я имею право быть»**

Цели: формирование уверенности в себе; развитие чувства собственного достоинства.

Члены группы встают, подходят друг к другу (организуются в динамические пары) и говорят друг другу по очереди свои права:

«Я имею право быть!»

«Я имею право на понимание!»

«Я имею право на твою любовь, понимание, снисхождение»

«Я имею право на свое «Я»!»

«Я имею право на уважение» и т.п.

### **Упражнение «Толерантность в общении»**

Цель: формирование умений активного, конструктивного, толерантного общения в конфликтной ситуации

Каждый из нас время от времени попадает в конфликтную ситуацию: с кем-то ссорится, получает незаслуженные обвинения. Выход из таких конфликтных ситуаций осуществляется по-разному. Это упражнение способствует тому, чтобы научиться конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.

Инструкция: «Припомните ситуации, когда вас или ваших знакомых обидели. Создайте пары, в которых один из партнеров выступит в роли того, кого обидели, а другой – в роли того, кто обидел. Разыграйте эту сцену так, чтобы использовать предложенную ниже схему. Из конфликтной ситуации можно выйти при помощи толерантного поведения, сохраняя при этом собственное достоинство и не принижая другого».

Схема достойного выхода из конфликтной ситуации.

1. Начинай разговор с конкретного и точного описания ситуации, которая тебя не устраивает: «Когда вы незаслуженно критиковали меня при всех...».
2. Выскажи чувства, которые возникали у тебя в связи с этой ситуацией и поведением человека по отношению к тебе: «Когда ..... я чувствовал себя униженным».
3. Скажи человеку, как бы тебе хотелось, чтобы он поступил. Предложи другой вариант поведения, который бы устроил тебя: «...поэтому я очень Вас прошу – в следующий раз...».
4. Скажи, как ты будешь вести себя в случае, если человек изменит свое поведение.

После отработки этого упражнения, предложите нескольким парам участников продемонстрировать свое умение толерантно общаться.

По окончании упражнения члены группы обмениваются мыслями об удачном выходе из конфликтной ситуации и причинах такого успеха.

Рефлексия.

### **Упражнение «Конструктивный стиль поведения в конфликте»**

Цель: анализ стилей поведения людей в конфликте, выбор лучшего стиля.

Обснащение занятия: 5 больших листов бумаги, фломастеры, карточки с «девизами» стилей поведения в конфликте, плакат «Сетка стилей поведения субъектов в конфликте» К. Томаса, Р. Килмена.

#### *Первый этап*

Инструкция к упражнению:

Ведущий предлагает участникам встать в круг, внимательно посмотреть друг на друга и опустить глаза вниз. По команде (хлопок в ладоши) каждый должен поднять голову и указать пальцем на одного из присутствующих. Если выбор совпадает, то пара отходит в сторону. Эта процедура повторяется до тех пор, пока вся группа не разобьется на пары. Потом необходимо договориться, кто в паре будет «А», кто «Б».

«А» должен занять место на стуле, «Б» встает перед ним. Соедините ладони ваших рук. Ставится задача – зафиксировать свое внутреннее состояние во время выполнения упражнения. И так, «Б» давит на ладони «А», «А» сопротивляется. (Для выполнения задания достаточно 30 секунд). Потом участники меняются местами и повторяют задание. Возвращаются в круг. Обсуждают то, что чувствовал каждый участник, когда партнер на него давил на его ладони.

Во время обсуждения ведущий обращает внимание на то, что в конфликтных взаимоотношениях люди испытывают дискомфорт, когда на них «давят» словами, интонацией, действиями. Не удивительно, что большинство из них стремятся избежать конфликта или в целом общения с такими «давящими» людьми.

Во время подведения итогов работы подгрупп, тренер вывешивает на флип-чарт плакат «Стили поведения субъектов в конфликте»- сетка К. Томаса, Р. Килмена. Он обращает внимание участников на позицию партнеров в общении и обозначает основную стратегию поведения в конфликте.

Стили поведения субъектов в конфликте

(Сетка К. Томаса, Р. Килмена)

#### **СОПЕРНИЧЕСТВО**

активные

действия

#### **СОТРУДНИЧЕСТВО**

нарастание

фрустрации

#### **КОМПРОМИСС**

снижение

фрустрации

#### **ИЗБЕГАНИЕ**

пассивные

действия

#### **ПРИСПОСОБЛЕНИЕ**

**СОПЕРНИЧЕСТВО.** Когда один человек стремится к достижению своих целей или реализации интересов без учета целей и интересов другой стороны, он вступает в соперничество или использует давление. В организациях такая борьба часто ведется с использованием преимуществ, получаемых в результате обладания формальной властью.

**СОТРУДНИЧЕСТВО.** Когда участники конфликта ориентированы на возможно полное обоюдное удовлетворение интересов, они вступают в сотрудничество. Такое поведение направлено на решение проблемы, на прояснение различий в позициях и точках зрения.

Люди имеют ввиду весь набор альтернатив и стремятся разобраться в реальных причинах и источниках конфликта. Результатом такого взаимодействия является победа обеих сторон.

**ИЗБЕГАНИЕ.** Человек может признавать наличие конфликта, но стремится избежать или подавить его. При этом избегание может приобретать чисто физические формы, когда люди пространственно отделяются друг от друга, чтобы не вступать в контакт. Если это невозможно, имеет место увеличение психологической дистанции. В рабочих группах естественно чаще встречается второй вариант.

**ПРИСПОСОБЛЕНИЕ.** Иногда интересы противоположной стороны ставятся выше собственных. Чаще всего такое самопожертвование происходит ради сохранения отношений.

**КОМПРОМИСС.** К компромиссу прибегают в тех случаях, когда лучше отдать часть, чем потерять все. Компромисс не предполагает ни проигрыша, ни выигрыша. Это скорее некоторое усреднение интересов. Обязательным признаком компромисса является необходимость поступаться частью своих интересов.

Здесь целесообразно поставить вопросы:

- При каком поведении во время конфликта партнер «давит»?
- При каком поведении во время конфликта партнер может почувствовать себя «ущемленным»?

#### *Второй этап*

Инструкция по выполнению упражнения.

Ведущий делит группу на две приблизительно равные подгруппы и предлагает одной из них найти позитивные стороны избегания как формы поведения в конфликте, привести примеры из жизни.

Вторая группа получает задание – найти негативные стороны этого вида поведения в конфликтной ситуации, проиллюстрировать их примерами.

Во время обсуждения предлагается обратить внимание на то, что один и тот же вид поведения эффективен в одной ситуации и действует разрушительно в другой.

Здесь можно поставить вопрос: «Почему люди могут избегать конфликтов?»

#### *Третий этап*

Инструкция для упражнения

Ведущий делит группу на четыре подгруппы. Каждая из них выбирает представителя, которому из четырех плакатов, предложенных руководителем, достается одна – с названием одного из главных стилей в конфликте с соответствующим девизом.

Содержание текстов на плакатах:

Конкуренция: «Чтобы я победил, ты должен проиграть».

Приспособление: «Чтобы ты выиграл, я обязан проиграть».

Компромисс: «Чтобы каждый из нас что-нибудь выиграл, каждый из нас должен что-либо проиграть»

Сотрудничество: «Чтобы выиграл я, ты тоже должен выиграть»

На протяжении 10-15 минут каждая подгруппа должна обсудить и подготовить в театрализованной форме конфликтную ситуацию, в которой демонстрируется данный вид поведения. После того как группа показала свои результаты, называется «девиз», который был обозначен как задание. После каждой показанной сцены вся группа обсуждает ее с точки зрения соответствия «девизу» и заявленному «стилю».

После выполнения задания важно обсудить, как данный вид поведения в конфликте повлиял на эмоциональное состояние его участников, их ощущения.

Могли ли другие виды поведения в данной ситуации быть полезными для участников, почему?

По каким причинам люди могут выбирать такой стиль поведения в конфликте?

Во время обсуждения темы необходимо рассматривать вопрос относительно того, какой стиль поведения является наиболее конструктивным стилем взаимодействия людей?

Обобщая занятие, тренер говорит о том, что избегание отличается минимальным, практически нулевым показателем настойчивости в удовлетворении собственных интересов. Конкуренция характеризуется максимальной настойчивостью в удовлетворении своих интересов. Сотрудничество объединяет максимальную настойчивость в удовлетворении как собственных интересов в конфликте, так и интересов другой стороны.

Рассматривается вопрос, как использовать ориентации поведения в конфликтах.

**Соперничество** приемлемо, когда:

- \* необходимы быстрые решительные действия;
- \* необходимо принять непопулярное решение по важным вопросам;
- \* есть уверенность в правильности выбранного важного решения;
- \* люди манипулятивно используют преимущества собственной позиции.

**Сотрудничество** приемлемо, когда:

- \* необходимо найти решение проблемы, и при этом разные позиции настолько важны, что компромисс недопустим;
- \* нужно полностью использовать весь творческий потенциал сотрудников;
- \* необходимо обеспечить приверженность какой-либо общей цели;
- \* нужно преодолеть негативные эмоции, возникшее в опыте общения.

**Избегание** приемлемо, когда:

- \* предмет разногласий несущественен. и есть другие более важные дела;
- \* отсутствует возможность удовлетворить собственные интересы;
- \* вероятность разрушить отношения больше, чем улучшить их;
- \* надо дать людям успокоиться, отойти от переживаний;
- \* другие могут решить конфликт более эффективно;
- \* перед принятием конкретных действий необходимо собрать информацию.

**Приспособление** приемлемо, когда:

- \* есть необходимость прислушаться к иной точке зрения, показать гибкость;
- \* предмет разногласий важнее для других;
- \* надо завоевать доверие и обеспечить прочную позицию на будущее;
- \* целесообразно минимизировать потери при слабой позиции;
- \* важны гармония и стабильность отношений.

Компромисс приемлем, когда:

- \* цели важны, но все же не стоят того, чтобы прибегать к жестким мерам для их достижения;
- \* оппоненты имеют одинаковую силу, но стремятся достичь важных целей;
- \* прийти к временному соглашению по важным вопросам;
- \* принят приемлемое решение при недостатке времени;
- \* когда нужно сделать “шаг назад”, если сотрудничество и конкуренция не помогают достичь целей.

**Упражнение «Моя проблема в общении»**

Цель: обучение участников разрешению конфликтных ситуаций и конфликтов.

Участники пишут на отдельных листах в краткой, лаконичной форме ответ на вопрос: «В чем заключается твоя основная проблема в общении?». Ответы, конкретизирующие индивидуальные проблемы, не подписываются. Листки складываются в общую стопку. Затем каждый участник произвольно берет любой листок, читает его и пытается найти путь, с помощью которого он бы мог выйти из данной проблемы.

Группа слушает его предложение и оценивает, правильно ли понята проблема и действительно ли предлагаемый путь способствует ее решению. Все участники делятся своими размышлениями по поводу целесообразных действий в разрешении каждой озвученной проблемы.

#### ***Упражнение «Прокуроры и адвокаты»***

Цель: развитие умений конструктивного ведения спора, отстаивания собственной позиции.

Одни члены группы на некоторое время становятся обвиняемыми, другие – прокурорами, а третьи адвокатами. Деление осуществляется на основе жребия. Обвиняемый садится на отдельный стул. Задача прокуроров выдвигать свои обвинения по поводу поведения, качеств личности обвиняемого члена группы, его суждений, увлечений, внешности и др. Задача адвокатов – отстаивать достоинства личности, аргументировано отвергать обвинения, акцентировать внимание на сильных сторонах личности.

После выступления обеих сторон, обвиняемый имеет право задавать вопросы и тем, и другим. В целом акцент должен быть сделан на принятие целостного образа каждого члена группы коллективом.

#### ***Упражнение «Армреслинг»***

Цель: осознание абсурдности стиля противоборства

Участники садятся попарно за столы. Тренер предлагает устроить импровизированные парные соревнования по армреслингу. Дается установка очень внимательно слушать задание.

Инструкция- задание: «Сядьте друг против друга. Поставьте правую руку на стол, упершись в него локтем. Сцепите кисти рук с соперником и приготовьтесь для борьбы. Внимание! Вы должны постараться за одну минуту максимальное количество раз побороть друг друга. Готовы? Начали!»

После окончания борьбы тренер спрашивает счет у каждой пары. Побеждает не те пары, которые изо всех сил старались побороть друг друга, а те, кто набрал максимальное количество очков в совокупности. Для этого надо было поддаваться друг другу по взаимной договоренности.

Счет 10 : 10 или 20: 0 лучше, чем 3 : 2. Но 10 : 10 лучше, чем 20 : 0.

Как правило, значительное большинство пар борются друг с другом изо всех сил. Поэтому тренер предлагает перенести результат этого соревнования на реальные межличностные или внутригрупповые отношения и сделать вывод о том, насколько продуктивна наша «упертость» в конфликтных ситуациях.

#### ***Упражнение «Мои сильные стороны»***

Цель: Обеспечение принятия себя и осознание членами группы своих достоинств.

Тренер говорит о том, что личностный рост человека, его внутренние изменения происходят тогда, когда он становится самим собой, а не тогда, когда он старается быть таким как другие. Положительные изменения происходят лишь в том случае, если человек отказывается от стремления стать таким, каким он хочет стать, а просто принимает себя таким, каков он есть на самом деле здесь и теперь. На данной мировоззренческой основе в психологической практике базируются различные методы самопрограммирования и саморазвития (Н. Шевандрин).

Тренер говорит: «Ваша первостепенная задача отныне – принять себя, полюбить себя (свое духовное, интеллектуальное и физическое «Я»»).



### **З а д а н и е:**

Каждый участник в течение 2-3 минут должен говорить о своих положительных качествах, о том, что он в себе любит, ценит, принимает. Он должен об этом говорить уверенно, свободно, без всяких «но, если, может быть». Если кто-то закончит свой рассказ преждевременно, то все остальные молчат до тех пор, пока не закончится его время. Тренер дает группе на подготовку к этому упражнению одну минуту.

### **Упражнение «Эмиграция»**

Цель: Осознание представление об окружающем личность значимом микросоциуме. Предположим, что вы решили совсем уехать из страны (переехать в другой город, школу). Тренер предлагает членам группы подумать о том, сколько человек пожалеет об этом? Почему? Кто эти люди? Скольких и кого это обрадует? Почему? В чем причина такого отношения к вам? Вы пытались что-то изменить в себе, в ваших отношениях с этими людьми? С кем из них, как и на сколько часто вы общаетесь? Составьте два перечня имен и ответьте на предложенные вопросы. Групповое обсуждение.

### **Упражнение «Ранжирование»**

Цель: Снятие усталости; повышение эмоционального тонуса; развитие социальной перцепции.

Члены группы должны, не разговаривая друг с другом, встать по росту, затем по цвету глаз, затем по цвету волос (от светлых к самым темным), затем по месяцам и дням рождениям, по ширине бедер, по шершавости ладоней, по разновидности одежды (выбрать признак самостоятельно), по длине пальцев рук и так далее.

Тренер может предложить каждому члену группы придумать свой признак и дать команду группе построиться.

### **Язык жестов.10 правил.**

#### **1. Внимательно наблюдайте за тем, что происходит вокруг.**

*Внимание основа эффективного обучения невербальной коммуникации. Наблюдайте за жестами, мимикой, позами человека. Только так вы сможете закрепить и усовершенствовать полученные знания. Сделайте наблюдение увлекательной игрой.*

#### **2. Наблюдение в контексте – это ключ к пониманию невербальной психологии.**

*Надо помнить, что признаков обмана как таковых не существует — нет ни одного жеста, выражения лица или произвольного сокращения мышц, которые единственно и сами по себе означали бы, что человек лжет. Жесты, позы, мимика, голос выражающие страх, волнение невиновного человека наблюдать и у лжеца. Именно наблюдение в контексте поможет отличить страх безосновательного обвинения от страха разоблачения.*

#### **3. Учитесь распознавать и расшифровывать универсальные сигналы невербального поведения.**

*Некоторые телодвижения практически не поддаются контролю со стороны человека. Например, опущение уголки рта, данное выражение очень сложно изобразить, не испытывая при этом негативных эмоций.*

#### **4. Учитесь распознавать и расшифровывать идиосинкратические сигналы невербального поведения.**



*Речь идет о индивидуальных невербальных сигналах поведения присущим каждому человеку. Для определения таких сигналов надо достаточно хорошо знать человека. Например, если Ваш друг перед собеседованием или экзаменом прикусывает губу или поглаживает кисть руки, это признак волнения, который говорит о неуверенности в себе. В дальнейшем в стрессовых ситуациях эти же признаки проявятся снова.*

**5. Когда вы общаетесь с другими людьми старайтесь определять их базовые модели поведения.**

*Базовая модель поведения - это телодвижения, позы, мимика свойственные человеку в состоянии комфорта или обыденной жизни. Мы не сможем увидеть отклонения если не знаем, как это выглядело в нормальном состоянии.*

**6. Всегда старайтесь замечать в людях множественные эмблемы – сигналы поведения, которые подаются одновременно или последовательно.**

*Другими словами, рассматривайте эмблемы (характерные телодвижения) в комплексе, делайте выводы на основе нескольких достоверных и выразительных телодвижений.*

**7. Важно искать в поведении человека изменения, которые свидетельствуют об изменениях в его мыслях, эмоциях и намерениях.** (жесты неуверенности) и наоборот если ситуация изменится, и он почувствует себя комфортно (жесты открытости) и уверенно (жесты уверенности) это также проявится внешне.

*Если человек не уверен в своих словах или действиях это будет выражаться и в языке жестов*

**8. Старательно учитесь распознавать ложные или обманчивые невербальные сигналы.**

*Навык распознавания ложных или обманчивых невербальных сигналов приходит с опытом. Мы можем встречать людей, которые знают и уверенно используют невербальные средства общения, используют нужные жесты что б убедить нас в своей честности, но насадом деле хотят ввести в заблуждение. Старайтесь замечать противоречия в языке жестов и поведении такого человека. Вы должны понять к то перед Вами. На мой взгляд уместно вспомнить о Главном законе жестов Майкла Каро:*

*Игроки либо играют роль, либо нет. Если всё же играют, то определи, что они ждут от тебя и разочаруй их.*

*Например, человек который хочет убедить других в своей искренности будет использовать жест открытых рук, но если при этом его ноги будут сомкнуты вполне вероятно что он лжет.*

**9. Умение различать признаки комфорта и дискомфорта поможет вам сфокусироваться на элементах поведения, способных сыграть самую важную роль в расшифровке невербальных сообщений.**

*Условно состояния человека можно поделить на комфорт (удовлетворение, счастье, расслабленность) и дискомфорт (неудовольствие, неблагополучие, стресс, беспокойство, напряжение) умения различить эти две категории даст Вам возможность понять истинные чувства человека, после чего Вы сможете сделать выводы чем именно вызвано данное состояние человека.*

**10. Когда наблюдаете за другими, старайтесь делать это незаметно.**

### **Упражнение «Я в своих глазах, я в глазах окружающих»**

Цель: развитие позитивного отношения к себе путем получения обратной связи.

В этом упражнении участники группы составляют два кратких личностных описания, каждое на отдельном листе бумаги. На первом листе – описание того, каким видит себя сам

подросток. Описание должно быть как можно более точным. На втором – описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие. Листки не подписываются. Описания «Каким я вижу себя сам» кладутся в отдельную коробку. Каждое самописание зачитывается вслух, и участники пытаются отгадать, кому оно принадлежит. Затем автор заявляет о себе, читает второе свое описание (описание того, каким, по его мнению, его видят окружающие) и получает после этого обратную связь от участников группы. Ценность этого упражнения заключается в том, что подросток обнаруживает, что другие относятся к нему лучше, чем он сам. Продолжительность упражнения 50 минут.

### **Упражнение «Афоризмы»**

Цель: учить ребят позитивно мыслить и использовать механизм самоподдержки.

Упражнение проводится в форме групповой дискуссии, основой которой являются высказывания великих людей. Анализируя такого рода высказывания, участники игры могут прийти к осознанию огромных возможностей, которыми они обладают, чтобы направить свои мысли в нужное для саморазвития русло. Ниже приводится список возможных афоризмов, который по усмотрению психолога может быть дополнен или изменен.

- \* Единственное искусство быть счастливым – сознавать, что счастье твое в твоих руках (Ж.-Ж. Руссо).
- \* Кто сам считает себя несчастным, тот становится несчастным (Сенека).
- \* Кто не стремится, тот и не достигает; кто не дерзает, тот и не получает (В. Г. Белинский).
- \* Уверовав в то, чем мы можем стать, мы определяем то, чем мы станем (М. де Монтень).
- \* Никогда не ошибается тот, кто ничего не делает. Не бойтесь ошибаться, бойтесь повторять ошибки (Т. Рузвельт).
- \* И после плохого урожая нужно сеять (Сенека).
- \* Каждый человек стоит ровно столько, во сколько он себя оценивает (Ф. Рабле).
- \* Один видит в луже только лужу, а другой, глядя в лужу, видит звезды (Неизвестный автор).
- \* Для того чтобы избежать критики, надо ничего не делать, ничего не говорить и никем не быть (Э.Хаббарт).
- \* Когда человек перестает верить в себя, он начинает верить в счастливый случай (Э Хови).
- \* Верьте в свой успех. Верьте в него твердо, и тогда вы сделаете то, что необходимо для достижения успеха (Д. Карнеги).
- \* Испробуй все возможности. Всегда важно знать, что ты сделал все, что мог (Ч. Диккенс).
- \* Если ты не знаешь, в какую гавань держишь путь, то ни один ветер не будет тебе попутным (Сенека).

Продолжительность упражнения 50 минут.

## Приложение 4. Художественные материалы

### Учитель на страницах книг

#### ***ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ – ПЕРВЫЕ УРОКИ***

Айтматов Ч. Первый учитель.  
Воронкова Л. Подружки идут в школу.  
Гарин-Михайловский Н.Г. Детство Тёмы.  
Коваль Ю. Полынные сказки. Нулевой класс. Ньюрка.  
Лиханов А. Крёсна. Крутые горы.  
Метгер И. Первый урок (в сб. «Учитель, перед именем твоим...» - М., 1985).  
Платонов А. Ещё мама.  
Раскин А. Как папа учился в школе.  
Соломко Н. Белая лошадь – горе не моё.  
Толстой Л.Н. Детство. Филиппок.  
Ян В. Никита и Микитка и др.

#### ***ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ***

Астафьев В. Фотография, на которой меня нет.  
Белых Г., Пантелеев Л. Республика Шкид.  
Драгунский В. Главные реки. Что любит Мишка. «Тиха украинская ночь». Пожар во флигеле или подвиг во льдах. Фантомас и др.  
Искандер Ф. Тринадцатый подвиг Геракла.  
Нагибин Ю. Зимний дуб.  
Платонов А. Песчаная учительница.  
Распутин В. Уроки французского.  
Сотник Ю. Эликсир Купрума Эса и др. Списки книг о школе, учителях и учениках

#### ***КАК УЧИЛИСЬ В ДРЕВНОСТИ***

Колпакова О. Как учились на Руси.  
Кончаловская Н. Наша древняя столица (глава "Как в Москве учились, чем в Москве лечились").  
Лурье С. Письмо греческого мальчика.  
Матье М. День египетского мальчика.  
Ян М. Никита и Микитка.

#### ***ШКОЛА - ОСНОВА ВСЕХ ИСКУССТВ И НАУК***

Бруштейн А. Дорога уходит в даль.  
Гарин-Михайловский Н. Детство Тёмы. Гимназисты.  
Гессен А. Жизнь поэта (главы "Лицейская республика" и "Лицейский Парнас"). Маршак С. В начале жизни.  
Помяловский Н. Очерки бурсы.  
Толстой Л.Н. Детство. Отрочество. Чарская Л. Записки гимназистки. Записки институтки.  
Чуковский К. Серебряный герб.  
Эйдельман Н. "Прекрасен наш союз".

#### ***ЧАС УЧЕНИЧЕСТВА: УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИКИ***

Белых Г., Пантелеев Л. Республика Шкид.  
Драгунский В. Главные реки. "Тиха украинская ночь...". Фантомас.  
Железников В. Жизнь и приключения Чудака. Чучело.

Кассиль Л. Конduit и Швамбрана.  
Коршунов М. Сентябрь + сентябрь. Трагический иероглиф.  
Кузнецова А. Земной поклон.  
Макаренко А.С. Педагогическая поэма.  
Носов Н. Витя Малеев в школе и дома.  
Соломко Н. Белая лошадь - горе не моё. Если бы я был учителем.  
Сотник Ю. Эликсир Купрума Эса.

### ***ВЕСЁЛЫЕ ШКОЛЬНЫЕ ИСТОРИИ***

Бородицкая М. Прогульщик и прогульщица.  
Гиваргизов А. Хитрый Зубов. Записки выдающегося двоечника.  
Голявкин А. Тетрадки под дождём.  
Давыдычев Л. Жизнь Ивана Семёнова, второклассника и второгодника.  
Дружинина М. Лекарство от контрольной. Что такое пер-пен-ди-ку-ляр, или Весёлые школьные истории. Мой весёлый выходной.  
Заходер Б. На задней парте.  
Лукашина М. Стойка на руках на уроках ботаники.  
Пивоварова И. Рассказы Люси Синицыной. Превращение фарфоровой свинки. Тройка с минусом, или Происшествие в 5 "А".  
Поляков В. Олух царя небесного (рассказы "Неведомая страна", "Лев Львович и зайцы").  
Рик Т. Чудеса в 5 а: русский язык в играх.  
Силин С. "Прекратите грызть перила!"  
Сочинская М. Школьная жизнь.

### **Образ учителя в кино**



Кто он - настоящий учитель, педагог? Каким он должен быть, чтобы в сердцах своих учеников остаться на всю жизнь? Чтобы, став взрослыми, они были благодарны ему не только за знания, но и за понимание, чуткость, воспитание? Вспомним старые фильмы о школе, на которых выросли целые поколения. Это наше детство, ошибки и уроки юности, первые огорчения и первая любовь. От фильма к фильму мы видим, как менялись учителя и ученики вместе с эпохой, какими были, какими стали...

Были ли в нашей жизни те настоящие педагоги, которых мы видели на экране?

### **Сельская учительница (1947)**



**Другое название: Воспитание чувств**

*Режиссер: Марк Донской*

*Сценарист: Мария Смирнова*

*Учительница: Вера Марецкая*

Бывшая гимназистка Варенька перед Первой мировой войной едет учить крестьянских детей, как тогда говорили - "идет в народ". Сурово встречает российская деревня юную учительницу. Кто она для них? Девчонка городская! А скольких детей она вырастила, сделала настоящими людьми, воспитала. Это ее ученики ушли на фронт в 1941 году, и следующее поколение - их детей - она вновь приняла в свой класс в послевоенные годы... Сельская учительница, стала для своих учеников второй матерью, настоящей, искренней, любящей и понимающей, верящей в них.

**Республика ШКИД (1966)**



*Режиссер: Геннадий Полока*

*Сценарист: Леонид Пантелеев*

*Учителя: Сергей Юрский, Юлия Бурьгина, Павел Луспекаев, Александр Мельников, Анатолий Столбов*

Экранизация одноименной повести Г.Белых и Л.Пантелеева. Фильм о новой школе – школе нового мира, открывшей свои двери для беспризорников. Республикой ШКИД назвали они свой новый дом. Доверие педагогов и их вера в этих заброшенных мальчишек и девчонок, полностью обезоружили тех, кто на улицах голодной страны был приучен к воровству и жестокому закону "человек человеку волк". В стенах ШКИДА им суждено было стать



настоящими людьми, верными, бесстрашными; теми, кому суждено было поднимать страну из руин и защищать ее в годы Великой Отечественной. Такими их сделали настоящие учителя....

### **Первоклассница (1948)**



*Режиссер: Илья Фрэнз*  
*Сценарист: Евгений Шварц*  
*Учительница: Тамара Макарова*

Добрый и оптимистичный фильм о том, как домашняя и немного капризная девочка становится Ученицей. А сделали ее такой героиня Тамары Макаровой – красивая, статная учительница - воплощение спокойствия и справедливости, и отзывчивые одноклассницы. Ради своей первой учительницы, ставшей абсолютным авторитетом для нее, Маруся готова была на все: приходиться в школу раньше всех, дежурить каждый день, часами сидеть над тетрадями, выводя буквы. Лишь бы учительница ее заметила, лишь бы похвалила! Первая учительница – она должна не только научить читать, писать, считать. Ей предстоит настроиться на серьезное отношение к учебе на все школьные годы, дать первые понятия о справедливости и чувстве долга, стать образцом для маленьких учеников. Именно она должна внушить первоклашкам, что учиться – это хотя и кропотливый труд, но это так здорово! Есть ли сейчас такие Первые учительницы...

### **Доживем до понедельника (1968)**

*Режиссер: Станислав Ростоцкий*  
*Сценарист: Георгий Полонский (дипломная работа)*  
*Учителя: Вячеслав Тихонов, Ирина Печерникова, Нина Меншикова, Михаил Зимин*



Учитель - педагог, но учитель и старший друг. Он строг и справедлив, но ему тоже знакомы сомнения, усталость, неудовлетворенность своей работой. Изменилась школа, изменились и ученики – они более сложные и наладить с ними контакт все труднее. Но настоящий Учитель ищет, борется за них, достучится до сердца каждого – ведь именно он может сделать их настоящими людьми или упустить...  
Как важно встретить в своей жизни настоящего Учителя.



## **Большая перемена (1973)**

*Режиссер: Алексей Коренев*

*Сценаристы: Алексей Коренев, Георгий Садовников*

*Учителя: Михаил Кононов, Наталия Богунова, Людмила Касаткина, Анастасия Георгиевская, Валентина Талызина*



Трудно всему научить и вырастить человека из ребенка, но еще труднее научить новому и сделать настоящими людьми взрослых! Как приучить к дисциплине, заставить учить уроки, да даже просто их не пропускать учеников, если они... старше их учителя? Как добиться от них уважения, понимания, доверия? Ответы на все эти вопросы есть в телевизионном фильме "Большая перемена", фильме о вечерней школе для взрослых. По паспорту все они взрослые, ученики Нестора Петровича, но все еще как дети сбегают с уроков, пропускают занятия... Но у них есть тот жизненный опыт, которого так не хватает их новому учителю, и кто тут кого учит? Фильм наполнен добротой, обаянием, юмором и буквально "растущен на цитаты".

Учиться никогда не поздно, главное найти у кого и чему...

Учитель дореволюционной школы, учитель во времена гражданской войны, довоенные учителя и педагоги первых послевоенных лет, учителя времен "оттепели" и "застоя" - в каждом черты той эпохи, особенности своего времени. И только у настоящих Педагогов, несмотря на веяния времени, всегда был особенный стержень – особая мораль и этика, особые требования к себе и другим. Именно они остались в памяти воспитанных ими поколений.

Фильмы о школе - может быть, они немного наивные и в школе, на самом деле, было все не совсем так. Только есть одно "но": снимали их бывшие ученики, в памяти которых школа осталась лучшим временем в их жизни. А то, что эти фильмы стали такими добрыми, с верой в настоящего Учителя, - это заслуга тех педагогов, которые когда-то учили читать и писать, учили жить тех режиссеров, сценаристов и актеров, которые написали о них, сняли фильмы, сыграли их на экране.

**К сожалению, в последние годы таких фильмов нет. Почему?**

## Приложение 5. Педагогические задачи

### *Задача на оказание помощи в разрешении конфликта*

Идя на урок, педагог видит у кабинета толпу ребят и двоих дерущихся юношаов. Педагог попросил всех зайти в кабинет, а драчунов остаться в коридоре. Закрыв двери и оставшись наедине с мальчиками, педагог спрашивает:

— Можете объяснить, почему вы поссорились, из-за чего возникла драка? Мальчики молчат, они угрожающе смотрят друг на друга.

— Это секрет? — серьезно спрашивает педагог. Они кивают головой.

— Тогда сделаем так, даю вам 5 минут — поговорите как мужчина с женщиной, только без кулаков и оскорблений, тихо, мирно выясните свои отношения. И помните, вы должны войти в класс более крепкими друзьями, чем были прежде, покажите всем, как вы можете цивилизованно решать сложные жизненные проблемы.

Вопросы и задания

1. Прав ли учитель? Чем он руководствовался?
2. Согласны ли вы с мнением, что на практике должно реализовываться некое представление о «мужском» и «женском» воспитании?
3. Какое решение приняли бы вы в подобном случае?

### *Задача на проявление и развитие творчества*

Урок рисования.

— Кто нарисует весенний ветер? — спрашивает учитель. К доске выходят двое. На одном рисунке дома и дым уносит ветром вместе с трубой, на другом — ветки верб хлещут по разорванным облакам...

— Чудесные рисунки, — поощряет учитель смельчаков. — Но что еще можно добавить? Какую деталь? Посмотрите в окно.

Затем учитель рисует на доске завиток. Его надо продолжить так, чтобы из него получился предмет. У одного получилась машина, у другого — крокодил, у третьего — человек, у четвертого — ботинок и т.д.

В классе хохот, но каждому хочется добавить свое.

— Вот видите, как много выражает одна только линия. И как по-разному видит мир каждый из вас.

Вопросы и задания

1. Каков стиль деятельности и поведения учителя?
2. Оцените, обосновав, каждый прием взаимодействия педагога с детьми.
3. В чем ценность выхода педагога за пределы традиционной классно-урочной формы организации обучения?

### *Задача на педагогическое стимулирование*

В начале второй четверти учитель предлагает ученикам начального класса:

— Давайте я вас расскажу так, чтобы мне было удобно с вами работать. Те, кто получил 3 или более низкую оценку, сядьте, пожалуйста, в ряд справа от меня.

А те, кто получил другие отметки, сядьте, пожалуйста, слева от меня. Для чего? Дело в том, что как только ты получишь уже не 3, а 5, я тебя пересаживаю в другой ряд, а как только станешь снова получать оценки ниже 4, я пересаживаю тебя обратно. Это игра в движение будет наглядно показывать ваши успехи и неудачи в учебе! Те ребята, кто сидит справа, больше нуждаются в моей помощи и помощи одноклассников. Они должны заниматься прилежнее, изменить отношение к своей работе в школе и дома.

Вопросы и задания

1. Какие закономерности учитывает педагог при стимулировании к учебе?
2. Можно ли перенести этот прием на юношаов?
3. В чем образовательная и воспитательная ценность такой педагогической стратегии?

### *Ситуации создания успеха и обеспечения роста достижений*

#### Ситуация 1

Первоклашке (в 1998 г.) дали нестандартное задание:

— В каком году твоя бабушка пошла в первый класс? «Это непростая задача, но я уверен», — сказал учитель, — что ты сможешь сам ее решить.

— Моей бабушке сейчас 50 лет.

— Сколько ей было лет, когда она пошла в первый класс?

— Столько же, сколько и мне, 7 лет.

— Хорошо, как узнать, сколько лет прошло с тех пор, как твоя бабушка пошла в школу, если ей сейчас 50 лет, а пошла она в школу с 7 лет?

— В школу она пошла в 7 лет, значит, — рассуждает малыш, — она пошла в первый класс — от 50 отнять 7 — 43 года назад. От 1998 отнять 43, получится 1955. Ура! Я знаю, в каком году моя бабушка пошла в первый класс — в 1955 году.

— Молодец! Ты правильно рассуждал и успешно справился с такой сложной задачей.

Вопросы и задания

1. Когда приобретенные знания становятся лично значимыми и лично воспринятыми?
2. Как связаны отношения первоклассника к учебе, к себе и к бабушке?
3. Какими принципами руководствовался учитель?
4. Что можно сказать об атмосфере на уроке?
5. На какой тип взаимоотношений с учениками ориентирован учитель? Обоснуйте свой ответ.

#### Ситуация 2

Однажды из всех желающих пойти ответить по карте географ Олег Иванович выбрал Кузина Мишу. Ученик был мальчиком старательным, но не всегда успевал хорошо подготовиться к уроку. К тому же был неповоротлив, неуклюж и мешковат...

Вопрос ему учитель задал нетрудный: найти на карте Австралию.

Услышав, что его вызывают, Миша так растерялся, что еле-еле встал из-за стола. Робко подойдя к столу учителя, он виновато поглядел на него и повернулся к карте.

Учитель, видя его состояние, подошел к нему, положил руку на плечо и ласково произнес:

— Не волнуйся, все будет хорошо. Вот указка, начинай смелее! Ты же знаешь... — Олег Иванович старался внушить юношау уверенность.

Кузин... медленно направился к карте. Но вместо Восточного полушария... он оказался у Западного. В классе нарастал шум.

— Минуточку, друзья, не будем мешать человеку», — сказал учитель. — Миша сейчас сам разберется. Только, пожалуйста, спокойнее...

Но Кузин стоял на прежнем месте. С ним явно происходило что-то неладное. Потом мальчик будет клясться и божиться, что он видел на карте не два, а одно полушарие...

Между тем Олег Иванович вел себя выдержанно. Другой бы на его месте сделал бы за время этой нелепой сцены не одно замечание, кое на кого прикрикнул бы и посадил Мишу на место. Но лицо учителя было по-прежнему спокойным, взгляд внимательным, но не строгим.

Успокоив класс жестом, он подозвал к себе Мишу и сказал:

— Такие случаи бывают, Миша. Человек хочет рассказать очень важное и хорошо подготовлен, но ему что-то мешает, скорее всего, волнение. Такое случалось даже со знаменитыми артистами: зная наизусть роль, они, едва выйдя на сцену, почему-то ее забывали, и положение спасал только суфлер... Пойдем к карте и хорошо подумаем...

Взяв мальчика за руку, Олег Иванович подвел его к карте полушарий и сказал:

— Ответь-ка сначала, сколько полушарий? Ты же это наверняка знаешь...

— Два — Западное и Восточное, — ответил Кузин.

— Вот видишь, хорошо! Я не сомневался, что ты ответишь. А теперь вспомни, в каком полушарии больше частей света?

— В Восточном полушарии», — сказал Миша.

— Правильно. Подумай теперь, где нам искать Австралию? К какому из полушарий нужно подойти?

Как впоследствии признавался Миша, только после этих слов перед глазами у него появились два круга, раскрашенных разными цветами, выплыла зеленая Австралия, которую он безуспешно искал в Западном полушарии.

И тут Кузин заговорил, заговорил как никогда бойко и уверенно...

Олег Иванович, не двигаясь с места до конца ответа, чтобы не отвлек его и не помешать, слушал Мишу с большим вниманием. Он не скрывал своей радости за успех Миши. Когда ученик закончил свой рассказ, Олег Иванович громко сказал:

— Молодец! Вот умница! Ты же все отлично знаешь, даже больше, чем написано в учебнике. Спасибо за ответ!

Миша, раскрасневшийся, счастливый, смущенно глядел на носки своих ботинок. На перемене он ходил по коридору настоящим героем.

#### Вопросы и задания

1. Опишите состояние школьника в данной ситуации.
2. Дайте мотивированную оценку характера взаимодействия педагога со школьником.
3. Зависит ли манера поведения и стиль отношений педагога от его возраста и стажа работы? Дайте аргументированный ответ.
4. Какое влияние на учеников класса может оказать такой стиль деятельности педагога?

#### Ситуация 3

Зная застенчивость Наташи, учительница предупреждает:

— Скоро спрошу. Приготовься. Вот текст, с которым ты справишься самостоятельно.

Она дает девочке карточку с текстом, который та должна прочитать. У Наташи есть время побороть смущение, собраться с мыслями. Многим учительница уже выставила поощрительные оценки по данной теме, а у Наташи отметки пока нет. Девочка очень возбудимая, учеба дается ей нелегко.

#### Вопросы и задания

1. В чем педагогическая ценность такой организации проверки знаний?
2. Какие установки дает педагог?
3. Какой подход к организации образования реализован в данной ситуации?

#### ***Ситуация стимулирования к самостоятельности принятия решений и действий***

Идет урок. Решая задачу, восемь учеников класса прибегли к одному способу, пятнадцать учеников выбрали другой, четверо пошли оптимальным путем. Учитель, однако, не спешит ставить точки над «i». Он предлагает преобразовать задачу на новый лад, при этом поощряя активность каждого ученика. Учитель и с оценками не торопится, как это бывает, — он больше всего озабочен работой мысли учеников, занят доброжелательным разбором не только всех способов решения задачи, но и ошибок отдельных учеников, поощрением все новых и новых самостоятельных поисков. Для него и его учеников (он их к этому приучает) самая большая радость и награда — радостный вскрик: «Я понял! Можно еще и так решить...»

#### Вопросы и задания

1. Каков стиль обучения на уроке?
2. Что служит критерием успеха на уроке?
3. Какие педагогические задачи ставились и решались на уроке?
4. Что больше всего беспокоит учителя? Что радует?
5. Что делает педагог, чтобы обучение обеспечивало развитие обучающихся?

#### ***Ситуация стимулирования к самовоспитанию***

У Вадика был трудный характер, подросток отличался строптивостью, непомерной гордостью, озорством. Курение, прогулы уроков — все это повторялось чуть ли не ежедневно. Традиционные меры воздействия были исчерпаны: просьбы, требования, принуждение, предложения, наказания, установка шефства, попытка отвлечь, перевод в параллельный класс и др. Исключить Вадика из школы или переводить в школу-интернат у педагогов не поднималась рука: у парня была светлая голова. Невзирая на воинствующее безделье, он успевал почти по всем предметам. И в вопросах жизни класса он был, как правило, справедлив, обладал чувством юмора, мог метко и иронично высмеять любого. Но его дерзость приводила к конфликтам и с педагогами, и с одноклассниками. Директор школы, который вел уроки истории у Вадика и поэтому хорошо его знал, в начале второй четверти вызвал мальчика к себе в кабинет и положил перед ним путевку в знаменитый «Артек»:

— Путевка нынче стоит больших денег. Однако ты получишь эту путевку бесплатно. Даю тебе два дня на сборы. По правде говоря, я обязан отдать эту путевку самому лучшему ученику школы, но сейчас ее получишь ты. Вот характеристика на тебя. Читай.

Вадик стал внимательно читать, но с каждой фразой уши его все больше и больше наливались кровью.

— Ты согласен с такой характеристикой? Мальчик, опустил голову и пробормотал «нет».

— Да, ты прав, в ней сказано, каким ты должен стать. Зачем я это делаю? Сейчас объясню. Ты мне очень нравишься, ты умный и сильный парень. Но мне нужно дать тебе именно сейчас возможность самому изменить себя, пока не поздно, а в новой обстановке это несколько проще. Там тебя никто не знает, и ты сможешь проявить свои самые лучшие способности. Конечно, я рискую своей честью, своим достоинством, может быть, даже должностью и местом работы, веря в тебя. Поэтому, если ты сорвешься, совершишь дурной поступок — это будет предательство. И еще помни: пока в школе об этом никто не должен знать, это твоя и моя тайна. А с учителями я сам поговорю.

Вадик стоял перед этим сидящим мужчиной, ошарашенный и изумленный.

Провожая юношаа на вокзал, директор обнял мальчика и сказал:

— Я верю в тебя и надеюсь, что предательства ты не совершишь.

Через десять дней от Вадика пришло первое письмо на имя директора школы: «...прошла уже неделя. Я ничего ни разу не украл и ни разу не курил — держусь... Так что спите спокойно (пока!). Я потом в школе все компенсирую».

Буквально перед приездом директор получил еще одно письмо от Вадика. Он принес извинение за последние слова своего письма, которые были скорее «данью прошлому». Были там и такие строки: «Василий Петрович, я каждый день борюсь с собой и повторяю себе: "Я предательства не совершу"».

Было бы преувеличением утверждать, что по приезде Вадик в школе стал совсем другим человеком. Безусловно, он изменился, как-то возмужал и стал более сдержанным. Было видно, что у него появился опыт самовоспитания, ценный нравственный опыт хорошего поведения, опыт терпения и выдержки, опыт доверия и дружбы с мудрым человеком.

#### Вопросы и задания

1. Дайте оценку педагогической находке директора.
2. Назовите методы, используемые в воспитательной работе с Вадиком.
3. Что помогло педагогу выбрать правильное решение в отношении Вадика?
4. Какова роль педагога в процессе самовоспитания юношаа?
5. Как самовоспитание влияет на развитие личности?

#### *Ситуация соперничества*

Третьеклассники активны: каждый стремится заметить ошибку товарища и исправить ее. В своем усердии кое-кто даже начинает фантазировать: видеть ошибку там, где ее и не было вовсе. Одна из девочек придирчиво следит за Ирой, которая читает у доски, и настойчиво машет рукой, желая исправить ошибку. Ее не заботит, чтобы Ира лучше читала, — есть лишь желание заявить о себе, продемонстрировать, что она может читать лучше, чем Ира, и заслужить похвалу учительницы.

#### Вопросы и задания

1. Чем объяснить подобное отношение обучающихся к своим одноклассникам?
2. Какой стиль отношений между учащимися формируется в таких условиях?
3. Какие выводы должен сделать учитель?
4. Что может чувствовать Ира в такой атмосфере?



### ***Ситуация выбора, приводящего к неудаче***

На уроке рисования учитель предложил нарисовать круглую чашку, которую поставил на стол в качестве модели. Сидящий впереди мальчик долго смотрел на чашку и наконец поднял руку.

— Можно я нарисую не чашку, а то, чего я никогда не видел? — спросил он.

— Что ж ты хочешь нарисовать? — удивился учитель.

— Дерево эвкалипт», — сказал мальчик задумчиво.

— Нарисуй, — согласился учитель.

Мальчик некоторое время молча сидел и смотрел перед собой. Потом опять поднял руку.

— Можно, я нарисую то, что видели только некоторые? — снова он обратился к учителю.

— Объясни, пожалуйста, что это такое», — сказал учитель с интересом.

— Синяя птица», — сказал мальчик очень серьезно.

Весь класс скрипел старательно карандашами. Но мальчик спустя некоторое время снова поднял руку.

— Я хотел бы нарисовать то, чего никто никогда не видел», — сказал он тихо. — Можно?

— Например?

— Мамонта, когда он просыпается», — сказал виновато мальчик.

— Мамонта? — переспросил учитель, внимательно глядя на него.

— Мамонта, — вздохнул мальчик.

— Ну что ж», — сказал учитель. — В конце концов можно и мамонта. Надо тебе, Саша, быстрее определяться, а то урок скоро закончится.

И действительно, через пять минут закончился урок, а у Саши так и остался чистым лист бумаги красивого альбома.

Как поступит учитель дальше с этим мальчиком?

### ***Ситуация предъявления требований***

*Предъявление требования в ущерб делу и другим людям.*

Урок шел как обычно. Виктория Кирилловна проверила выполнение домашнего задания и приступила к объяснению. И вдруг она услышала слева от себя отчетливый скрип. По выражению лица она сразу определила — скрипел Андреев и, не задумываясь, строго сказала:

— Андреев, прекрати скрипеть, иначе я тебя удалю с урока! Она и не подозревала, что провал ее тщательно подготовленного урока начался, потому что она поддалась на провокацию.

— Что Андреев-то, что Андреев-то?! — громко зашумел подросток. — Вы сначала разберитесь, кто скрипит, а потом говорите. А то: «Андреев, Андреев!» Учительница продолжала объяснение, и скрип тут же возобновился.

— Андреев, я последний раз предупреждаю, если ты сейчас же не прекратишь скрипеть, я удалю тебя с урока!

Андреев не прекратил скрип, и Виктория Кирилловна громко произнесла:

— Немедленно выйди из класса!

Андреев не вышел и пустился в длинные пререкания:

— А почему это я должен выходить? Вы сначала докажите, что это я скрипел. А то: «Уходи!»

— Пока ты, Андреев, не выйдешь из класса, я урок вести не буду!

При этих словах учительница захлопнула журнал и села за стол. Но это не возымело никакого действия ни на Андреева, ни на класс.

Время шло. Андреев не выходил из класса. Класс тем временем как бы разделился на три группы: первая — это те, кому совершенно было безразлично происходящее; вторая — те, кто ехидно наблюдал, чем же кончится конфликт, выйдет Андреев или нет; третья — это преимущественно активные девочки, которые шипели на виновника срыва урока:

— Витька, выйди же, тебе говорят. Ты урок срываешь!

Прозвенел звонок. Учитель написала на доске домашнее задание и быстро вышла из класса.

### *Ситуация приведения примера*

Алексей, восьмиклассник, связавшись с дворовой компанией парней старше себя, оказался участником группового нападения и избития прохожего. Ребята находились в нетрезвом состоянии.

Учитывая несовершеннолетие Алексея и его состояние здоровья (болезнь сердца), а также то обстоятельство, что он не проявлял при драке активности, а лишь присутствовал при этом, школе предоставлялась возможность взять его на поруки. Для этого необходимо было положительное решение педагогического совета школы. При отрицательном решении мальчика ждал суд и лишение свободы.

После бурного обсуждения педсовет большинством всего в два голоса все же принял решение — взять Алексея на поруки и разрешить посещать школу.

На завтра он впервые в жизни принял участие в дежурстве по школе и, надев повязку, добросовестно стоял на переходе у лестницы и следил за порядком.

В это время Валентина Ивановна провожала свой второй класс в гардероб. Проходя мимо Алексея, она сказала малышам громко:

— Дети, посмотрите — это тот самый хулиган (и она показала на Алексея, взяв его за рукав), которого вчера чуть не выгнали из школы. Помните, я вам утром рассказывала о нем.

В доли секунды Алексей сорвался с места и, бросив на ходу повязку дежурного, с искаженным лицом выбежал из школы.