

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ сопровождение: индивидуальная траектория развития¹



Екатерина Александровна Александрова,
профессор Саратовского государственного университета
им. Н.Г. Чернышевского, главный научный сотрудник
Института психолого-педагогических проблем детства РАО,
доктор педагогических наук

*«Нет детей – есть люди, но с иным масштабом понятий,
иным источником опыта, иными стремлениями»*
Януш Корчак

Когда люди слышат словосочетание «индивидуальная образовательная траектория», у большинства возникает уверенность, что речь идёт о выборе факультативов и кружков. Но процесс образования — это не только и не столь вариативное обучение. В первую очередь это развитие растущего человека.

• исходные проблемы/затруднения подростка • индивидуальная образовательная траектория • развитие • изменение • индивидуализация • социализация

Индивидуальная образовательная траектория — путь ребёнка к самому себе, к пониманию индивидуальных способов создания своего образа и поиск собственных способов решения индивидуальных и личностных проблем. Поэтому, говоря о помогающей позиции взрослого, психологу образования необходимо работать с индивидуальными траекториями развития.

Сама же по себе разработка индивидуальной траектории развития начинается с определения исходных проблем/затруднений у подростка. Кризис — точка разлома,

¹ Работа выполнена при поддержке гранта РГНФ номер проекта 13-06-00704.

из которого начинает вырастать качественно новое состояние подростка. А развитие это и есть изменение.

Момент этот весьма сложен, тем более при тех количестве и глубине проблем, с которыми сталкивается современный растущий человек. Это проблемы и социального плана, например лидерства/отверженности, и личностного — неразделённая любовь, неприятие своей внешности... Родители, да и сами подростки замечают признаки депрессивных состояний или же повышенной агрессивности. Многие из насущных проблем подростка напрямую зависят от взаимосвязанных, но не синхронных процессов его биологического созревания, индивидуализации и социализации.

В качестве проблемы подростки чаще всего упоминают лень. А она вызывается специфической для подростков повышенной утомляемостью. «От чего бы им уставать, — воскликнет иной взрослый, — мне бы их заботы!»

Не будем вдаваться в анализ школьной нагрузки, которая доходит до восьми уроков в школе и четырёх-пяти часов домашней подготовки, что и взрослый-то не выдержит. Это требует *очень много* энергии. Кроме того, вспомним, как часто мы вынуждены покупать отпрыску новые джинсы, так как старые, ещё совсем новые, стали коротки. Причиной служит усиленный рост, также требующий много энергии. И, как следствие, чередуются всплески активности и её падение, вплоть до полного изнеможения растущего человека.

Зная это, психолог рекомендует родителям и учителям при разработке индивидуальных траекторий развития учитывать возможности «отсроченных поручений», «отсроченных домашних заданий» (на неделю, на месяц, на четверть). При этом подросток сам сможет выработать время для их выполнения и определить для себя интенсивность предстоящей работы.

Пример. На листе бумаги записать все просьбы к подростку, либо сгруппировав их в порядке значимости для семьи/школы, либо пометив восклицательным знаком особо срочные, либо перечислив в свободном порядке, переадресовав их сортировку самому ученику. Далее вместе с ним прочитать этот листок и предложить его ему в качестве шпаргалки «по домашним поручениям», предположим, на недельный срок. И в течение этой недели стараться не напоминать ему о том, что надо сделать, «не стоять над душой», но всегда хвалить и благодарить за выполненное. Конечно, стоит оговорить, что за это время могут возникнуть и экстренные поручения.

Это помогает ребёнку развить у себя чувство ответственности, не мучаясь от подчас мелочной опеки взрослых, учась распределять свои силы, свою энергию. Так начинается процесс самоорганизации.

Хорошо зарекомендовали себя и психологические тренинги регуляции состояний. Да и в обычной беседе всегда можно познакомить

подростка со способами восстановления физических и психических сил, объяснить ему приёмы осуществления усилия над собой. Но также важно и проанализировать те случаи, когда это усилие необходимо, а когда — излишне и даже вредно.

Иногда просто-напросто следует рекомендовать родителям разрешать подростку полежать подольше, поваляться и насладиться реальным «ничегонеделаньем». Но состояние «подростковой лени» необходимо дифференцировать от депрессии!

Пойдём дальше. Увеличивается беспорядок в комнате, всё свалено как попало, вещи ломаются «сами по себе», всё летит из рук и ребёнок напоминает иллюстрацию к поговорке «слон в посудной лавке». Почему нарушился контроль за движениями? Подростку ещё незнакомо новое соотношение роста мышц и мышечной силы, и мы становимся свидетелями временных нарушений у него координации. К неряшливости также приводит перестройка тонкой моторики. Ухудшение почерка — внешнее проявление этого изменения в организме.

Такой же результат мы получаем и от известной подростковой импульсивности: порой подростки сначала делают, а потом думают, хотя при этом уже осознают, что следовало бы поступить наоборот.

Взрослые часто переживают, что повторять что-либо подростку приходится чуть ли не десять раз. А причиной этого является не «вредность» растущего человека, а замедленная реакция на обращения.

Любимые словечки, молодёжный сленг, так выводящий нас из себя, естественным образом вытекают из особенностей развития речевой сферы в этот период, приводящим к стереотипам в речи и «глагольной речи» у мальчиков («Я его хрясь! А он бежать!»).

В этих случаях также поможет поддержка взрослого человека, которая может заключаться в специальных занятиях по развитию моторики, устной и письменной речи. Кстати, установлено, что если ежедневно «барабанишь» пальцами по твёрдой поверхности в течение хотя бы 10 минут, то объём памяти постепенно возрастает. Но объём памяти увеличивается и сам по себе за счёт логического осмысления действительности. У подростков нарастает способность к абстрактному мышлению, и эмоциональные переживания приобретают большую устойчивость. Как следствие, развиваются воображение, склонность к мечтательности, что влечёт за собой появление всяческих «баек», подросткового фольклора, потребности вербально реализовать фантазию.

Доминанту романтики вызывает к жизни и доминанта напряжённости: стремление 14–15-летних к мечтам, неизвестному и рискованному общеизвестны. Их мир наполняется идеальными конструкциями, гипотезами о себе, об окружающих, о человечестве в целом. Фантазии становятся и основой экспериментального опробования собственных потенциальных возможностей.

Чаще всего подростковая напряжённость выражается в *раздражённо-капризном поведении*. Оно вызвано, главным образом, тем, что, открыв своё «Я», подростки ещё не знают, что с ним делать.

Наконец, каждый подросток переживает *периоды циничного и прагматичного отношения к окружающим*. Они уверены в том, что всё знают, в жизни разбираются лучше «предков», признают только свою точку зрения.

Следует иметь в виду, что подростку свойственно «срисовывать» основную линию поведения у авторитетного, с его точки зрения, человека. Им может стать тот, кто чем-либо поразил его воображение, разбудил фантазию: значимый человек, герой художественного произведения, фильма и т.п. Поскольку подросткам свойственно проявлять не критичность

к подлинному объёму собственных знаний и умений, они способны идентифицировать себя с «идеалом» до такой степени, что делают его культурные установки (к сожалению, не всегда позитивные!) своими.

Причём мечты и фантазии подростков, которые взрослые принимают за «наглуемую ложь», помогают им защитить Я, являясь «маской», за которой они прячутся от действительности. Ведь на вопрос, легко ли быть молодым, давно найден однозначный ответ... Можно ли чувствовать себя легко, проявляя обеспокоенность любыми отклонениями от идеала, навязанного СМИ!

Обратимся к воспоминаниям о подростковом возрасте лидера молодёжи прошлых лет Ди Снайдера: «Став подростком, ты приступаешь к ежеутренним мучениям у зеркала. Какой ещё подарочек приподнесла тебе мать-природа сегодня? Тело и лицо, к которым ты уже притерпелся, вдруг начинают изменяться с чудовищной скоростью. Порой ты уверен, что мать-природа — настоящая садистка, потому что иначе она не вlepила бы тебе на лоб этот прыщ! Его же видно на сто километров, это же вообще не прыщ, это рог растёт!».

Знакомое описание, не правда ли? Кроме того, в подростковом возрасте возникают диспластичность, избыточный вес. И раннее любимые занятия физкультурой вызывают, особенно у девочек, отрицательные эмоции. На какие только ухищрения они не идут, чтобы получить от врача освобождение от этих уроков! Поэтому следует быть внимательным, чтобы отличить ложную просьбу от истинной проблемы.

И неумение обращаться с «Я», и романтическая направленность, и подростковый цинизм представляют определённую опасность, так как порождают гиперболизированное «Я сам!», «Я творец собственной биографии», субъективную готовность на всё в жизни. Конечно, при этом большую роль играет и желание

попробовать новые «острые» ощущения, не отстать от компании сверстников, более раскованно себя чувствовать. Это провоцирует ребят на различные проверки собственных сил (курение, алкоголь, наркотики, сексуальные связи). Они делают различные попытки доказать друг другу и самому себе свою взрослость, совершая, например, экстремальные поступки, представляющие опасность для них самих или для общества.

Впрочем, подростки, как и все другие представители человечества, вправе отстаивать собственную линию поведения, взгляды, пытаться расширить свои права и претендовать на уважение собственной личности и человеческого достоинства, на доверие и расширение самостоятельности (другой вопрос — в какой форме осуществляются эти попытки?).

Отсутствие же адекватной доли уважения, доверия, такта со стороны взрослых и непризнание ими их прав на определённую самостоятельность естественным образом приводят к тому, что подрастающее поколение становится более раскованным, уверенным в себе по отношению к взрослым, а, нередко, и пренебрежительно-снисходительным, делая попытки отчуждения.

Но мир взрослых, вроде бы внешне становясь более доступным, тоже всячески дистанцируется от подростков, оправдывая это постоянной занятостью, чувствуя себя неуверенно в общении с взрослеющими детьми из-за отсутствия сегодня чётких моральных установок и нравственных требований. «Что такое хорошо и что такое плохо?» — этот вопрос для современных родителей стал посложнее пресловутого «Что делать?».

Какой же стиль поведения выбрать взрослым? Кнут или пряник? Воспитывать и относиться к растущему человеку так, как удобно нам, или так, как хочет он? А, может, компромисс? — Все эти вопросы стары как мир. И каждое поколение по-своему отвечает на них. Почему они возникают, вроде понятно. Сплошь и рядом мы наблюдаем ситуации: если взрослому нужно послушание 13–15-летнего человека, в большинстве случаев он выбирает позицию «ты ещё ребёнок». Если же необходима его ответственность, то «ты уже взрослый».

Вот и мы посмотрим на ситуацию «со своей колокольни», с точки зрения свободного воспитания человека, способного жить в постоянно меняющемся мире.

Для сохранения психического и физического здоровья подростка взрослым рекомендуется придерживаться позиции друга и принципа команды. Не ограничивать инициативу подростков, не глушить проявления их «Я», а содействовать становлению. Обратите внимание: СО=ДЕЙСТВОВАТЬ. То есть совершать вместе с ними реальные совместные действия.

Как? Может, стоит, не дожидаясь, когда подросток устанет ждать от нас понимания и будет избегать контакта, начать перестраивать собственное отношение к нему? И так, адекватное отношение окружающих к процессу взросления, и, в первую очередь, понимание ситуации взрослыми, непосредственным образом влияет на физическое и психическое благополучие подростка. Поэтому, на наш взгляд, стоит прислушаться к совету почти 200-летней давности, до сих пор актуальному в отношении общения с подростком: «Его не нудят, не толкают: им не командуют, и он находит себя самостоятельным и свободным» (П.Д. Юркевич).

В нашей практике разработки и реализации индивидуальных траекторий обучения, воспитания и развития эффективным показал себя процесс, когда взрослый совместно с подростком выясняет: где именно и как можно и нужно расширить самостоятельность и права растущего человека, повысить его требовательность по отношению к самому себе, увеличить зону его индивидуальной свободы и ответственности.

Разработка и реализация индивидуальных траекторий развития

Вначале взрослый (классный воспитатель, тьютор, психолог образования) на основе личных наблюдений, изучения

документов ученика, в том числе его портфолио, *анализирует* индивидуальные особенности ребёнка — стиль его межличностного общения, качественную динамику учения за все годы, образовательные предпочтения (учебные и внеурочные), *проектирует* возможную направленность его индивидуальной образовательной траектории и *прогнозирует* темп и результаты её реализации. Таким образом, психолог образования совместно с классным руководителем, и, при необходимости, с учителями-предметниками, в первом приближении разрабатывает собственную версию траектории для учащегося.

После этого в процессе *организованной* взрослым серии индивидуальных бесед или групповых обсуждений совместно с ребёнком *обсуждает* его возможности и перспективы построения траектории, мотивируя последнего на формулирование его собственного видения пути индивидуального развития, корректируя при необходимости и свои представления и самооценку учащегося.

Для формирования готовности учащихся к ответственному свободному выбору содержания траектории и развития соответствующих навыков психолог образования *моделирует* ситуации (тренинги общения, деловые игры) или использует спонтанно возникающие в учебно-воспитательном процессе в микро- или макрогруппах ситуации, в которые включён учащийся.

Далее ребёнок и взрослый совмещают свои представления об индивидуальной траектории развития и корректируют, определяя последовательность, темп выполнения запланированной деятельности и прочие её аспекты. Результаты фиксируются в специальных рефлексивных блокнотах учащихся.

Затем взрослый удостоверяется в том, что ребёнок понимает и принимает на себя ответственность за результаты выбора (беседы, наблюдения за поступками в учебной и внеурочной сфере), и разрешает ему действовать самостоятельно в процессе реализа-

ции «пробной» (кратковременной) индивидуальной траектории, *консультируя* при необходимости. При этом он наблюдает за характером межличностного общения ребёнка, фиксирует и изучает динамику его продвижения по траектории и при необходимости создаёт мотивирующие ситуации для стимулирования активности учащихся.

Также он *координирует* работу других педагогов школы и учреждений дополнительного образования, социальных работников, представителей фирм и учреждений социума, причастных к процессу реализации траектории. Как правило, при этом происходит совместная *корректировка* индивидуальных траекторий развития.

Мотивация и коррекция продвижения подростка по индивидуальной траектории развития происходит в процессе микрогрупповых и индивидуальных консультаций, дебатов, дискуссий для учащихся и родителей. При этом *анализируются* как типичные проблемы учащихся, связанные со спецификой возраста, так и специфичные для ситуации индивидуальных траекторий проблемы общения и учения (индивидуальные способы достижения успеха, сочетание индивидуальных образовательных интересов с требованиями государственного стандарта образования в части минимального его содержания, межличностные отношения в процессе выполнения групповых проектов).

Занимаясь запланированной деятельностью, дети встречаются с проблемными ситуациями учения и межличностного общения, которые не могут разрешить самостоятельно. Обращаясь с запросом о поддержке к психологу образования, они вступают в ситуацию взаимодействия с ним, активно участвуют в смоделированных им ситуациях деятельности и общения. В результате разрабатывается индивидуальный алгоритм самостоятельного разрешения проблемы, ученики приобретают необходимый опыт.

Взрослый совместно с детьми, при необходимости, *организует* презентацию результатов индивидуальных траекторий развития и рефлексию процесса в целом в разнообразных формах (от индивидуального общения, микрогрупповых обсуждений, до массовых КТД и шоу-технологий).

Индивидуально ориентированные воспитательные образовательные траектории

Совместная психолого-педагогико-родительско-подростковая работа в этом случае затрагивала поведение и общение подростка во внеурочных и внешкольных ситуациях в том случае, когда он не мог самостоятельно разрешить какую-либо из своих проблем.

В совместной рефлексии причин неудач взрослые (психолог-учитель, психолог-родитель) приходили к той или иной степени договорённости (от которой зависел выбор педагогом варианта педагогического сопровождения: «опека», «поддержка») о разработке плана действий и изменения стратегии поведения. Далее совместно с подростком проектировалась последовательность его *самостоятельной* деятельности, включающей чтение научно-популярной и художественной литературы, просмотр спектаклей и художественных фильмов соответствующей прецедентной направленности, посещение специализированных сайтов и чатов, диагностические процедуры.

Для мотивации деятельности классный руководитель и/или психолог образования организовывал серию индивидуальных бесед, тренингов, способствующих пониманию учеником неэффективности выбранной стратегии поведения, микрогрупповых встреч учащихся со сходной проблемой или уже благополучно разрешивших её, включал ученика в состав исполнителей спектакля в аналогичной или прямо противоположной роли.

Как правило, реализация ребёнком индивидуальных траекторий развития приводила к изменению у него стратегии выхода из конфликтной ситуации, формированию умения компромисса, сотрудничества. Позитивным побочным эффектом реализации индивидуальной воспитательной

траектории в данном случае выступали знания о типах выхода из конфликтной ситуации, знакомство с произведениями культуры, умения общения и поиска в системе Internet.

Пример 1. Валя воспринимала себя негативно. Среди её ответов на вопрос «Кто Я?» фигурировало: Я неудачница, Я неумелая, Я некрасивая... В первой беседе психолог попросил её каждый вечер подсчитывать хорошие события. Вторая встреча: подсчёт результатов. В качестве позитивных жизненных ситуаций выступили просмотр фильма и «четвёрка» по алгебре. Обсуждение помогло выявить множество незначительных положительных моментов в жизни девушки, на которые она ранее не обращала внимания. Психолог и классный воспитатель помогли ей найти тематические сайты в Интернете, порекомендовали форумы, подобрали соответствующую литературу, предложили посетить группу общения. Позитивный эффект: Валя научилась радоваться маленьким ежедневным победам, видеть хорошее даже в негативных событиях.

Пример 2. Проблема Ивана состояла в неумении разумно расходовать «карманные деньги». Психолог совместно с классным воспитателем предлагают ученику составить собственный бюджет на месяц, исходя из строго фиксированной суммы денег. Для этого они просят его представить, будто он начал самостоятельно зарабатывать деньги и планировать свой бюджет. Затем ему предлагается обозначить на листе бумаги предполагаемый возраст, в котором возможно самостоятельное материальное обеспечение; предполагаемые образование, профессию, место работы и должность; приблизительную сумму денег, составляющую месячный доход; основные и второстепенные статьи расходов; содержание этих статей с указанием предполагаемой суммы денег на каждый пункт расхода в месяц.

В том случае, если ученик затруднялся с ответами на эти вопросы (а это случается практически всегда), психолог рекомендовал ему соответствующие сайты и форумы, предлагал узнать цены на товары повседневного спроса, цены на жилищно-коммунальные услуги. С помощью представителей сторонних фирм и учреждений классный воспитатель организовал стажировку старшеклассника, чтобы он «попробовал» планируемую им профессиональную и социальную роли, соотнёс объём физических и эмоциональных затрат с количеством заработанных в процессе стажировки денег.

В последующих встречах обсуждались профессиональная ориентация, установка школьника на социальную роль в коллективе; качественное и количественное деление статей расходов на основные и второстепенные; учтены ли учеником в списке статьи расходов на удовлетворение культурных нужд (посещение театров, музеев, покупка книг и т.п.); какая доля бюджета отведена на обеспечение самообразования и повышения культурного уровня.

Итог: работая над заданием, ребёнок получил возможность убедиться в прикладном значении математики, задуматься над собственными культурными запросами и потребностями, уточнить профессиональную направленность образовательных интересов. Полученные данные послужили исходным материалом как для индивидуальных бесед с учащимися, так и для групповых бесед, классных часов, ролевых игр.

Пример 3. Игорь поступил в гимназию в порядке перевода из обычной сельской школы (по семейным обстоятельствам). Ситуация смены места жительства и образования привела к резкому падению успеваемости и, как следствие, к снижению самооценки. Изучение индивидуальных особенностей показало: способный, старательный, ищущий ученик, открытый к общению. Существуют пробелы в образовании, что связано с отсутствием в селе педагогов по некото-

рым предметам. В приватном общении с Игорем было решено «помочь себе самому» и спроектировано два варианта разрешения проблемы. Первый заключался в том, чтобы составить себе индивидуальную образовательную траекторию, объединяющую изучение актуального содержания учебных дисциплин и материал предыдущих лет обучения (линейная траектория). Второй вариант был связан с ситуацией, когда предыдущий материал изучался непоследовательно, и обращение к нему происходило в момент встречи с учебной проблемой. Старшеклассник принял решение объединить эти два варианта. Совместно с педагогами была разработана траектория, включающая как последовательное повторение, так и незапланированное обращение к той или иной теме. Педагоги школы были предупреждены, что Игорь имеет право изучать нужные ему темы на уроках в других классах. Были отобраны необходимые средства учения на электронных и бумажных носителях. Итог: Игорь обрёл уверенность в своих силах, успокоился, научился планировать свой день, приобрёл навыки свободного выбора.

Пример 4. В классе учились несколько девочек, чьё желание похудеть превосходило все разумные нормы и уже начинало негативно сказываться на их здоровье. В этом случае классный воспитатель пригласил на микросовещание их родителей, а также тех мам, дочери которых благополучно избавились от комплекса полноты, врача-диетолога и психолога, учителей биологии и физкультуры. Составился конструктивный обмен опытом. Впоследствии педагоги-предметники, якобы невзначай, увлекли девочек работой над групповым междисциплинарным проектом, посвящённым разработке индивидуальной оптимальной диеты для снижения веса и программы физической нагрузки. Эти ученицы, справившись со своей проблемой, открыли в школе консультационный пункт для желающих стабилизировать свой вес или скорректировать фигуру.

Пример 5. Группа подростков заявила о нежелании ходить в школу, мотивируя это тем, что «если надо, мы и сами вместо учителей эти уроки проведём, и расписание вместо завуча составим». В процессе совместных бесед психолога и тьютора со старшеклассниками родился групповой проект «Идеальная школа».

«Бунтарям» было предложено пофантазировать на тему «Если бы директором был я...», и они поставили своей целью разработать концепцию, структуру и содержание образовательного процесса в своей «идеальной школе». Вначале обсуждение приняло вид «мозгового штурма», но затем участники занятия, в соответствии со своим видением модели образовательного учреждения, разделились на микрогруппы. Несколько человек работали над индивидуальными проектами.

Их работа началась с описания собственного опыта учения в конкретном учебном заведении и протекала по нескольким направлениям.

Концепция «идеальной школы» строилась на принципе «от противного»: «вот давайте не будем делать, как было у нас!». Её структура в части кадрового состава и должностных обязанностей основывалась на личном опыте старшеклассников («а у нас в школе...»). Материально-техническая база оказалась в их исполнении наиболее «фантастичной», учитывая экономическое положение учреждений образования: в неё старшеклассники включили и «всё, что было у нас», и вообще всё, о чём может мечтать ученик. В процессе же работы над учебным планом, программами и выбором форм организации учебно-воспитательного процесса они пришли к мнению, что им явно не хватает конкретных знаний. Именно здесь произошёл перелом в плавной до сих пор работе «за партами». Были востребованы библиотека, Интернет и советы педагогов-предметников. Дети разрабатывали методики индивидуального образования, здесь рождалась идея совмещения индивидуальных и групповых форм работы в школе.

Осмысление и обобщение наработанного материала произошло тогда, когда ребята пришли к вопросу, актуальному в современной ситуа-

ции: сколько стоит образование одного ученика в год? Для ответа им пришлось просчитать все материальные затраты образовательного учреждения: начиная с оплаты труда преподавательского и технического персонала и заканчивая расходами на содержание школьного здания. На первый план в качестве источника информации вышли Закон «Об образовании» и различные расчётные операции. Были востребованы консультации экономистов и юристов. Пересматривались многие, спонтанно возникшие в процессе первоначального «мозгового штурма» идеи и предложения, исходя из их экономической целесообразности. Рождалась «Концепция Идеальной школы».

Разработанные модели уточнялись в процессе их публичной защиты, проходившей в ходе «родительских собраний», на которых представители идеальных школ должны были привлечь в своё образовательное учреждение новичков. Индивидуальные итоги работы отражались в их фразах: «я понял, что должен делать в школе», «вот как я буду учиться дальше!», «мне надо менять школу».

Позитивный эффект: педагоги школы смогли увидеть своё образовательное учреждение глазами учеников, что повлекло за собой реальные изменения в организации образовательного пространства.

Перспективы работы

Крайне необходимо опубликовать подборку прецедентов для решения задач нравственного плана, перечень сайтов, художественных и документальных фильмов, спектаклей, содержание которых поможет детям решить личные проблемы. Необходимо, чтобы подобные сведения были доступны подросткам — экспонировались в холлах и на сайтах образовательных учреждений, хранились в библиотеке и учебных кабинетах. **НО**