

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/301631425>

# „Применение позитивной психотерапии в педагогике. Образование и превентивные меры.“ The Application of Positive Psychotherapy in Pedagogy. Education and Prevention.

Article · August 2013

CITATIONS

0

READS

902

1 author:



[Arno Remmers](#)

Wiesbadener Akademie für Psychotherapie

28 PUBLICATIONS 18 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

Some of the authors of this publication are also working on these related projects:



Prevention [View project](#)

## Применение позитивной психотерапии в педагогике. Образование и превентивные меры.

**Арно Реммерс (Германия, г. Висбаден)**

*врач, психотерапевт, Германия, Всемирная Ассоциация Позитивной Психотерапии – WAPP, Висбаденская Академия Психотерапии – WIAP*

*«Если вы хотите подготовить ребенка для будущего, любите его таким, какой он есть, но держите в голове и то, каким он мог бы стать»*

В немецких школах для подчеркивания и исправления ошибок учителями используется красная ручка. Если же работа выполняется учениками хорошо или отлично, то в конце своей работы они находят положительный отзыв, как правило, не имеющий конкретных подкреплений. В некоторых языках красный цвет означает «красивый» (например, Красная [площадь]).

Точно также обстоит со словом «positum» (данный, фактический, существующий) в позитивной психотерапии, представляющее из себя «две стороны одной монеты»: существующие способности и существующие трудности, как этапы самосовершенствования и саморазвития. Симптомы, нарушения и проблемы рассматриваются в качестве индивидуальных способов реагирования.

Позитивная психотерапия служит базовой гуманистической основой в различных социальных сферах, таких как позитивная педагогика, берущая начало в психотерапевтической модели Пезешкиана. Таким образом, в позитивной педагогике «ошибки» могут быть помечены как - «здесь вы можете улучшить свои способности», - тем самым стимулируя к повышению компетентности ученика. Хорошие или же отличные работы следует помечать особенно, как бы выделяя развитые ресурсы, на основе которых ученик сможет в дальнейшем выстраивать свою квалификацию.

Как и позитивная психотерапия, позитивная педагогика основывается на трех принципах:

- надежда/ мотивация
- баланс/ регулирование
- консультирование

- по аналогии с: сердце-голова-рука

Подчеркивание способностей, возможностей и уникальности ребенка является мотивацией для дальнейшего развития положительных качеств. Это является первым принципом – принципом надежды в позитивной психотерапии и позитивной педагогике. Второй принцип – принцип баланса (Модель баланса) Носсрата Пезешкиана рассматривает как уже реализованные, так и находящиеся в процессе развития области жизни личности: «тело», «достижения», «контакты» и «фантазии/ мотивация». Данная модель является наглядным символом четырех областей жизненной энергии и развития. В каждой из этих областей мы рассматриваем способности: как эмоциональные, так и социальные навыки. Беседуя с представителями различных культур, Носсрат Пезешкиан выявил «набор» Актуальных способностей. Посредством «первичных способностей» (таких, как контакт, время, терпение, любовь, доверие), мы обнаруживаем определенный тип отношений, в которых затронуты наши потребности. С помощью «вторичных способностей» (например, пунктуальности, порядочности, вежливости, искренности, справедливости, верности), которые также являются социальными нормами, мы структурируем эти самые отношения.

Баланс между различными способностями – как, например, в ключевом конфликте между прямоотой и учтивостью или между любовью и справедливостью, – является важной составляющей для долгосрочных и конструктивных отношений. Процесс развития ставит перед нами задачу сбалансирования различных способностей, развивая их в качестве навыков и умений. Во всех конфликтах позитивная психотерапия и позитивная педагогика рассматривают вовлеченные в конфликт способности как ценности, основанные на длительно развивающихся культурных концепциях. Говорить о конфликтах - означает делиться различными ценностями и концепциями с целью поиска сходств и различий.

Актуальные способности формируют ценностные концепции. Они представлены для изучения четырьмя областями моделирования:

- непосредственного влияния родителей;
- партнерской модели родителей и вовлеченных сюда способностей;
- модели построения отношений родителей с окружающими и с социумом;
- мировоззрения, культурных ценностей и жизненной философии родителей.

Третий принцип – принцип консультирования нуждается в инструментарии для взаимодействия, конструктивного сотрудничества и решения конфликтов. В позитивной психотерапии и позитивной педагогике ситуация реализуется посредством 5-ступенчатой

модели применимой для структурирования процесса консультирования, решения конфликтов, развития компетентности или же группового взаимодействия. Конструктивный диалог, эффективное консультирование и сотрудничество – все они нуждаются в определенной схеме действий. Пятиступенчатая стратегия - весьма полезный инструментарий для развития личностных рациональных и эмоциональных навыков, а также для консультирования и коммуникации. Она также применяется при кризисном вмешательстве и в решении долгосрочных конфликтных ситуаций. Учителя могут применять ее на уроках для структурирования учебного процесса и взаимодействия. Данная модель является структурой развития компетентности взаимодействия друг с другом.

Первая стадия «Наблюдение/ Дистанцирование» - способность терпеливо слушать, проявлять эмпатию и добавлять иные точки зрения: что я вижу, чувствую и замечаю (в ситуации, на месте своего ученика)? Как ситуация выглядит со стороны?

Вторая стадия «Инвертирование/ Задавание вопросов» вытекает из первой – способность предметно расспрашивать, определяя содержание конфликта и возможности ученика: о чем это? Какие способности вовлечены, какие навыки развиты?

Третья стадия «Ситуативное поощрение» использует знания, ресурсы и позитивные аспекты: что у нас уже есть? Какие ресурсы, какой опыт можно использовать, что уже существует?

Четвертая стадия «Вербализация/ консультирование» - разрешения конфликтов и проведения переговоров осуществляется посредством вежливости и открытости: достаточно ли компетенции для доверительного, адекватного и ясного консультирования при конфликтной ситуации? В чем суть конфликта – какие ценности и различия в концепциях наблюдаются?

Пятая стадия «Расширение целей/ перспективы будущего» продвигает нас дальше к обозрению новых возможностей, открывающихся после разрешения конфликта или трудной ситуации. В этом заключается умение видеть ближайшие перспективы будущего, которые так или иначе уже связаны с получаемым в ходе консультации опытом. Первоначальная цель должна быть расширена, чтобы открыть новые перспективы: что можно поменять в будущем, после того, как разрешится конфликт или сложная ситуация?

### **Краткий обзор позитивной педагогики**

- Применяемая в данном случае модель баланса фокусируется на индивидуальных ресурсах тела, деятельности, отношениях и будущем.
- Согласно модели необходимо сначала увидеть способности, культурные ценности и лишь после этого амбивалентные конфликты, в которые эти самые способности и концепции ценностей оказываются вовлечены.
- Симптомы, нарушения и проблемы рассматриваются как индивидуальные способы реагирования.
- Четыре области Модели Подражания репрезентуют личный, внутрисемейный и культурный опыт прошлого, а также степень личной ответственности на сегодняшний день за партнерские отношения, взаимоотношения в группе и культурной среде.
- Систематическая 5-ступенчатая стратегия позволяет развивать навыки здоровой, активной, конструктивной и способной к сотрудничеству личности.
- Искусство применения историй, притч и межкультурных примеров из жизни в рамках метода Позитивной психотерапии, также может быть успешным в дидактической и семейной психотерапии.
- Три стадии взаимодействия: привязанность, дифференциация и отделение описывают взаимоотношения и развитие.
- Позитивная семейная психотерапия помогает семьям [лично] расти и преодолевать трудности.
- Различные подходы Позитивной психотерапии могут также применяться в консультировании, терапии и педагогике для всех возрастных категорий.

Позитивная психология (Мартин Э.П. Селигман 1991, 2002), затрагивающая вопросы, касающиеся положительных эмоций, личностные характеристики и установки, является научным методом, нацеленным на понимание и «тренировку» состояния счастья и надежды, частично основанных на концепциях ранее описанных в Позитивной психотерапии (Н. Пезешкиан 1968, 1977). В дополнении к этому Позитивная психотерапия работает с реалистичными проявлениями надежды, имеющимися способностями, отдельно взятыми индивидами, семьями и группами – посредством целого комплекса структурированных и системных методик консультирования, терапии, обучения и развития. Психодинамические исследования, сотрудничество в разных профессиональных областях, интегративное функционирование и транскультуральный опыт прошлого с международным опытом работы

дают Позитивной психотерапии возможность быть незаменимым вспомогательным инструментарием в решении различных вопросов образования и педагогики.

*«Умный хочет всё знать, мудрецу нет необходимости знать всё»  
(Носсрат Пезешкиан)*

Имея опыт в различных странах (Болгария, Германия, Боливия, Китай, Эфиопия и др.), транскультуральный и интегративный метод Позитивной психотерапии, основанный Носсратом Пезешкианом, продемонстрировал свою эффективность в работе образования детей и молодежи, а также в подготовке родителей и учителей. В проектах педагогической сферы особенно наглядно проявилась позитивная атмосфера принятия друг друга, обучения друг у друга и высокой мотивации.

### **Реализованные проекты и опыт**

Проекты с применением ППТ в качестве примеров (в данном случае проекты Арно Реммерса, реализованные при сотрудничестве с Болгарской и Германской Ассоциациями Позитивной психотерапии в Болгарии с 1992-1995гг.):

- «Школа для родителей» - группа самопомощи для родителей;
- «Решение и предотвращение конфликтов» - школьный проект;
- «Тренинг семейного консультирования и терапевтических техник для школьных психологов» - для консультантов-педагогов и психологов;
- «Позитивный менеджмент для директоров школ» - для директоров школ;
- «Обучение и тренинги по психотерапии и семейному консультированию» - для сертифицированных психотерапевтов;
- «Семинары по развитию баланса и способностей для учителей, работающих с детьми, имеющими различные физические недостатки» - в Институтах подготовки преподавателей.

Произведены повсеместные попытки внедрения этой программы как проекта превентивного характера, нацеленного на укрепление здоровья семьи и отдельных индивидов, на повышение уровня их образования, информированности, развитие системы менеджмента, терапии и консультирования. Проект был разработан в Болгарии при сотрудничестве с учителями-выпускниками институтов и болгарскими коллегами из

Болгарской Ассоциации Позитивной психотерапии. Целью проекта была медиация инструментария, применяемого в решении семейных и личных проблем, являющихся следствием стремительных культуральных перемен, имевших место в начале 90-х годов, проявлявшихся в виде психосоматических расстройств, стресса, агрессии, попадания в наркозависимость, примыкания к сектам, уходах в депрессию, страхах и суицидальных тенденциях. Классические приемы психотерапии применялись в рамках индивидуальной или семейной терапии. С целью формирования интегрированной превентивной модели, нами были использованы методики Позитивной и семейной психотерапии. В данном пилотном проекте системное видение ситуации вокруг детей и их семей было использовано в качестве начального уровня активных превентивных мер в современных проектах.

Сюда были включены:

- интерактивные уроки в 9-х и 10-х классах в школах с лингвистическим уклоном;
- вечерняя «Школа для родителей» в этом же городе;
- семинары для школьных психологов, работающих в одном районе, по теме семьи и конфликтного консультирования, с использованием дидактической системы эффективного интерактивного обучения по психотерапии;
- семинары по позитивному менеджменту для директоров школ в двух регионах;
- повышение квалификации по психотерапии и семейному консультированию для врачей и психологов – по культурально-адаптированному учебному плану;
- консультирование работников центров профилактики наркозависимости и центров психологической поддержки и профилактики военнослужащих;
- представление информации о семейном консультировании в книгах, по радио и в газетах.

Отправной точкой явилось образование детей по методу салютогенеза с помощью методологического опыта позитивной семейной психотерапии. Цель данного образования - оказание помощи в разрешении их собственных проблем. Помимо этого, в группах самопомощи этого же города родителям предоставлялась подробная информация по ряду тем, возникающих у детей: злоупотребление наркотиками, проблемы образования, развития, проблемы сексуального или религиозного характера. Краткосрочное интерактивное обучение школьных психологов, воспитателей и учителей по методам консультирования, семейной терапии и моделей здравоохранения позволило детям, учителям и родителям найти достаточно компетентных партнеров для получения консультации в трудных ситуациях. Для развития продуктивной образовательной атмосферы в школах, которая наконец сможет

повлиять на коммуникацию и обстановку в коллективе преподавателей, учеников и родителей, были проведены семинары для директоров школ по позитивному менеджменту. Тренинги позитивного разрешения конфликтов проходили в формате «учиться делая», с использованием актуальных проблем повседневной школьной жизни, превращая их в возможности и шансы для плодотворного сотрудничества в педагогическом коллективе.

Расширение спектра возможностей психотерапии на уровне Национальной Болгарской системы здравоохранения (в психиатрических диспансерах, клиниках и для частнопрактикующих врачей) и служб психологической помощи населению (психологи на службе дорожного движения, армейские центры психологической профилактики, центры по предотвращению попадания в наркозависимость, психологи на биржах труда ), было предпринято наряду с параллельным обучением врачей и психологов базовым основам квалификационной программы по психотерапии, проводимой Медицинским Университетом Варны и институтами в других городах, совместно организованной при взаимодействии Болгарской Ассоциации Позитивной Психотерапии и Германской Ассоциации Позитивной Психотерапии. Первые книги по семейной психотерапии были опубликованы в Болгарии наряду с литературой по самопомощи и дидактическими материалами. Также была широко представлена информация на радиопрограммах и в газетах с целью информирования населения о различных возможностях самопомощи в решении семейных проблем.

©Арно Реммерс1995/2000/2013

© перевод Виктории Тимофеевой