УДК 37.015.32

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ УЧИТЕЛЕМ МЕТОДОВ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ПОДРОСТКОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

#### Селиванова Е.А.

ГБОУ ДПО «Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования», Челябинск, e-mail: sel lena@mail.ru

В современных условиях учитель должен владеть не только педагогическими, но и психологическими знаниями, вариативность образования, актуальность обучения в действии позволяют учителю внести креативность и глубокое психологическое содержание в педагогический процесс. В этой связи акцент делается на формировании психологической компетентности педагога в развитии личностных качеств подростка. В статье описываются психологические методы воздействия, позволяющие учителю сформировать у подростка универсальные учебные действия на любом уроке. Отдельное внимание уделяется приему использования притч при обучении подростков. Такое опосредованное воздействие на восприятие подросткое через метафору позволяет донести глубинный смысл некоторых жизненных ситуаций и явлений, развивает рефлексию и способствует личностному самоопределению. Обосновывается необходимость использования психологических методов к в работе учителя, в частности, рассматриваются психологические новообразования подросткового возраста, негативные подростковые проявления, которые можно корректировать учителю в образовательном процессе.

Ключевые слова: обучающийся, психологический метод, рефлексия, педагог, притча, метафора, образование, подросток

# USE OF TEACHER'S METHODS PSYCHOLOGICAL IMPACT AT EDUCATIONAL PROCESS AT WORK WITH TEENAGERS

#### Selivanova E.A.

Chelyabinsk Institute of retraining and Improvement professional skills of educators, Chelyabinsk, e-mail: sel\_lena@mail.ru

Teacher should have not only pedagogical but also psychological knowledge in modern conditions. Educational variability and its actuality in action let teacher make pedagogical process creative and psychologically profound. So the process of forming teacher's psychological competence in development of teenager's individual features is emphasized in the article. The author describes psychological methods, help teacher to form all-purpose study activities at every lesson. Special attention is paid to the parable technique at teenager's education. Such mediated effect on teenagers' perception through metaphor helps teacher to bring deeper meaning of some life situations, helps to develop reflection and personal self-determination. It is justified the necessity of using psychological methods at teacher's activities. New psychological formations at teenagers, negative teenagers' demonstrations are considered as they could help teacher correct his activity.

Keywords: student of training courses, methods psychological impact, reflexion, pedagogue, parable, metaphor, education, teenage

Модернизация образования диктует учителю необходимость использования современных технологий в работе с обучающимися. Это обусловлено несколькими причинами: во-первых, необходимостью повышения учебной мотивации обучающихся; во-вторых, важностью активизации познавательной сферы школьника, в-третьих, большой значимостью не только познавательного, но и личностного развития ребенка в процессе обучения. Поэтому учителю необходимо пересмотреть традиционные методы обучения школьников.

Современный учитель должен владеть не только педагогическими технологиями, но и быть психологически грамотным: знать возрастные и индивидуальные особенности учеников, поддержать в кризисной ситуации, уметь организовать к каждому ребенку свой подход. Многие педагоги испытывают затруднения в данном аспекте своей работы и являются не готовыми к оказанию психологической помощи некоторым обучающимся, не умеют эффективно воздей-

ствовать на его личность. Несмотря на то, что психологическое обеспечение образовательного процесса является прерогативой школьного психолога, данное направление должны реализовать и педагоги, отметим также, что не в каждом образовательном учреждении есть педагог-психолог, особенно это относится к малокомплектным школам. Провозглашенный в российском образовании принцип вариативности позволяет современному учителю моделировать педагогический процесс в интересном для него ракурсе, насыщая его психологическим содержанием и творческим смыслом, тем самым опосредованно воздействуя на личность подростка [3]. Современные школьники существенно отличаются от учеников предыдущих поколений, к ним необходимо применять новый подход, новые методы воздействия на личность, направленные на стимуляцию познавательной активности, развитие учебной мотивации, гармонизацию личностной сферы.

Воздействие – это влияние кого-либо на что-либо; процесс, результатом которого является изменение в структуре и состоянии, по крайней мере, одной из систем, участвующих во взаимодействии. Воздействие в психологии – это целенаправленный перенос движений и информации от одного участника взаимодействия к другому [4]. Методы воздействия рассматриваются как совокупность приемов, реализующих воздействие на потребности, интересы, склонности, установки, самооценки, состояния личности. К методам прямого неимперативного воздействия относят просьбу, убеждение, внушение, а к методам прямого императивного воздействия причисляют приказы, требования, принуждение. Отдельно выделяется манипуляция как скрытая форма управления субъектом. Можно выделить методы непосредственного и опосредованного воздействия на личность. При взаимодействии с ребенком наиболее эффективным является опосредованное воздействие, которое позволяет донести необходимую информацию, сформировать важные качества и свойства личности через различные психологические приемы и техники. Несмотря на то, что весь урок построен на методе воздействия на личность подростка, учитель не всегда может сформировать то или иное качество или определенную компетенцию, реализуя непосредственное педагогическое воздействие. Поэтому считаем необходимым описать методы психологического воздействия, которые может использовать педагог в образовательном процессе независимо от предметной области, в рамках которой он работает. К ним мы относим психологические упражнения, игры, элементы тренинга, техники и притчи, позволяющие организовать опосредованное психологическое воздействие на личность подростка, формируя у него навыки самоанализа, преодоления фрустрации, позитивного восприятия действительности.

Рассмотрим упражнение: «Уровень счастья». Подросткам необходимо нарисовать вертикальную линию, внизу которой располагается «0 %», а вверху «100 %» (размер линии не имеет значение). Далее предлагается отметить на данной шкале «уровень своего счастья», проанализировав, на сколько процентов он выражен в данный момент. После этого подросткам необходимо представить, что счастье — это их естественное состояние и соответственно уровень счастья равен 100 % в большинстве случаев. Если уровень счастья ниже 50 %, можно выполнить упражнение «Я благодарен за...» [6]. Необходимо написать минимум 10 пун-

ктов, отвечающих на вопрос: кому/чему я благодарен и за что? Это некий список всего того, за что можно быть благодарным судьбе на данный момент. После выполнения этого упражнения идет обсуждение по вопросам: «Задумываемся ли мы над этим вопросом?», «Слышим ли благодарность в свой адрес и от кого?», «Как часто озвучиваем свою благодарность близким людям?». Здесь важно донести до подростков мысль, в которой содержится ключевая фраза: «Относись к другим так, как хочешь, чтобы относились к тебе». Также предлагается в данный список включить различные благодарности, например, за солнечный день, свое здоровье, жилье, красоту, любовь.

Другим вариантом данного задания является упражнение «В чем мне повезло в этой жизни». Ученики разбиваются по парам, им предлагается в течение трех минут рассказывать своему однокласснику о том, в чем им повезло в этой жизни. После этого подростки меняются ролями. В конце упражнения проводится краткий обмен впечатлениями. Данное упражнение, кроме собственной ценности, создает хороший настрой на работу и повышает уровень жизненного оптимизма.

Можно предложить обучающимся в основной школе игру «Зато», цель которой заключается в снижении уровня фрустрации или стресса. Подросткам необходимо вкратце описать на листке бумаги несбывшееся желание, актуальную стрессовую или конфликтную ситуацию, неразрешенную на данный момент (допускается анонимность авторства). Затем все листки учителем собираются и озвучивается их содержание. Задача подростков заключается в том, чтобы привести как можно больше доводов к тому, что данная ситуация вовсе не трудноразрешимая, а простая, смешная или даже выгодная с помощью таких связок, как: «зато...», «не очень-то и хотелось, потому что...», «могло бы быть и хуже!» или «здорово, ведь теперь ...». После того, как зачитаны все ситуации и высказаны все возможные варианты отношения к ним, учитель предлагает обсудить результаты игры и ту реальную психологическую помощь, которую получил для себя каждый ученик.

С интересом подростки выполняют упражнение «Я в лучах солнца». В центре листа бумаги необходимо нарисовать круг (солнце) с лучами. Затем ученикам предлагается в круге написать большую букву «Я» и каждый луч подписать своим положительным качеством (похвалить себя). После выполнения упражнения идет рефлексия, проговариваются возникшие трудности и то, с чем они связаны. Оно позволяет увидеть

свои ресурсы, сильные стороны и является особо полезным для тревожных детей, агрессивных и так называемых «трудных» подростков. Учителю важно понимать, что скорректировать поведение ребенка можно только опираясь на его сильные стороны, показывая ученику его ресурсы. Педагоги же в большей мере ориентированы на обсуждение недостатков ребенка, что только фиксирует его на негативе, вызывает конфликты. Завершается это упражнение тем, что нужно озвучить каждое свое положительное качество, начиная с местоимения «Я», например: «Я умный», «Я добрый», «Я смелый» и прочее.

Данные упражнения направлены на формирование у подростков позитивной установки, такого способа восприятия жизненных ситуаций, в котором акцент делается на положительных моментах своей жизни: на том, что есть (а не на том, чего не хватает), на ресурсах (а не опасностях и угрозах), на своих достоинствах (а не недостатках), на опыте успеха (а не грузе неудач), на радостях (а не на печалях). Учитель должен знать, что в подростковом возрасте некоторые подростки склонны к суицидальным тенденциям, это связано с заниженной самооценкой, неумением преодолевать препятствия, незнанием своих ресурсов. Поэтому следующая техника – «Мой щит» – особенно важна для обучающихся подросткового возраста.

При выполнении этого упражнения необходимо лист бумаги разделить двумя диагональными линиями, идущими из левого верхнего края листа к правому нижнему и наоборот (получается рисунок в виде конверта, состоящий из четырех секторов). Верхний сектор необходимо разделить посередине вертикальной линией, в результате получится лист с пятью секторами, которые необходимо заполнить по часовой стрелке, начиная с верхнего левого края листа. Первый сектор называется «Кто Я?», необходимо дать ответ в виде слова (три определения), словосочетания или рисунка. Второй сектор - «Место моей безопасности», здесь также нужно ответить на вопрос в форме слова (три примера) или рисунок. Третий (правый) сектор называется «Мои достижения» (нужно отметить три пункта). Четвертый сектор – люди, которым я могу доверять (здесь необходимо отметить три человека) и пятый сектор – слова, которые я хотел бы о себе услышать (отмечается три слова/словосочетания). Когда это упражнение выполнено, проводится его обсуждение, где отмечается необходимость позитивных формулировок при ответе на вопросы с целью эффективности дальнейшего применения этой техники, возможные

затруднения. Данный «щит» может помочь в стрессовой ситуации, показывая ресурсы личности, ее достижения, ближайшее окружение, возможности.

Для того чтобы подростки могли использовать скрытые ресурсы своей личности, понять неосознаваемые моменты в своем поведении, учитель может предложить школьникам технику «Вот же это слово» [5]. Подросткам предлагается взять лист бумаги, расположить его горизонтально и написать в столбик шестнадцать слов, связанных с актуальной проблемной ситуацией или первые слова, которые приходят в голову. После того, как первая часть задания выполнена, предлагается объединить каждую пару слов, идущих по порядку, одним словом-ассоциацией. Слова из второго столбика не должны повторять слова, отмеченные в первом списке. Таким образом, должно получиться восемь слов, которые также нужно объединить по парам и подобрать к ним обобщающее слово или ассоциацию. Получается четыре слова, процедура повторяется. В заключении необходимо выйти на одно последнее слово, которое является ключевым. Это слово - ответ бессознательного на волнующий вопрос, это конец нити, который поможет распутать клубок актуальных проблем. Важно выполнять это технику в спокойной обстановке, обращая внимание на сопутствующие мысли. Порой бывает, что сразу после получения «слова» человека посещает необходимая идея, иногда ответ приходит через несколько дней. Важно держать в уме это «слово», прикладывая его к разным аспектам своей жизни. Очень хорошо эта техника помогает в ситуациях, связанных с выбором. Поэтому она будет полезна не только подросткам, но и старшеклассникам, и самим учителям.

Очень эффективным методом воздействия является притча, в ней в метафоричной форме содержится информация, позволяющая оценить некоторые жизненные ситуации, найти выход из них или принять важное решение. Учителю необходимо подбирать притчи на актуальные для подросткового возраста проблемы. У некоторых своевременных подростков отмечаются иждивенческие проявления, отсутствие стремления нести ответственность за свои поступки, страх самостоятельности в принятии решений. В данном случае можно привести в пример следующую притчу.

Притча «Открытые возможности»

«Однажды ночью одного человека посетил ангел и поведал ему о великих делах, которые будут впереди: у него будет возможность стать богатым, заслужить уважение и достойное положение в обществе, жениться на прекрасной девушке. Всю жизнь человек прождал обещанных чудес, однако ежедневно ничего не происходило, и в итоге он умер в нищете и одиночестве, да и уважения он тоже не приобрел. Когда человек попал на небо, то встретил у врат рая того ангела и упрекнул его: «Ты обманщик, пообещал мне богатство, уважение людей и красавицу жену. Я всю жизнь этого ждал, но ничего так и не произошло...»

Ангел ответил: «Разве это я тебе обещал? Я говорил о возможностях, которые у тебя были, и которыми ты не воспользовался». Человек парировал: «Неправда! Не было у меня таких возможностей!» Тогда ангел стал показывать ему эпизоды из прожитой жизни.

«Ты помнишь, как-то у тебя возникла рискованная идея, но ты побоялся, что она не сработает, да и осуществить ее будет не под силу. Ты не стал действовать, но через некоторое время эта идея пришла в голову другому человеку, он сейчас богат».

«А еще был случай, когда во время большого землетрясения было разрушено много домов, тысячи беспомощных людей лежали под обломками зданий, и ты мог бы помочь им спастись, выбраться из-под обломков. Однако ты испугался мародеров, а потом подумал, что есть и другие, более профессиональные спасатели. Если бы тогда ты не засомневался, то люди бы стали уважать тебя за помощь, ведь ты мог бы спасти человеческие жизни».

«Ну и последний случай. Помнишь ту рыжеволосую красивую женщину, которая очень нравилась тебе, она не была похожа ни на одну другую, кого ты встречал за прожитые годы. Но и здесь ты подумал, что такая женщина не захочет выйти за тебя замуж, ты сказал сам себе: «Перестань мечтать, кто она и кто я, красавица и чудовище».

Человек вспомнил все это, кивнул, и в его глазах появились слезы. Ангел продолжал: «Эта женщина стала бы твоей женой, она любила тебя не за внешность, с ней тебе посчастливилось иметь много прекрасных детей, и ты был бы по-настоящему счастлив всю жизнь».

Важно провести рефлексию чувств подростков на услышанную метафору, обратив особое внимание на то, по какой причине человек не смог добиться того, что было возможно.

В продолжение отмеченному можно привести следующую притчу.

Притча «В больничной палате»

«В одной больничной палате лежали два тяжелобольных человека. Кровать одного человека была расположена у окна, а другого – у двери.

 Что там, в окне? – как-то спросил тот больной, что лежал у двери.  $-\,\mathrm{O!}$  – оживился первый. – Я вижу голубое небо, облака, похожие на зверюшек, вдалеке озеро и лес.

Каждый день больной, лежащий у окна, рассказывал своему соседу о том, что творится за окном. То он видел лодку, рыбаков с большим уловом, то детей, играющих на берегу или влюбленную пару, держащуюся за руки. Его соседа в это время мучила злоба. «Это несправедливо, — думал он. — Почему его уложили у окна, а не меня. Я вижу только дверь с облупившейся краской, а он любуется видом из окна?»

Однажды больной, лежащий у окна, сильно закашлял и стал задыхаться. Он стал пытаться достать кнопку вызова медсестры, но сил уже не было. Сосед же спокойно наблюдал за происходящим. Он мог нажать на свою кнопку, но не сделал этого. Через какое-то время первый затих и вытянулся на своей постели. Когда его унесли, то сосед, лежащий у двери, попросил медсестру, чтобы его переложили к окну.

Медсестра так и сделала, перестелила его постель, помогла ему перелечь на другую кровать и, убедившись, что больному удобно, пошла к двери. Вдруг ее остановил удивленный восклик больного:

– Как же так! Ведь окно выходит на глухую серую стену! А тот, кто умер, рассказывал мне, что видел озеро, лес, облака и людей... Как он мог это видеть из такого окна?

Медсестра печально улыбнулась:

 Он вообще ничего не мог видеть – ваш покойный сосед был слепым».

Хорошо воспринимаются достаточно небольшие по объему, но емкие по содержанию притчи.

Притча «Счастье»

«Когда Бог слепил человека из глины, то у него остался один неиспользованный кусок.

– Что слепить тебе еще? – спросил Бог.

Слепи мне счастье, – попросил человек.
Ничего не ответил Бог, а только вложил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины».

Притча «Кораблекрушение»

«После кораблекрушения уцелел единственный человек, которого выбросило волной на небольшой необитаемый остров.

Он очень сильно молился о том, чтобы Бог спас его. Каждый день он высматривал на горизонте корабль, который бы спас его. Не дождавшись спасения, он решил построить шалаш из плавающих бревен, чтобы защититься от стихий. Но однажды, вернувшись после поисков пищи из леса, он нашел свое жилище окутанным пламенем, дым и гарь поднимались к небу. Все запасы были потеряны. Человек был охвачен горем и злостью.

Как ты мог так поступить со мною,
Бог!», – в слезах кричал он.

На следующий день рано утром его разбудил гудок корабля, приближающегося к берегу. Корабль пришел, чтобы спасти его. Утомленный и изумленный человек спросил у своих спасателей: «Как вы узнали, что я здесь?»

- Мы увидели твой дымовой сигнал, - сказали они» [1, 2].

Таким образом, применение учителем методов психологического воздействия на личность подростков на уроках позволяет не только сформировать личностные, коммуникативные учиверсальные учебные действия, но и повышает учебную мотивацию подростков, так как все упражнения, игры, задания завершаются рефлексией, тем самым актуализируется ведущая деятельность данного возраста — интимноличностное общение.

### Список литературы

- 1. Агранович С.3. Гармония-цель-гармония: Художественное сознание в зеркале притчи. М.: Логос, 1997. 134 с.
- 2. Безрукова В. С. Притча // Основы духовной культуры (энциклопедический словарь педагога). 2000.
- 3. Михайлова Н. Н. Педагогика поддержки: учебно-методическое пособие. М.: МИРОС, 2001. 208 с.
- 4. Словарь / под ред. М.Ю. Кондратьева // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь в шетси томах / ред сост. Л. А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского. М.: ПЕР СЭ, 2006. 176 с.
- Тест «Вот же это слово» [Электронный ресурс] // А.Я. Психология (azps.ru: [web-caйт]. 10.12.2008. –

Режим доступа: http://azps.ru/tests/kit/kit1002.html (10.12.2008)].

6. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: практическое пособие / пер. с нем. — 5-е изд., стер. — М.: Генезис, 2004.-256 с.

#### References

- 1. Agranovich S.Z. Harmony purpose Harmony: Art consciousness in the mirror of parable. M.: Logos, 1997. 134 p.
- 2. Bezrukov V.S. Parable // Basics of Spiritual Culture (Encyclopedic Dictionary of the teacher) 2000. 264 p.
- 3. Mikhaylova N.N. Support pedagogics: Educational and methodical manual. M: MIROS, 2001. 208 p.
- 4. Dictionary / Ed. by M. et al Atlas Kondratiev // Psychological vocabulary. Encyclopedic dictionary in volumes / Ed comp. L.A. Karpenko. Pedagogika. A.V. Petrovsky. M: PER SE, 2006. 176 p.
- 5. Test «This is the word» [Electronic resource] // A.Y. Psychology (azps.ru): [web-site]. 10.12.2008. Mode of access: http://azps.ru/tests/kit/kit1002.html(10.12.2008)].
- 6. Fopel K. Psychological Groups: Working Papers for the lead: A Practical Guide / translation from German, 5th ed., Sr. Moscow: Genesis, 2004. 256 p.

#### Рецензенты:

Агавелян О.К., д.псх.н., профессор кафедры коррекционной педагогики и психологии Института детства, ФГБОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет», г. Новосибирск;

Ильясов Д.Ф., д.п.н., профессор, зав. кафедрой педагогики и психологии, ГБОУ ДПО «Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования», г. Челябинск.

Работа поступила в редакцию 07.02.2014.