



«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

Удивительный мир практической психологии для классного руководителя

www.ainnova-test.ru

**ПРОГРАММА
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ
ПО АДАПТАЦИИ
К ПРОЦЕССУ ШКОЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 КЛАССОВ
«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ПОНИМАНИЯ»**

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

**НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ
НАУК**

Пояснительная записка

Актуальность программы.

Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии.

Начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Поступление в школу вносит большие перемены в его жизни. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости, гордости или удивления по поводу всего происходящего в школе, испытывает тревогу, растерянность, напряжение.

Некоторые первоклассники могут быть очень шумными, крикливыми, они без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованны, робки, стараются держаться незаметно, не слушают, когда к ним обращаются с вопросами, при малейшей неудаче, замечании плачут.

Таким образом, период адаптации в школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников.

Тип программы: общеобразовательная программа.

Программа предназначена для обучающихся 1-х классов.

Данная программа является частью программы психологического сопровождения первоклассников.

Цель: развитие конструктивного взаимодействия в системе «учитель-ученик», изменение отношения детей к правилам поведения в школе, развитие рефлексивной позиции, внимательного отношения детей друг к другу

Задачи:

1. осознание и принятие правил поведения в школе, на уроке, по отношению к различным людям;
2. обучение навыкам конструктивного общения: развитие навыков слушания собеседника, формирование конструктивного способа привлечения внимания, развитие уважения и интереса к личности другого человека, развитие рефлексивной позиции;
3. формирование самоконтроля в процессе общения.

Ожидаемые результаты:

1. Обучающиеся научатся приемам конструктивного взаимодействия в системе «учитель-ученик».
2. Обучающиеся осознали и приняли правила поведения в школе, на уроке, по отношению к различным людям
3. Обучающиеся обучились навыкам конструктивного общения: развитию навыков слушания собеседника, формирование конструктивного способа привлечения внимания, развитие уважения и интереса к личности другого человека, развитие рефлексивной позиции

Тематическое планирование:

Модуль №1 «Зачем человеку правила?» - 2 часа
Занятие №1 « Кто и зачем должен соблюдать правила»
Занятие №2 « Нужны ли нам правила?»
Модуль №2 «Услышь меня!» - 2 часа
Занятие №3 «Зачем людям уши?»
Занятие №4 «Ой, что вы сказали?!»
Модуль №3 «Кажется, мы расшалились!» - 2 часа
Занятие №5 «Держите себя в руках!»
Занятие №6 «Зачем нам быть сдержанными?»
Модуль №4 «Пожалуйста, посмотрите на меня!» - 1 час
Занятие №7 «Обратите на меня внимание!»
Модуль №5 «Хорошо ли я общаюсь?» - 3 часа
Занятие №8 «Границы и пароли»
Занятие №9 «Границы и пароли»
Занятие №10 «Узнай меня!»
Занятие №11 «Рисуем вместе» Заключительное – 1 час

Рекомендации по организации программы

Форма: практическое занятие – 45 минут

Методы: рассказ, беседа, тренинговые упражнения (ролевая игра)

Материально-технические условия: наличие кабинета для групповых занятий

Место реализации программы: в стенах общеобразовательной школы

Формы и содержание контроля:

а) промежуточный контроль: наблюдение педагогом-психологом и классным руководителем.

б) итоговый контроль: наблюдение педагогом-психологом и классным руководителем; каждый желающий ученик приводит пример использования полученных знаний и умений в школьной жизни.

Модуль 1 «Зачем человеку правила?»

Цель: формирование положительного отношения к правилам поведения в школе у младших школьников

Задачи:

1. дать представление детям о необходимости правил в различных взаимоотношениях
2. побудить учащихся к изменению отношения к правилам, устанавливаемым в школе, к дисциплинарным требованиям
3. разработать структуру правил, которые способствовали бы конструктивному взаимодействию между учениками и учителями

Занятие 1.

« Кто и зачем должен соблюдать правила.»

Ход занятия

1. Разминка «Слушай команду»

Психолог произносит команду, которую дети тотчас же выполняют

Команды:

- Положи правую ладонь на левое плечо
- Прикоснись левой рукой носа
- Поверните голову влево
- Поверните голову вправо
- Положите левую руку на голову
- Сядьте за парты

2. Работа со сказкой (Приложение №1)

Обсуждение:

- О чем была сказка
- Что вы узнали из нее, с кем познакомились
- Что такое правила и где их нужно соблюдать
- Зачем нужны правила
- Какие правила нарушил Трумбик
- Если бы у нас в стране Трумбик нарушил все эти правила (сорил бы на улице, ел в магазине и не платил, отбирал мяч у ребят и т.д.) что бы ему было
- Какие правила поведения существуют в магазине, школе, театре
- Зачем в игре нужны правила
- Какие правила в играх вы знаете
- Что будет, если в игре не будет правил

3. На что похоже правило?

- Ребята, мы сегодня говорим о правилах, об их значении для жизни людей. Правила помогают жить, одни разрешают что-то, а другие, наоборот, запрещают, ограничивают. Но, тем не менее, правила очень нужны: они помогают человеку жить.

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

- С кем или с чем вы могли бы сравнить правило (примеры: похоже на забор, который куда-то не пускает; на полицейского, который говорит, куда можно идти, а куда нельзя). Варианты учеников

- Всегда ли правило – это плохо?

Есть правила разрешающие, и запрещающие (примеры + варианты учеников)

4. «Самое-самое»

Инструкция: психолог зачитывает рассказ (ПРИЛОЖЕНИЕ №2)

Обсуждение:

- Ребята, давайте подумаем, как нам вернуть правила в эту школу?

- Ребята, что будет, если уйдет правило... (разбираются последствия нарушения каждого правила)

- Т.е. мы можем сделать вывод, что у правил очень тяжелая работа, но они очень-очень нужны и полезны.

- Смогут ли люди жить без правил?

5. Правила поведения в школе

- Ребята как вы думаете, какие правила необходимы в школе? (на доске вывешиваются картинки с правилами (см. ПРИЛОЖЕНИЕ №3)

- Какие правила есть для учителя и для учеников?

- Как вы думаете, нужны ли они вообще (ответы учеников)

Обсуждение: Правила нужны в школе, они дают возможность учиться, дружить, играть. Соблюдать правила должны все, не только ученики. Правила нужны, они подсказывают нам, как себя вести по отношению к каждому человеку.

6. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Домашнее задание: рисунок «Трумбик»

Занятие 2

«Нужны ли нам правила?»

Ход занятия

1. Разминка «Ласковое имя соседа»

Каждый ученик называет ласково по имени своего соседа по парте.

Обсуждение рисунков «Трумбик», выбор рисунка на занятие.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №4)

Обсуждение:

- Ребята, а как вы думаете, почему так произошло?

3. Что ответил Трумбик учителю? Рисунок на тему «Школа с правилами и без»

Ребята, так как мы с вами находимся в школе, то и думать о правилах нам

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

проще на примере школы.

- Если бы не было правил, что тогда происходило бы в школе

А теперь я предлагаю вам нарисовать два рисунка на такие темы: «Школа с правилами» и «Школа без правил»

Обсуждение:

- Что общего есть в рисунках

- Понравилось ли вам такая жизнь, когда вас колотят, обижают, отбирают, обзывают

- Можно ли назвать рисунки «Школа без правил» радостными

- Какой вывод мы можем сделать: нужны ли нам правила в школе? Зачем? (

Пример ответов: правила в школе нужны, они нам помогают, выполнять их иногда очень сложно и не хочется, но все равно нужно)

4. «Нужное правило»

Инструкция:

- Ребята, сейчас мы с вами устроим спор между правилами на тему «Какое правило главное?»

- Мы с вами уже стали понимать, что правила очень и очень нужны в жизни. Но задача наша в том, чтобы определить, какое же правило в жизни нашего класса самое важное? *(На доске вывешиваются правила (ПРИЛОЖЕНИЕ №5). Психолог приглашает учеников, каждый из них выбирает себе правило)*

Дети по очереди высказываются о том, почему выбранное им правило самое нужное. После того как выскажется каждый ученик, необходимо выбрать самое главное правило.

Обсуждение:

- Можно ли выбрать самое важное правило

- Почему именно выбранное правило главное для нашего класса

- Важны ли все остальные правила

Вывод: Каждое правило поведения хорошо в конкретной ситуации

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Модуль 2 «Услышь меня!»

Цель: мотивация детей на внимательное отношение к словам собеседника

Задачи:

1. Понимание необходимости уметь слушать и слышать в процессе общения;
2. Изменение отношения к процессу слушания, обучение способам выслушивать друг друга, учителя, сдерживать эмоциональную реакцию на действия учителя, взрослого.

Занятие 3.

«Зачем людям уши?»

1. Разминка «Перенести стул»

Инструкция: нужно перенести стул с места на место

- как будто это мешок с золотом
- как будто это наполненное до краев ведро с водой
- как будто идешь по минному полю

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №6)

Обсуждение:

- Ребята, как вы думаете, что такого важного сделал Трумбик
- Как вы думаете, почему на Трумбика обижались дети и учительница
- Почему так важно слышать другого человека

3. Групповая дискуссия на тему «Слышать и слушать – разное или одинаковое?»

- Ребята, сейчас я расскажу вам анекдот (*Выходит Вовочка из комнаты, а мама ему говорит: «Вовочка, не ходил бы ты на дискотеку, оглохнешь». А Вовочка отвечает: «Спасибо, мам, я уже пообедал!»*)
- Как вы думаете, Вовочка маму слышал или слушал? В чем разница между этими двумя словами?
- Конечно, он ее слышал (*слышать - слово на доску*). Слышим и мы, когда просто воспринимаем набор звуков. Например, бра-ро-ра – мы слышим звуки. А вот слушать (*слово на доску*) – это значить, задумываться над тем, что тебе говорят (*рассмотреть пример с Вовочкой*).
- Т.о. два слова, которые очень похожи друг на друга, оказываются разными по своему значению.
- Бывали ли у вас такие ситуации, когда вы или вам что-то говорили, а вас или вы не слушали человека?

4. «Услышь меня!»

- Мы сегодня говорим о том, что есть два похожих слова: слышать и слушать. Мы с вами попытались понять, в чем разница между ними. Слушать – это понимать смысл того, что тебе говорят.

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Слышать – это просто воспринимать набор звуков.

- Представьте себе такую ситуацию: учительница на уроке что-то объясняет, а вы все кричите. Как вы думаете, услышит ли учительница вас, а вы ее?

- Сейчас мы попробуем сыграть в игру, где один будет учительницей, а все остальные – шумными учениками. Задача учительницы – услышать, что говорит каждый из учеников. Сложность состоит в том, что говорить мы будем все одновременно (*приглашается желающий*).

По команде психолога все дети начинают громко говорить на тему: Погода за окном, а ученик в роли учителя внимательно слушает, что говорит каждый.

Обсуждение:

- Понравилось играть или не понравилось?
- Было ли легко или сложно слушать и слышать каждого ученика?
- Что говорил каждый ученик?
- Что слышал учитель? (*шум*)
- Что слушал учитель? (*каждого ученика*)

Вывод: Слушать человека не так уж легко, но зато ты получишь много информации

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Занятие 4

«Ой, что вы сказали?!»

1. Разминка «Подхвати палочку»

Инструкция: к доске выходят по 6 учеников. Ученики рассчитываются на 1-й, 2-й и т.д. Ученики встают в круг. Психолог берет палочку. Определяет ее в центр круга на втянутой руке, называет один из номеров учеников и отпускает палочку из руки. Задача: поймать палочку ученику с данным номером.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №7)

Обсуждение:

- Что вы узнали из сказки?
- Что особенного запомнилось?
- Что понравилось?
- Над чем задумался Трумбик?
- Как вы думаете, почему ребята так по-разному слышали слова учительницы?

Вывод: Каждый слышит только то, что ему интересно. Если так слушать, то

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

можно прослушать много интересного.

3. «Разговор с иностранцем»

- Ребята, сейчас нам с вами предстоит испытание: мы попробуем понять, что хочет нам сказать другой человек. Представьте себе такую ситуацию: вы гуляете, вдруг к вам подходит мальчик и что-то у вас спрашивает. Но спрашивает очень странно: жестами и мимикой. Через некоторое время вы понимаете, что мальчик не умеет разговаривать на вашем языке. Вы сначала пытаетесь понять, что он хочет.

- Сейчас на время кто-то из нас побудет в роли «иностранца», а все мы его собеседники. Задача всего класса понять, чего хочет «иностранец».
(выбирается первый «иностранец»)

Психолог на ухо сообщает «иностранцу» ситуацию

Ситуации:

- Как пройти на улицу Ленина?
- Как пройти в магазин?
- Как пройти в больницу?
- Как пройти на автобусную остановку?
- Который сейчас час

Обсуждение:

- Что помогало понять собеседника?

4. «Самый внимательный слушатель»

- Ребята, мы с вами проводим конкурс на самого внимательного слушателя. Я вам прочитаю несколько текстов (рассказов). Слушать вам нужно очень внимательно и пытаться услышать как можно больше событий. Может быть, кто-то услышит неправильные названия, имена, события, т.е. те, о которых речь не шла. Кто услышит больше, тот будет награжден почетным УХОМ.

Тексты для слушания:

- Мама попросила сходить в магазин за продуктами и купить там... Ой, что же купить-то? Пока я шла, все и позабыла. Представляете, я увидела собаку. У нее было большое ухо. Потом я зашла в магазин, а там... Ого-го, кажется, здесь много народу... О чем, это я? Совсем запуталась. Ух ты, какая прелестная кошка, мордочка белая и пушистая, как у той белки. Ну ладно, я отвлеклась. Дальше надо пройти отдел с обувью, молоком. Вспомнила, надо купить хлеба!
- Итак, позвольте мне продолжить. Вы готовы слушать? Мне кажется, что вы меня не слушаете! Да, именно вы, девочка с косичками! Могу ли я уже продолжать? Я остановилась на том, что рассказывал о событиях вчерашнего вечера. Светило жаркое солнышко. Мы сидели на берегу моря. Ах да, мы перед этим зашли к другу в гости. Море было теплое и холодное. Нам было очень приятно греться на солнышке.

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Потом мы пошли купаться. Вода была теплая-теплая. Ну как, вам интересно? А давайте я вам расскажу про лошадей. Давайте?

- Однажды в студеную зимнюю пору было очень холодно. Ребята, сняв варежки, играли в снежки. Рукам было очень холодно, даже варежки не спасали. Потом они увидели кота и собаку. Собака сидела на дереве и шипела на кошку. Кошка своей лапой все хотела ударить собаку. Смотреть на них было интересно. Но тут ворона слетела с макушки дерева. Собака и кошка отвлеклись на галку забыли просвой поединок.
- Летом есть такая пора, когда ночью на небе горят огромные звезды. Кажется, что Земля подлетела близко-близко к ним. В такие дни мальчик очень любил залезать на крышу и смотреть на звезды. Ему казалось, что он может дотронуться до них рукой. Он доставал свое уменьшительное стекло и пытался через него посмотреть на звезды. Но ничего не было видно, поэтому мальчик очень хотел, чтобы ему подарили телескоп. Девочка так сильно мечтала о телескопе, что скоро начала сама тратить деньги на него.

Обсуждение:

- Почему было сложно слушать и слышать

Вывод: Чтобы нас понимали люди, нужно говорить четко, не перескакивать с одного на другое.

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Модуль 3 «Кажется, мы расшалились!»

Цель: развитие самоконтроля, рефлексивной позиции

Задачи:

1. Помощь в осознании последствий неконтролируемых эмоций;
2. Изменение отношения к сиюминутному выражению эмоций;
3. Демонстрация важности умения сдерживать эмоции;
4. Разработка системы приемов, позволяющей сдерживать эмоции.

Занятие №5

«Держите себя в руках!»

1. Разминка «Выразительная походка»

- Походка человека может многое сказать о ее владельца.

Психолог просит изобразить походку человека, который:

- оказался совсем один ночью в глухом лесу
- купил себе ботинки на размер меньше
- со всей силы пнул коробку, а в ней оказался кирпич

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №8)

Обсуждение:

- Что понравилось, что не понравилось в сказке?
- О чем вы узнали?
- Какие выводы сделал Трумбик?

Вывод: В каждой ситуации должен быть главным кто-то один из внутреннего царства. Но обязательно Разум должен контролировать ситуацию, чтобы помочь остановиться в проявлении чувств, желаний, потребностей.

3. «Хозяин души»

- Ребята, в душе каждого из нас всегда идет борьба. Внутри нас живут Чувства, Желания, Долг. Эти трое всегда борются. Если начинает побеждать Чувства, то человек смеется, плачет, если побеждают Желания, то человек кричит: «Я хочу!», а если вдруг побеждает Долг, то человек говорит: «Мне это обязательно нужно!».

- Например, надо садиться делать домашнюю работу. Долг говорит: «Надо это сделать, иначе получу двойку!» Желание тут же хмурятся и говорят: «А мы не хотим делать домашнюю работу, мы хотим гулять!» А Чувства начинают страдать и плакать, не зная, что выбрать.

- Но есть внутри нас еще и верховный властитель, Царь нашей души – Разум. Он способен выслушать каждого и принять решение. Таким образом внутри нас живут несколько жителей, которые иногда договариваются, а иногда и враждуют

- А теперь давайте узнаем, кто из жителей нашей души самый сильный. *(класс делится по рядам, и каждый ряд отвечает за одного жителя души, а психолог берет роль Разума).*

- Ребята, каждый ряд постарается говорить в соответствии с ролью своего жителя души в определенной ситуации. А Я Разум выслушаю все ваши доводы и приму свое решение.

Ситуации:

- Прочитать 20 страниц про жизнь львов
- Помочь маме с уборкой комнаты
- Поиграть в компьютер
- Пойти в кино
- Поговорить на уроке
- Не слушать учителя

4. «Последствия»

- Сегодня мы будем разбирать очень интересный вопрос: про наши эмоции.
- Что такое – эмоции?
- Откуда эмоции и чувства появляются?

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

- Зачем они нам нужны?

Наши эмоции появляются внутри человека, но связаны они с общением. Можно сказать, что эмоции – это результат общения людей. Если общение приятное – то эмоции будут положительные (радость, веселье), а если общение неприятное, то эмоции будут отрицательные (гнев, обида, злость).

- Мы разобрались с вами, откуда берутся эмоции. Осталось только разобраться, куда же они пропадают? Мы можем сравнить человека с сосудом, в котором плещутся эмоции. Когда их накапливается очень много, то они переливаются через край. Давайте вместе подумаем, что происходит, когда эмоций становится очень много?

Пример:

- Эмоция – гнев. Какие могут быть последствия, когда такой эмоции становится очень много? Что происходит потом?

- Эмоция – веселье. Какие могут быть последствия, когда такой эмоции становится очень много? Что происходит потом?

Вывод: И положительные, и отрицательные эмоции, если их очень много, могут действовать разрушительно.

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Занятие 6.

«Зачем нам быть сдержанными?»

1. Разминка «Подхвати палочку» *(проводят сами ученики)*

Инструкция: к доске выходят по 6 учеников. Ученики рассчитываются на 1-й, 2-й и т.д. Ученики встают в круг. Один ученик берет палочку. Определяет ее в центр круга на вытянутой руке, называет один из номеров учеников и отпускает палочку из руки. Задача: поймать палочку ученику с данным номером.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №9)

Обсуждение:

- Ребята, как вы думаете, почему учительнице стало жалко Трумбика?
- Почему Трумбик попадал в разные неприятности?
- Что ему мешало быть внимательным на уроке?
- Бывали ли у вас такие ситуации, когда ваши чувства мешали вам услышать человека?
- Какие последствия бывают, если не услышать человека, а продолжать веселиться или злиться?

Вывод: Трумбику нужно было усмирить свои эмоции, чтобы услышать то, что ему говорят. Надо уметь сдерживать эмоции, когда делаешь важное дело или общаешься. Сдерживать эмоции нужно, чтобы сохранить с друзьями хорошие отношения.

3. «Я могу!»

- Ребята, сейчас нам предстоит серьезное испытание. Для него понадобится один доброволец. Доброволец садится на стул перед всем классом. Остальные ученики смотрят на него и начинают говорить разные слова, которые должны затронуть нашего добровольца. Это могут быть приятные слова, а могут быть и обидные. Наш доброволец должен сохранять полное спокойствие, никак не реагировать.

- Но в нашем испытании есть несколько правил: говорим по очереди, нельзя обзывать, нельзя кричать!

- Добровольцы, помните: испытание считается пройденным, если вы сумеете сохранить полное спокойствие.

- Кто готов начать?

Обсуждение:

- Что больше всего запомнилось в игре?
- Какую систему сдерживания себе вы придумали?
- Что было сложнее, а что было просто?

4. «Моя копилочка»

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

- Ребята, мы с вами интересно и долго говорили о том, нужно ли и можно ли контролировать свои чувства и желания. Мы пришли к выводу, что чувства и желания нужно уметь контролировать, чтобы хорошо выполнить свою работу, чтобы людям было приятно общаться с тобой, чтобы слышать своих собеседников.

- Давайте с вами придумаем приемы, которые помогут нам сдерживать и контролировать свои эмоции, желания, чувства. Для этого я вам предлагаю подсказки в виде небольших рассказов.

Ситуации для анализа:

- Злость его не знала предела, ему казалось, что она сейчас польется из него. А все из-за того, что мама не разрешила досмотреть фильм. Ну что же делать с этой злостью?! Миша сжал кулаки и начал бормотать себе под нос: «Почему так несправедливо?!» Потом он с силой разжал кулаки и как будто что-то выбросил. Он снова попробовал бубнить, но это почему-то стало получаться плохо. Что произошло?
- От обиды Вася начал так громко кричать, что с соседних деревьев улетели галки. Мама взяла его за руку: «Не расстраивайся, всякое бывает! Примут тебя в другую студию!» Вася начал плакать, а мама сказала: «Васенька, сосчитай до десяти – полегче станет». Вася послушался. Через несколько секунд он почувствовал облегчение... Что произошло?
- Когда дядя снова начал кричать, Петьке ничего не оставалось делать, как стоять и слушать. С начало он спокойно слушал, но потом ему стало это надоедать. Он начинал сердиться. Ему хотелось ответить, но было все-таки страшновато. Вдруг он представил дядю гномиком, который стоит у него на ладошке и пищит. Петьке стало весело, он успокоился и продолжал слушать крики дяди. Почему Петька успокоился?
- Было темно, Свете стало страшно. Никогда ей не было так страшно, как сейчас... «Зачем я пошла к Аньке? Вот теперь через темный парк одной идти... А если здесь кто-то есть... Ой, как страшно!» Вдруг позади раздался какой-то шорох. Свете стало еще страшнее. Она остановилась. Глубоко-глубоко вздохнула, выдохнула... Страха стало меньше. Она решила: «Надо не пугаться, а идти побыстрее. Чем медленнее я иду, тем дольше в страшном месте буду оставаться!» После этих слов страх исчез окончательно. Что произошло?

Вывод: Существуют приемы, которые помогают сдерживаться: посчитать до десяти; сделать глубокий вдох-выдох; задуматься о словах собеседника; придумать ритуал сдерживания (рука в карман, сжать руку в кулак); напрягаем все тело, а потом расслабляем; представляем собеседника в смешном виде.

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Модуль 4 «Пожалуйста, посмотрите на меня!»

Цель: развитие у детей навыков конструктивного привлечения внимания.

Задачи:

1. Осознать различные варианты привлечения внимания, показать необходимость внимания для человека;
2. Изменение отношения к деструктивным способам привлечения внимания, вызвать интерес к конструктивным способам привлечения внимания;
3. Разработать систему приемов, позволяющих конструктивно привлекать внимание.

Занятие 7

«Обратите на меня внимание!»

1. Разминка «Разведчики»

Выбирается 5 человек и один ведущий (разведчик).

«Разведчик» произносит: «Замерли!» - ученики неподвижно застывают. Каждый старается запомнить свою позу, а «разведчик» старается запомнить всех. Внимательно изучив позы и внешний вид учеников, «разведчик» выходит из класса. В это время ученики делают несколько изменений в позе, одежде и т.д. После того как изменения сделаны, «разведчик» возвращается. Его задача - обнаружить перемены.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №10)

Обсуждение:

- Над чем задумался Трумбик?
- Зачем нужно человеку внимание?
- Какие способы негативного (плохого) привлечения внимания вы знаете?
- А позитивного (хорошего)?

3. «Что такое внимание»

- Ребята, как мы узнали из сказки, внимание бывает разным.
- Скажите, а что для вас значит слово «внимание»?
- Что такое для вас – внимание к вам?

Обобщение ответов учеников

- Внимание – это когда на меня смотрят, меня замечают, со мной общаются, говорят мне всякие хорошие слова. Если на меня не будут

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

обращать внимания, то я буду совершать плохие поступки.

- Зачем нужно внимание человеку? Внимание – это как солнышко для цветка: если оно есть, то цветок будет красивым, зеленым, счастливым, а если солнышка нет, то цветок вырастет бледным, невзрачным.

Как можно привлекать внимание в школе?

- Ребята, давайте подумаем, как можно привлекать внимание в школе.
(ответы учеников)

Вывод: каждый способ привлечения внимания хорош в определенной ситуации.

4. « Учитель! Обратите на меня внимание!»

- Каждому из нас хочется, чтобы на него обращали внимание, чтобы лучики солнышка грели бы и его. Но увы, иногда нам не удастся привлечь внимание хорошим способом, и мы начинаем вредничать

- Ребята, постараемся по-доброму привлекать внимание учителя. Но вот вопрос: как это сделать? Представьте себе такую ситуацию: вы сидите на уроке и с вами что-то происходит (я дам вам карточки, на которых написано ваше состояние). Как дать понять учителю, что вы сейчас чувствуете именно это?

Карточки с состояниями:

Скука, усталость, страх, веселье, гнев, хочется двигаться, грусть, раздражение, хочется есть.

Задание:

- Итак, учитель не знает, что вы испытываете, дайте ему понять, что вы чувствуете. Однако помните, что, если учитель будет все время заботиться о вашем комфорте, он вряд ли он вас чему-то научит. Поэтому вам нужно очень быстро привлечь внимание, получить свою долю «пирога», съесть ее и продолжать работать дальше.

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Модуль 5 «Хорошо ли я общаюсь?»

Цель: научить детей понимать взаимосвязь их поведения с поведением других людей.

Задачи:

1. Показать взаимосвязь поведения людей в процессе общения, помочь осознать наличие у человека психологических границ и последствия их нарушения;
2. Изменить отношение к различным требованиям, идущим вразрез с желаниями, заинтересовать изучением состояния другого человека;
3. Формировать умение вставать на позицию другого человека (развитие рефлексивной позиции);
4. Разработать систему приемов, позволяющую стать хорошим собеседником (выслушивать другого человека, понимать его требования, желания, чувства, уважать границы другого человека).

Занятие 8

«Границы и пароли»

1. Разминка «Разведчики»

Выбирается 5 человек и один ведущий (разведчик).

«Разведчик» произносит: «Замерли!» - ученики неподвижно застывают. Каждый старается запомнить свою позу, а «разведчик» старается запомнить всех. Внимательно изучив позы и внешний вид учеников, «разведчик» выходит из класса. В это время ученики делают несколько изменений в позе, одежде и т.д. После того как изменения сделаны, «разведчик» возвращается. Его задача - обнаружить перемены.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №11)

3. «Государство и его границы»

- Каждый из нас представляет собой отдельное государство, а у каждого государства есть свои границы: у кого-то много места в королевстве, у кого-то границы расположены близко к королевскому дворцу. Закройте глаза. Представьте свое государство и его границы. Может быть, это огромная страна с полями и лугами, а может быть просто избушка? А какие у вашего государства границы? Крепкие кирпичные стены или изгородь из прутьев? Может быть, граница – это ров с водой или колючая проволока? Нарисуй вокруг вашего государства границы. Откройте глаза.

- Ребята, теперь нарисуйте ваше государство и его границы.

Обсуждение:

- Расскажите о своих государствах и границах

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

- Кто и как нарушал границы?
- Что такое границы для человека?

Вывод: Существует психологическое пространство человека, в котором ему комфортно находиться. Это пространство может быть большим или маленьким, его границы могут находиться далеко от человека или очень близко к нему. Когда нарушают психологические границы человека, то человек испытывает неприятные чувства. Свои границы нужно уметь защищать, чтобы не испытывать неприятных эмоций, уметь постоять за себя, быть спокойным.

4. «Пароль!»

- Ребята, у каждого из вас появилось собственное королевство. Как вы знаете, что попасть в чужое государство, нужен загранпаспорт. Загранпаспорт – это пропуск на чужую территорию. У людей тоже есть свои способы, свои пароли, чтобы попасть в государство чужой души. Сейчас мы попробуем понять, что это за способы. Кто хочет быть первым королем?

- Король должен сесть на стул. Каждый из вас подходит и что-то говорит королю, чтобы тот пустил его в свое королевство. Король выслушивает слова и принимает решение: пускать или нет.

(После того как к королю подошли несколько учеников, и король принял решение, психолог задает ему вопрос)

- Почему именно этих людей ты пустил? Какие слова были паролем?

Вывод: Паролем служат хорошие слова, взаимные симпатии. Когда человек нам приятен, то мы открываем свои границы: доверяем секреты, советуемся, общаемся. когда же наши границы закрыты, мы очень холодно общаемся с человеком, мы не хотим, чтобы он подходил к нам близко.

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Занятие 9

«Границы и пароли»

1. Разминка «Встаньте, те кто...»

Психолог предлагает встать всем, тем, кто обладает общим признаком.

Встаньте те, кто...

- сегодня с хорошим настроением
- вчера не нарушал правила школьной жизни
- сегодня внимательно слушал учителя
- кого сегодня разбудила мама

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

- является учеником 16 класса
- девочки 1а класса
- умеет читать
- у кого есть старший брат
- умеет кататься на коньках
- учиться в школе №_____

2. «Нарушители»

- Выбираем одного «короля» и несколько «нарушителей». «Нарушители» нарушают границы «короля». «Король» молча только мимикой, показывает свое отношение к «нарушителям» (*границы государства обозначают с помощью ниток*). Через границы переходить можно. Королю нельзя двигаться места.
Обсуждение:

- Кем приятнее быть?
- Каким образом мы можем нарушать границы другого человека?
- Приятно ли, когда нарушают твои границы?
- Как понять, что твои границы нарушают?

Вывод: Нарушать чужие границы можно разными способами: обзывать, драться, подходить слишком близко, специально поворачиваться, когда нас не просят этого не делать, не слушать старших. Понять, что твои границы нарушены помогают беспокойство, волнение, тревога, раздражение, гнев.

3. «Определи свои границы»

- Сейчас мы попробуем определить свои границы. Как вы знаете, некоторых людей мы можем подпустить совсем близко, а других предпочтительно держать на расстоянии. Когда незваные гости влезают в наше личное пространство, у нас даже может подняться температура.
- Для начала игры нам нужен один доброволец. Кто готов?
- Доброволец становится к нам спиной, и мы завяжем ему глаза. Теперь к добровольцу по одному будут медленно подходить остальные ребята. Задача добровольца: когда возникает желание сказать какому-то человеку «Стоп» - надо сказать. Человек останавливается и замирает. Таким образом каждый участник замирает на определенном месте.

Обсуждение:

- Рассчитывали ли вы, что получится такая расстановка ваших одноклассников?
- Как вы выбирали момент, чтобы сказать «Стоп»?

4. «Поймай меня, если сможешь!»

- Доброволец с помощью веревки обозначает свои границы. Садится внутри них на стул, завязывает глаза. Остальные играют роль нарушителей. Нарушением границ считается любое проникновение на территорию короля. Нарушители, молча по одному подходят к королю, каким-то образом

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

нарушают его границы: подходят близко-близко или только одной ногой становятся на территорию королевства, а можно не заходить, а просто постоять рядом с границей. Король же пытается определить, нарушил ли человек его границы или нет.

Обсуждение:

- Что помогло определить нарушителя?
- Что в это время чувствовали?

5. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Занятие 10 «Узнай меня!»

1. Разминка «Что в нем нового?»

Выбирается один из учеников. Он встает перед всем классом и запоминает расположение учеников за партами. Затем он выходит за дверь, а несколько учеников меняют свое расположение за партами. Войдя в класс, ученик находит изменения в расположении учеников. Игру повторяют несколько раз.

2. Работа со сказкой (ПРИЛОЖЕНИЕ №12)

Обсуждение:

- О чем задумался Трумбик?
- Поняли ли вы, что такое компромисс?

3. «Парламентеры»

- Давным-давно в одной далекой стране была школа. Самая обычная школа. В ней учились самые обычные дети и работали самые обычные учителя. Но как-то раз произошел такой случай: поругались ученик и учитель. Почему они поругались – не знает никто. Но с тех пор учителя и ученики все время стали ругаться: ученики не хотят учиться, а учителя были недовольны поведением учеников.

- Давайте мы с вами разбирать споры между учениками и учителями. Я буду зачитывать ситуации, а вы - находить компромиссы. Компромисс – это решение, которое устраивает обоих.

Ситуации:

- Ученики недовольны: учителя много задают, мы не успеваем гулять. Учителя отвечают, что делают это в интересах детей, чтобы они были умными.
- Ученики шумно ведут себя на перемене, бесятся, бегают. Учителя боятся, что

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

кто-то расшибет себе лоб.

- Ученики не хотят выполнять задание, потому что оно неинтересное. Учитель говорит о необходимости этого задания, это действительно нужное задание.
- Учитель кричит на учеников, потому что они очень шумно ведут себя. Ученики обижаются, говорят, что они шумят, потому что устали.
- Ученики грубо разговаривают с учителем. Ученики говорят, что делают это просто так.

Обсуждение:

- Что помогало искать компромисс?
- Сложно это было или легко?

Вывод: Правила помогают искать компромиссы.

4. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

Занятие 11 «Рисуем вместе» Заключительное

1. Разминка

Проводится по желанию детей. Дети выбирают самую интересную разминку из всей программы.

2. «Рисуем вместе!»

- Перед вами на доске большой лист бумаги. Каждому из вас по очереди необходимо нарисовать на нем один любой предмет. Но главное рисовать надо молча, не обсуждая и не подсказывая. Помните, что предметы должны быть разнообразными и не должны повторяться (*по окончании работы, дети смотрят на результат*)
- Сейчас я предлагаю дорисовать этот рисунок так, чтобы получилась картина с сюжетом или пейзаж. Давайте посмотрим, что можно сделать, чтобы получилась картина (*дети по желанию дорисовывают картину*)
- А можно придумать историю или сказку к этой картине? (*дети по желанию рассказывают истории по картине*)
- Кто у нас на картине главный герой? Что с ним может произойти? Есть ли у него друзья, враги?

Обсуждение:

- Было ли тяжело рисовать один рисунок на всех?

3. Ритуал окончания занятия

Ученики класса дружно хлопают в ладоши в знак дружной работы класса на занятии.

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Приложение №1

В некотором царстве, в некотором государстве жили-были люди. Они жили очень дружно. Это было очень маленькое царство. Они всегда улыбались друг другу, знали, когда у кого день рождения, и дарили друг другу подарки. Представляете, вам дарят подарки все-все жители вашей страны! Наверное, полгода вы будете только разбирать подарки и радоваться им, а там, глядишь, и следующий день рождения не за горами. И в это царство любили ездить туристы. Знаете, кто такие туристы? Туристы — это люди, которые приехали в вашу страну, чтобы увидеть все ее красоты.

И вот однажды в страну приехал турист. Самый обычный с виду турист. Но он приехал из очень далекой страны. Из Трумбуляндии. Вы, наверное, о такой и не слышали? Как всегда, все жители выбежали встречать новых туристов. Туристы уже расположились на главной площади города. Гид (это так называют человека, который показывает страну туристам) начал было рассказывать, но вдруг неожиданно замолчал. Все посмотрели на Трумбика (это турист из страны Трумбуляндии). Трумбик как ни в чем не бывало рвал цветы на городских клумбах. Жителям это не понравилось. Они отобрали цветы у Трумбика. Экскурсия отправилась дальше. Все туристы были увлечены рассказом гида. Но тут случилась еще одна неприятность: Трумбик захотел есть, развернул конфету, съел ее, а фантик бросил на землю. Гид очень удивился такому поступку. Он поднял фантик и засунул его в карман Трумбику.

— «Дальше нас ждет красивейший памятник старины!» — сказал гид. Трумбик недовольно откликнулся:

— Опять лазить по руинам? Сколько можно?!

Гид сделал замечание Трумбику:

— Зачем ты вообще приехал в нашу страну, если так неуважительно относишься к нам? — Потом гид добавил: — Но сначала мы зайдем в магазин, где вы сможете купить себе разных вкусных кушаний, чтобы подкрепиться.

Трумбик радостно замахал руками.

Когда все туристы пришли в магазин, Трумбик начал хватать все самое вкусное и есть это прямо на месте.

— Ну все, я наелся! — сказал он и направился к выходу. Все-все жители и туристы удивленно посмотрели на него.

— Как тебе не стыдно, ты так ужасно себя ведешь! — сказал ему гид.

— Да ладно, не жадничайте! — ответил Трумбик и начал смеяться над гидом. Гид взял его за руку и отвел к кассе, чтобы Трумбик заплатил за съеденное.

Вдруг Трумбик увидел, как местные ребята играют в мяч. Трумбик побежал к ним, выхватил мяч из рук малыша и изо всей силы стал кидать его в ребят.

— Ты что делаешь, мы играем в другую игру... Отдай нам мяч! А если хочешь играть с нами, давай мы расскажем тебе о правилах игры! — закричали ему дети.

— Да зачем же мне нужны ваши правила, давайте лучше в мою игру играть, она веселая и интересная! — сказал Трумбик. Дети согласились. Но тут оказалось, что Трумбик просто бегаёт по полю и изо всех сил стучит ногами по мячу, иногда подбрасывая его вверх руками.

— Пстой, пстой, объясни нам, как играть в эту игру? — кричали дети. Но Трумбик ни на кого не обращал внимания и продолжал заниматься своим делом.

Вскоре детям надоело просто так бегать за Трумбиком, и они решили пойти поиграть в другую игру. Трумбик же устал, бросил мяч и пошел вслед за экскурсией дальше. Пройдя совсем чуть-чуть, он увидел детей, которые стояли вокруг какой-то женщины. Эта женщина что-то объясняла им. Трумбик подошел поближе и стал спрашивать у ребятшек:

— А чего это вы тут делаете? А кто эта тетя? — Он остановился послушать, что говорит женщина. Оказывается, она ругала мальчика Листика, который рвал цветы и кидался ими в других детей.

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

— Так и надо делать, — закричал Трумбик, — это же так весело! Это такая веселая игра!
Но женщина очень строго посмотрела на него и сказала:
— Не мешай нам, у нас идет урок, мы изучаем наш город, а ты и Листик нам мешаете!
Трумбик очень удивился:
— А что такое урок? А кто ты такая?
Женщина строго-строго посмотрела на Трумбика и сказала:
— Я — учительница, а это мои ученики. Мы учимся в школе. И в школе есть свои правила, которые нужно соблюдать, чтобы научиться читать, писать, рисовать. Подумай сам: если каждый ученик в школе будет делать что захочет, что получится? Сможет ли он тогда научиться писать и считать?
Трумбик серьезно-серьезно задумался...

Инструкция. В некотором царстве, в некотором государстве была школа. А в этой школе были Правила. Давайте познакомимся с ними (ведущий называет правило и показывает его рисунок): На-уроках-веди-себя-спокойно, Играем-на-переменах, Учителя-нужно- слушать, Драки-запрещены и др. Правила помогали ребятам играть, дружить, решать споры.

Но однажды сильный ветер принес с собой Колючку. Ребятам, конечно, стало интересно, что это такое. Они дотронулись до нее. Сразу же кусочки Колючки приклеились к их пальцам. Как ни старались ребята, не смогли их отмыть. А на следующий день в школе начались драки, ссоры. Правила бегали от одного ученика к другому, пытались их помирить и успокоить... Но все было бесполезно. Ребята обзывались друг на друга, не слушали учителя. Оказалось, что эта колючка была сделана из Злости и Вредности. Кто к ней прикоснется, становится злым. Правила все время пытались подружить ребят, но ничего не получалось. Тогда Правила решили: «Раз мы вам уже не нужны и ничем не можем помочь, мы уходим из этой школы». Ребята радостно закричали: «Конечно, уходите, вы нам не нужны, только жить мешаете!»

Услышав такие слова, правила ушли. Им стало обидно, что их не замечают, на них не обращают никакого внимания. Вам ведь тоже было бы неприятно, если бы на вас никто не обращал внимания, правда? Правила собрались и ушли из школы. Но мы-то с вами знаем, как трудно жить без правил: неизвестно, как и что надо делать. Ребята, давайте подумаем, как нам вернуть правила в эту школу? (Ведущий выслушивает все варианты.) Ребята, что будет, если уйдет правило «Драки запрещены»? (Таким образом разбираются последствия каждого нарушения правила.) То есть мы можем сделать вывод, что у правил очень тяжелая работа, они очень и очень нужны и полезны. Давайте теперь скажем нашим правилам какие-то хорошие слова. Может быть, кто-то придумает подарок для правил, и тогда они все-таки вернутся?

Трумбик остался в стране, пошел в школу. Но он же не знал, что там тоже есть свои правила. Трумбик очень гордился тем, что учится в школе, что у него есть портфель. Когда в класс вошла учительница, он стал громко-громко кричать:

— Здрасти, тетенька!

Листик, которого посадили рядом с Трумбиком, схватил его за руку:

— Ты что, это же учительница Хурминка Апельсиновна! Ее надо называть по имени! В школе нельзя учительницу называть тетенькой.

Когда урок подошел к концу, Трумбик выскочил из класса первым.

— Ух, как я устал сидеть! — сказал он и помчался по школьному коридору, сбивая всех на своем пути. Когда учительница взяла его за руку, он вырвался и убежал, решив, что Хурминка Апельсиновна тоже хочет поиграть в ним. Он, смеясь, спрятался от нее под лестницей. Затаив дыхание, он сидел и смотрел, как все его ищут. Он думал: «Вот так игра, вот так веселье я придумал!»

Так он просидел под лестницей и час, и два. А потом ему надоело сидеть, и он пошел в класс. Широко распахнув дверь, он прокричал: «Ага, не нашли. Теперь вы прячетесь!» Хурминка Апельсиновна почему-то стала его ругать. Трумбик не понял, что такого плохого он сделал. Он обиделся на всех и молча сел за свою парту. Но вскоре ему наскучило сидеть спокойно и захотелось поговорить с Листиком. Он громко начал задавать Листикку разные вопросы, копаться в своем портфеле, чихать и смеяться, а под конец свалился со стула. Просто так, потому что скучно ему стало.

Хурминка Апельсиновна все время делала ему замечания. Ребята сначала смеялись над ним, а потом стали на него как-то косо глядеть. Но Трумбик не замечал этого. Следующим уроком было чтение. Ребята читали интересную сказку. Но Трумбику и это быстро надоело:

— Сидишь тут, по буквам что-то складываешь... Вот мама быстро читает, так зачем же самому читать? Лучше маму послушать. А читать как-нибудь потом научусь!

Ребята стали возмущаться:

— Помолчи, пожалуйста, ты нам мешаешь! Нам очень интересно читать!

Но Трумбик не успокаивался. Он снова начал возиться в портфеле, есть бутерброды и падать со стула.

Прозвенел звонок на перемену, но ребята почему-то не приняли Трумбика в свои игры. Трумбик всю перемену простоял один-одинешенек. Следующим уроком была физкультура. Трумбику очень понравился этот урок, где можно прыгать и бегать. Но вдруг учитель Минуткин сказал:

— Ребята, посидите на скамеечке спокойно минутку, я сейчас положу маты к бревну, и мы будем с вами учиться выполнять упражнения на бревне.

Трумбику в голову пришла такая мысль: «Вот ребята со мной целую перемену не общались, а сейчас я им покажу, какой я смелый и бесстрашный, я тоже умею многое делать! Сейчас я как пройду по этому бревну! Без помощи учителя Минуткина!» И Трумбик помчался к бревну. Он так быстро залез на него, что никто и не заметил, как он уже вовсю пляшет на бревне. Только его радостные крики привлекли внимание ребят и учителя:

— Посмотрите на меня, траля-ля, траля-ля! Вот как я умею! Я очень хороший. Ой-ой-ой!

— И в тот же миг, Трумбик свалился с бревна вниз головой. Под бревном не было матов, поэтому Трумбик ударился очень-очень сильно.

Он так громко плакал, что всем было его жалко. Но учитель Минуткин сказал:

— Трумбик, я тебя предупредил, но ты не послушал меня. Как ты думаешь, почему так произошло?

— Трумбик задумался серьезно-серьезно...

— С ребятами в
классе надо

Перечень правил для обсуждения (примерный):

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

- дружить.
- Учителя нужно слушать.
- На уроках нужно вести себя тихо и спокойно.
- Драки в школе запрещены.
- Перед едой надо мыть руки.
- Нужно быть честным.
- Нужно слушать родителей.
- За партой нужно сидеть правильно

Приложение № 6

Трумбик и подумать не мог, что с ребятами так тяжело общаться. Он-то все время был один в своем замке. Все, что он ни просил, для него делали. Ой, я забыла сказать, что Трумбик был принцем Трумбуляндии.

Вот и сегодня Трумбик пришел в школу, как всегда, веселый и радостный. К нему подходят ребята и говорят:

— Трумбик, у Маши сегодня сбежал хомяк, которого она очень любит. Она так сильно переживает, бедняжка.

Трумбик расхохотался:

— Ну ребята, чего вы расстраиваетесь! Подумаешь, сбежал один, так прибежит другой! Ребята сильно удивились такому ответу. А потом учительница обратилась к нему с просьбой:

— Трумбик, милый, я так плохо себя чувствую, полей, пожалуйста, цветы.

Трумбик обнял учительницу и сказал:

— Ой, вы тоже такая милая! — и пошел играть с ребятами в салки. Когда он пришел в класс, то учительница стала его стыдить, Трумбик обиделся, отвернулся от нее и начал бурчать:

— Все против меня, все мной недовольны, только и слышишь от каждого, что я плохой и никудышный... Вот зачем я в вашу страну попросился? Хочу домой, меня здесь никто не любит... — И Трумбик заплакал.

На перемене он все продолжал стоять в уголке и тихонечко плакать. Вдруг ему показалось, что кто-то легонько касается его плеча. Он обернулся и увидел маленькую девочку. В руках у девочки была кукла со сломанной ручкой. Девочка тихонько обратилась к Трумбику:

— Трумбик, ты очень сильный и умный, пожалуйста, почини мне куклу. Никто не хочет мне ее чинить, все прогоняют меня.

Трумбик заулыбался, слезы сразу высохли:

— Да, я сильный и умный, я все умею, я самый лучший!

Неожиданно он обратил внимание на грустные глаза девочки. Девочка стояла и чуть не плакала. И Трумбик вдруг задумался: «Чего же она хочет? Я же согласился с ней, что я — самый лучший». Внезапно Трумбика как будто кто-то стукнул по голове: «Так она же чего-то просила!» Он посмотрел внимательно на девочку, увидел у нее в руках сломанную куклу. «Так она хочет, чтобы я починил ей куклу! Я же ее не слышал!!!»

Трумбик взял у девочки куклу, починил ее и с радостью увидел, как слезы на глазах у малышки высохли, а на губах появилась радостная улыбка. «Почему же так произошло, почему девочка обрадовалась? — серьезно-серьезно задумался Трумбик. — Что такого я сделал, что она начала улыбаться?»

Было прекрасное утро: солнышко, легкий ветерок, листики распускаются, все зелено. Идешь, будто по зеленому морю плывешь. Трубик с удовольствием шел в школу. Ведь он не был в школе уже целую неделю. Он болел. Трубик соскучился по ребятам, по играм, даже по Хурминке Апельсиновне скучать начал.

Как только Трубик вошел в класс, все ребята бросились к нему, чтобы поздороваться и сообщить последние новости:

— Трубик, Трубик, как ты себя чувствуешь?! Трубик, Трубик, мы завтра идем в поход!!!

— Куда идем? — не понял Трубик. — Что это такое — ПОХОД?

Ребята наперебой стали объяснять ему, что такое поход. Маша сказала:

— В походе можно собирать цветы, мы будем ходить по полянке и плести венки! Это будет весело!

— Фу, так это же для девчонок! — недоуменно проговорил Трубик. — Я не хочу в твой поход идти!

— Послушай меня, Трубик, — весело сказал Ваня, — мы идем не в поход, а в путешествие. Там мы сможем пройти по болоту, мы будем ходить и что-то искать!

— Вот это да, БОЛОТО! — радостно воскликнул Трубик. — Ваня, твой поход мне нравится!

— Ваня, что ты такое говоришь, — возмущенно сказал Петя. — Мы идем не в поход, а на экскурсию. Мы будем лазить по горам. Хурминка Апельсиновна так сказала. Как ты ее слушал?

— Ой, Петя, и твой поход мне тоже нравится! Так интересно.

Тут раздался голос отличницы Светы:

— Ребята, вы все неправильно поняли. Хурминка Апельсиновна говорила, что мы идем изучать птиц. Как вы слушали учительницу?

После слов Светы Трубик немного грустит, ему так хотелось пойти на болото и на гору, а птицы ему были совсем неинтересны. Но раз Света сказала, что будут птицы, значит, будут птицы...

— Ребята, а что нужно с собой в поход брать?

Света очень уверенно ответила, что надо одеться удобно и взять с собой бутерброды и сок. «Ну ладно, — подумал Трубик, — поход — это, наверное, очень интересно. Это гораздо интереснее, чем сидеть в школе и задачки решать».

Трубик вернулся домой и весь оставшийся день примерял свою одежду, он все выбирал, какая одежда самая удобная. Утром Трубик вскочил ни свет ни заря и помчался в школу. Когда он зашел в класс, все ребята ахнули: на Трумбике были новенькие королевские панталоны с кружавчиками. Эти панталоны показались Трумбику самыми удобными. На плече у Трумбика красовался новый лук, а за плечом висел колчан со стрелами. И тут ребята услышали лошадиное ржание, которое доносилось со двора школы. Они подбежали к окну и увидели, что на газоне стоит лошадь и недовольно косит глазом в сторону школьного хулигана Горошкина.

— Ребята, чего вы так удивляетесь? Лошадь никогда не видели? Так это же мой Ветерок! Хотите покататься дам? — весело сказал Трубик.

Напомним нашим читателям, что Трубик — наследный принц в далекой Трумбуляндии, поэтому у него есть и лошадь, и панталоны.

— Я вот лук еще взял, поохотимся на птиц. К ним близко-то не подойдешь, улетают. А мы их подстрелим и будем изучать, сколько захочется.

Тут в класс вошла Хурминка Апельсиновна. Она очень удивилась, когда увидела Трумбика. Потом вспомнила, что он — принц, и перестала удивляться. У принцев свои причуды.

— Итак, ребята, на следующем уроке мы с вами отправляемся на экскурсию по родному

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

краю. Мы будем изучать природу. Поход наш будет долгим и интересным. Мы увидим диких зверей и птиц, только не надо их пугать. Мы увидим красивые цветы, только не надо их рвать. Мы с вами будем проходить через опасные места, через горы и болота. Вы должны вести себя хорошо и не убегать от меня далеко.

«Интересно как получается, — думал Трумбик, — Хурминка Апельсиновна вроде бы всем говорила одно и то же, а ребята сказали мне совсем разные вещи. Интересно, почему же все так по-разному слышали учительницу? Она же говорила одинаковые слова для всех». И Трумбик серьезно-серьезно задумался...

Каждый день Трумбик ходил в школу. Иногда ему нравилось, иногда — нет. Иногда у него все получалось, а иногда — нет.

Наступила весна. За окном пели птицы и светило ласковое солнышко. С улицы доносились звонкие мальчишечьи голоса. А Трумбик сидел в классе и в очередной раз сражался с задачей про скорость лодки. Ну никак не давались ему эти задачи, где кто-то шел или ехал с разными скоростями. Он сидел и злился. Злился на всех, на весь мир. Он шептал про себя: «Ну почему такая несправедливость в мире творится! Я хочу гулять, мне совсем неинтересно решать эти задачи! Я хочу бегать по улицам, запускать воздушных змеев и играть в прятки! Почему я должен сидеть в этом душном классе и решать эти дурацкие задачи?!» Трумбик рассердился и обиделся на весь мир. Но тут он услышал Голос. Он оглянулся вокруг. Все ребята в классе сидели и решали задачки и примеры. Хурминка Апельсиновна что-то писала в журнале. Никто не мог говорить. Но Голос все равно звучал. «Интересно, — подумал Трумбик, — я, наверно, схожу с ума. Я начал слышать голоса. Ха-ха-ха, я сошел с ума. Интересно, сумасшедшим надо учиться?»

Трумбик решил послушать, что бормочет Голос, и вдруг понял, что Голос сердится. Из мягкого и ласкового он превратился в стальной и жесткий. Трумбик услышал четко-четко: «Что ты все вертишься, как уж на сковородке? Закрой глаза, и поймешь, кто я». Трумбику ничего не оставалось делать, как закрыть глаза. Закрыв глаза, он увидел неожиданную картину. Он увидел СЕБЯ! Причем в очень странном виде. Его в разные стороны тянули три непонятных существа. Одно кричало: «Хочу гулять, пойдем гулять, брось задачки!» Другое тянуло его в другую сторону и спокойным голосом говорило: «Успокойся, наберись терпения, тебе надо решить эту задачку, чтобы получить хорошую отметку. Так что успокойся и начни работать!» А третье существо почему-то держало его за ногу и стонало: «Ну почему же я так страдаю... Кого мне слушать?»

Тут Трумбик увидел, кому принадлежал Голос. Это был спокойный взрослый человек, который ходил вокруг этой странной троицы и приговаривал:

— Что же мне делать? Кого на этот раз выбрать? — Человек остановился, посмотрел внимательно на Трумбика Первого и спросил:

— Ну что, удивлен? Такие сцены все время творятся в твоей душе. Давай-ка я представлю тебе этих героев.

Как только он это проговорил, троица выпустила из рук Трумбика Второго и стала поправлять свои одежды. Человек сказал:

— Начну с себя. Меня зовут Разум. Да-да, я твой разум. Вообще, я должен быть главным, но ты решил иначе. Тот, который кричит про гуляния, — это Желание. Спокойный — это Долг, он всегда спокойный, так как знает, чего хочет. А страдальца зовут Чувство. Ну что, хорошенькая картина творится у тебя в душе?

Трумбик от неожиданности даже потерял дар речи. Он и не подозревал, что ТАКОЕ может происходить внутри него. Он огляделся по сторонам. Вдалеке виднелись ветхие избушки с перекошенными крышами. А вокруг росли репейник и чертополох. Причем они были выше самого Трумбика. Разум, увидев растерянное лицо Трумбика, не замедлил пошутить:

— Ну как тебе твое царство? Нравится? Это все твое! Ни в чем себе не отказывай!

После этих слов ироничный Разум рассмеялся. Трумбику все это не понравилось.

— Ну и что, что сорняки, я их сейчас все и выдерну!

Трумбик принялся яростно выдирать сорняки. Но как он ни старался, на месте старых появлялись новые, которые были еще сильнее и выше. Когда Трумбик совсем обессилен, он огляделся вокруг. Желание, Чувство, Долг и Разум с интересом наблюдали за ним.

— Милый Трумбик, так ничего не выйдет. Эти сорняки — твоя лень и незнание. Если ты, например, вырвешь незнание таблицы умножения, то на ее месте вырастет неумение решать примеры, а на неумении решать примеры вырастет неумение посчитать, на месте

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

неумения посчитать вырастет двойка, на ее месте вырастет второй год в 4-м классе... Тебе не с этого надо начинать. Самое главное — разобраться, кто в твоей душе главный? Кому должны подчиняться все остальные? Подумай, если главным будет Чувство, что тебя ждет? А если главным станет Долг, что будет тогда? А если ты решишь сделать главным Желание, что произойдет? А может быть, все-таки ты решишь поставить главным Разум? После этих слов Трумбик серьезно-серьезно задумался...

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

**НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ
НАУК**

РАЗУМ

ЭМОЦИИ

ЧУВСТВА

ЖЕЛАНИЕ

ДОЛГ

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И ГУМАНИТАРНЫХ НАУК

Приложение №9

В одно пасмурное утро Трумбик понял, что ему очень не хочется вылезать из постели и собираться в школу. Он сбросил с себя одеяло, грустно вздохнул и поплелся пить утренний чай. Позавтракав, он взял портфель и побрел в школу. По дороге он встретил своего друга. Друг был очень взволнован:

— Трумбик, не ходи по этой улице, там после дождя целое озеро натекло, никто его обойти не может, иди в обход!

Трумбику было так грустно, что он пропустил слова друга мимо ушей. Он только вздохнул и пошел дальше. Но тут он наткнулся на огромное озеро и понял, что не может обойти его. Трумбик разозлился: «Мало того, что настроение грустное, так еще и дурацкая вода разлилась, не обойти ее, так можно в школу опоздать!» Злость придала ему сил, и он быстро зашагал в сторону школы по другой дороге. Злым он пришел в школу. Его окликнул первоклассник:

— Трумбик, тебя ждет Хурминка Апельсиновна в учительской! Иди быстрее, она хотела тебе что-то сказать!

Но Трумбик лишь отмахнулся от него:

— Ну тебя, врешь ты все! Никто меня не ждет!

Когда он зашел в класс, Хурминка Апельсиновна с укоризной сказала:

— Трумбик, я думала, ты зайдешь и pomoжешь мне донести тетради до класса, а ты почему-то не обратил на мою просьбу никакого внимания. Мне очень грустно от этого.

Трумбик понуро сел за свою парту: «Ну почему же сегодня такой плохой день? Почему со мной происходят эти неприятности? Ладно, я буду делать все быстро-быстро!» Трумбик повеселел, спросил у учительницы, какой урок сегодня первый. Хурминка Апельсиновна была чем-то занята и поэтому ответила не сразу. Трумбик же посмотрел в дневник, достал чтение и счастливый сел на стул. Хурминка Апельсиновна поглядела на ребят и сказала:

— Приготовьте, пожалуйста, учебники и тетрадки по русскому языку. У нас завтра будет контрольный диктант, нам надо подготовиться.

Трумбик снова обиделся. Он так старался... Но тут одноклассник Трумбика упал со стула прямо на уроке. Он качался на нем и грохнулся! Трумбик не выдержал, расхохотался. А Хурминка Апельсиновна тем временем говорила:

— Ребята, закрыли тетради, открыли учебники и повторили правила. Сейчас я буду вас спрашивать.

Но Трумбик развеселился так сильно, что не услышал учительницу. Он стал писать записки, шептаться с соседями, строить всем веселые рожицы. Сначала ребятам было весело, но Трумбик все не унимался, и на их лицах появилось недовольство. Но Трумбик не придал этому никакого значения и продолжал веселиться. Тут Хурминка Апельсиновна сказала:

— Закрываем учебники и начинаем отвечать правило. Трумбик, к доске!

Трумбику стало очень плохо:

— Какое правило? Вы же ничего не говорили!

Хурминка Апельсиновна грустно вздохнула:

— Эх, Трумбик, Трумбик, мне очень хочется поставить тебе двойку. Только вот за что мне поставить тебе ее? За невыученное правило? Или за поведение на уроке? Но я скажу так: мне тебя очень жалко. Как ты думаешь, почему?

Трумбик серьезно-серьезно задумался...

Приложение №10

Однажды весенним днем Трумбик вдруг понял, что его никто не любит. Учительница на него не смотрит, мама ему сказки не читает, ребята с ним не играют. Трумбик почувствовал, что без внимания окружающих людей ему очень плохо. Он представлял себя цветком, которому не дают попить. От этих мыслей ему стало совсем плохо: «Я для них все делаю, а они на меня внимания не обращают! Я им уже стал не нужен!» — с горечью подумал Трумбик. Как только эта мысль посетила его, он сразу же взял и уронил

линейку и с громким и обиженным пыхтением полез поднимать ее. Соседка по парте Маша спросила:

— Ты, Трумбик, потерял что-то?

Трумбик недовольно буркнул:

— Потерял-поте... — Но тут как будто молния поразила его. Он подумал: «Так вот как заставить обращать на себя внимание! Начать ронять все!» Трумбик поднял линейку, положил ее на парту. Через минутку он как будто случайно свалил ручку. Прошло еще немного времени, и у него упал учебник.

— Что с тобой, Трумбик? — спросила Хурминка Апельсиновна. — ты сегодня какой-то рассеянный.

— Да все нормально, — ответил довольный Трумбик.

Весь урок Трумбик что-то ронял, а потом с грохотом лез поднимать. На перемене Трумбик вдруг стал носиться как бешеный и кидаться на ребят с криком:

— Покатай меня, большая черепаха!

Всем было весело. На следующем уроке учитель все время делал замечания Трумбику, а ребята смотрели на него. «Вот здорово-то, вот хорошо! Все на меня смотрят!» Настала перемена. Трумбик заметил, что ребята не очень-то и хотят с ним играть. Они почему-то уходят от него. «Видимо, игра в лошадки им не понравилась. Сейчас придумаю что-то другое!» Трумбик задумался. Через минутку он подошел к ребятам и встал рядышком. Ребята отошли от него. Трумбик не растерялся, он подошел к ним еще поближе.

— Трумбик, уйди же ты от нас! Дай нам спокойно поговорить!

Трумбик улыбнулся честной и доброй улыбкой:

— Ребята, я тоже люблю здесь стоять. Я же вам не мешаю! Это мое любимое место для стояния!

Ребята разозлились и ушли в класс. Прозвенел звонок на урок. Трумбик занял свое место и притворился, что ему грустно-грустно. Он весь урок отвечал невпопад, забывал, как надо писать, задавал такие странные вопросы, что ребята и учительница начали беспокоиться. В душе Трумбика прыгал чертик и радостно потирал руки: «Ну что, не хотели обращать на меня внимания, забыли про меня! А я вот как вас перехитрил! Теперь вы все на меня внимание обращать будете! Всегда! Да-да-да!»

На перемене Трумбик гулял в одиночестве, часто смотрел на потолок. Краем глаза он видел, как тревожно перешептываются ребята и смотрят в его сторону. «Ну что, переживаете, скоро вы ко мне прибежите и скажете, что будет все, как я хочу!» На следующем уроке Трумбик вдруг начал задавать кучу вопросов учительнице:

— А где писать? А что значит это слово? А почему вы так смотрите на меня?

Вопросов было так много, что под конец урока учительница перестала отвечать на них. Зато все ребята и учительница смотрели на Трумбика. Ему это очень нравилось. Но тут раздался Голос:

— Сколько можно заниматься ерундой? Неужели ты не понимаешь, что таким образом ты испортишь себе всякую репутацию!

Трумбик устало закатил глаза:

— Опять ты... Опять учить будешь?

Голос стал злым:

— Да, разум тебе не нужен... Или нужен? Хочешь, расскажу, что получится из всех твоих

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

**НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И
ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

сегодняшних фокусов? Закрой глаза!

Трумбик послушно закрыл глаза и увидел Разум. Тот, как всегда, насмешливо улыбался. Трумбик оглянулся вокруг и увидел, что в королевстве его души лежали грудami сломанные игрушки, недоеденные шоколадки и фантики от конфет.

– Что здесь за помойка? — возмутился Трумбик.

– Все эти сломанные игрушки и фантики — это то внимание, которое ты пытаешься привлечь. Ты его привлекаешь, только плохим образом: что-то ломая или мешая другим. Думаешь, если будешь плохо себя вести, то все станут больше тебя любить? Ты как маленький ребенок, который хочет привлечь к себе внимание любым способом. Но ты же взрослый. Надо придумать что-то другое. К тому же, если ты и дальше будешь пакостить, то учителя скоро начнут тебя ругать и ставить «двойки» за поведение, а ребята перестанут с тобой играть. Ты хочешь этого? Или попробуешь найти другие способы привлечения внимания друзей и взрослых?

Тут Трумбик серьезно-серьезно задумался...

Весенним ласковым утром Трумбик бежал в школу. У него было очень шаловливое настроение, и поэтому он хотел развеселить всех, кто попадался у него на пути. Он подкрадывался к малышам и громко кричал им в ухо, они вздрагивали и бежали прочь. К одноклассникам Трумбик подлетал и трескал их портфелем по голове. Ему было так смешно смотреть, как они недоуменно оглядываются и растерянно пожимают плечами. Когда начался урок, Трумбик никак не мог успокоиться, как будто какой-то чертик сидел внутри него и все время заставлял двигаться. Только двигался Трумбик неловко: то карандашницу уронит со стола, то сам со стула грохнется. Ребята поначалу смеялись, а потом им это надоело. Да и Хурминка Апельсиновна как-то недовольно поглядывала в его сторону. «Интересно, чем они все так недовольны?» — подумал Трумбик. Не успел он додумать эту мысль, как услышал уже знакомый и снова нерадостный Голос. Трумбик сразу узнал — это говорил Разум. «Ну вот, опять глаза закрывать, а вдруг чего интересное пропущу», — с тоской подумал Трумбик и закрыл глаза.

Когда темнота немного рассеялась, Трумбик увидел себя в царском одеянии на троне. Корона все время съезжала ему на глаза. Трумбику было неудобно.

— Разум, чего ты опять хочешь? — спросил Трумбик.

— Хочу рассказать тебе сказку. В давние-давние времена, когда рыцари были сильны и благородны, а девушки носили белые развевающиеся одежды и были прекраснее утренней зари, души людей были открыты. Люди были так доверчивы, что могли пустить друзей не только к себе в дом, но и в душу. Каждый мог зайти в душу, узнать самые сокровенные тайны. И никто не рассказывал чужих тайн, не выдавал секретов. Но однажды из-за морей приплыл купец. Он был очень удивлен тем, как живут люди в нашем королевстве. Он понял, что доверием людей можно воспользоваться. Купец начал продавать свои товары очень и очень дорого. Но потом пошел и дальше — он захотел не только денег, но власти над душами людей. Он стал потихоньку ссорить лучших друзей, невест и женихов учил не доверять друг другу, детей учил врать родителям и учителям. Имя этого купца уже никто и не помнит. Но только с тех пор в душах людей проснулись Зависть, Злоба, Презрение, Жадность.

Люди начали использовать чужие тайны себе во благо, они стали рассказывать их всем окружающим. Ребята узнавали секреты друг друга, а потом говорили: «Не дружите с ним, он трус и очень боится пауков!» В мире появилось много страданий, слез и горя. Но поделаться было уже ничего нельзя. Тогда люди обратились к богам. Но и боги отвернулись от людей: «Вы сами виноваты в случившемся, вы не устояли перед деньгами, властью, богатством. Отныне у каждого в душе появятся ГРАНИЦЫ. У кого-то они будут находиться рядом с телом, и к ним можно будет подойти близко, у кого-то — на расстоянии вытянутой руки, такие люди будут пускать ближе только проверенных и надежных друзей, а кто-то не будет чувствовать их вообще — этих людей можно будет колотить, говорить им колкости. Когда другие люди нарушат ваши границы, вы будете страдать». С тех пор в душе у каждого человека появились свои границы.

Людям пришлось научиться защищать границы своей души, они стали делить людей на друзей и врагов. Свои души они стали открывать только близким и надежным людям. Но было очень много хитрецов, которые научились нарушать границы, не притрагиваясь к ним: сказал обидное слово, подглядел, нарушил обещание, подошел слишком близко, разговаривал на уроке... Те, чьи границы нарушили, чувствовали, что их обидели, укололи, отщипнули от них кусочек, от этого у них может даже заболеть живот или

голова. Вот такая грустная легенда. Подумай, Трумбик, почему некоторые люди тебя пугаются, а некоторых ты можешь обнять?
Трумбик серьезно-серьезно задумался...

«АКАДЕМИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ»

www.ainnova-test.ru

**НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ И РАЗРАБОТКИ В ОБЛАСТИ ОБЩЕСТВЕННЫХ И
ГУМАНИТАРНЫХ НАУК**

— Трумбик, Трумбик, ну почему ты такой вредный! — кричал Петька.

— Сам ты вредный! — так же обиженно кричал Трумбик, — мы из-за тебя уже которую перемену не можем поиграть в игру!

— Ну ты тоже не хочешь играть в мою игру! — говорил Петя, — скоро домой идти, а мы все ругаемся. День прошел сегодня зря. На переменах мы совсем не поиграли!

Да, день действительно сегодня у ребят был странный. Целый день в классе все спорили, в чью игру играть. На следующий день Трумбик и Петя сказали, что будут играть в прятки. Но тут они почему-то снова стали ругаться. Все ребята уже с интересом наблюдали за ними. Трумбик и Петя никак не могли разобраться, кто будет первым прятаться. Никому не хотелось водить. Так прошел второй день. На следующий день ребята перестали разговаривать друг с другом. Трумбик и Петя не играли вообще. Трумбик сидел на уроке, в голове вертелась одна только фраза: «Как же несправедливо! Почему он не может мне уступить? У меня же игра лучше...»

Обычно в сложных ситуациях на помощь Трумбику приходил Разум. Трумбик уже не удивлялся, услышав насмешливый голос. Иногда, надо признаться, он даже ждал, когда Разум появится. Ждал он и сегодня, надеясь, что Разум поможет ему. Он закрыл глаза, но ничего не увидел. Он зажмурился посильнее, но кроме тьмы крошечной снова ничего не увидел. «Вот так дела. Мой собственный Разум от меня сбежал. Что же мне теперь делать? Как быть? Со мной опять никто дружить не станет, я останусь один, а все из-за Петьки».

Трумбик почувствовал, что остается один на один со своими проблемами. Проблемы же давили на него со страшной силой. Трумбик представил себя букашкой, на которую поставили тяжелый башмак. «Ой-ой-ой, что же делать, что же делать. Видимо, самому придется... Разум, где же ты? Он в прятки что ли со мной играет? Это же мой Разум! Разум, выходи! Я тебя вижу! — От отчаяния и обиды на глаза Трумбика навернулись слезы. — Куда же ты пропа-а-а-а-ал...»

Вдруг он услышал насмешливый голос:

— Вообще-то у меня отпуск. Вчера ты сказал, что думать — вредно. Вот я и ушел в отпуск. У меня еще неделя осталась, так что прошу не беспокоить.

Бедный Трумбик потерял дар речи. Ему ничего не оставалось делать, как успокоиться. «Раз я остался один, как Робинзон Крузо, значит, мне надо самому выкручиваться. Надо определить, чего я хочу. Я хочу ИГРАТЬ! Так, уже легче. Почему я не играю? Потому что Петька не хочет играть в мою игру, а один я не могу играть в нее. Значит, все беды из-за Петьки. А чего же хочет Петька? Он тоже хочет играть. У него игра интересная, если честно. Он тоже не играет, потому что хочет играть со мной. Интересно как получается. Что же делать дальше? Уступать-то неохота... Ух ты, идея! А если нам поиграть в обе игры? Сначала в одну, а потом в другую? Только с какой начать? Вот опять поругаемся. Ну ладно, посчитаемся. Значит, я подхожу к Петьке и говорю: «Петька, давай играть. Посчитаемся, в какую игру сначала играть, а в какую — потом». Ладно, надо идти...»

Тут Трумбик услышал насмешливый голос:

— Разобрался? Молодец! Это называется компромисс — решение, которое устраивает обоих. Я тобой горжусь. Ты все-таки смог сделать главным в своей душе Разум.

Трумбик радостно закрыл глаза и спросил:

— А что, так можно решать любое недоразумение между людьми? Когда двоим чего-то хочется, можно просто подумать и найти серединку, которая всех будет устраивать?

Разум непривычно ласково произнес:

— Конечно, милый Трумбик... Всякое недоразумение между людьми можно решить словами, без драк и обид. Стоит только подумать!

Тут Трумбик серьезно-серьезно задумался...