

Московский педагогический  
государственный университет



А. А. Реан, А. А. Ставцев, И. А. Коновалов, Е. С. Кошелева

# ПОЗИТИВНАЯ ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ: СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К УЛУЧШЕНИЮ ШКОЛЬНОЙ СРЕДЫ



Москва 2022

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Московский педагогический государственный университет»



А. А. Реан, А. А. Ставцев,  
И. А. Коновалов, Е. С. Кошелева

ПОЗИТИВНАЯ ПЕДАГОГИКА  
И ПСИХОЛОГИЯ:  
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД  
К УЛУЧШЕНИЮ ШКОЛЬНОЙ СРЕДЫ

*Учебно-методическое пособие*

Под ред. академика РАО А. А. Реана

МПГУ  
Москва • 2022

УДК 373.013(075.8)  
ББК 88.611.4я73+74.200я73  
П473

DOI: 10.31862/9785426311145

#### **Рецензенты:**

**А. Н. Веракса**, академик РАО, доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой психологии образования и педагогики факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова (Москва)

**Т. Н. Сахарова**, кандидат психологических наук, профессор кафедры психологии развития личности МПГУ, директор Института педагогики и психологии МПГУ (Москва)

#### **Реан, Артур Александрович.**

П473 Позитивная педагогика и психология: системный подход к улучшению школьной среды : учебно-методическое пособие / А. А. Реан, А. А. Ставцев, И. А. Коновалов, Е. С. Кошелева; под ред. академика РАО А. А. Реана. – Москва : МПГУ, 2022. – 56 с. : ил.

ISBN 978-5-4263-1114-5

Учебно-методические материалы предназначены для студентов, обучающихся по направлению подготовки «Психология», для школьной администрации и учителей общеобразовательной системы Российской Федерации. Представляют собой описание практических советов по комплексному стимулированию школьного климата учебного заведения, примеры программ и точек воздействия для эффективной реализации стратегии широкого комплексного интегрирования воспитательных методик в систему общеобразовательных учреждений, в том числе нацеленных на повышение общего благополучия учащихся, для решения (профилактики, нивелирования последствий) определенных социальных проблем, таких как школьное неблагополучие, агрессия и буллинг.

**УДК 373.013(075.8)**  
**ББК 88.611.4я73+74.200я73**

**ISBN 978-5-4263-1114-5**  
**DOI: 10.31862/9785426311145**

© МПГУ, 2022  
© Реан А. А., Ставцев А. А., Коновалов И. А.,  
Кошелева Е. С., текст, 2022

## ОБ АВТОРАХ

*Реан Артур Александрович* – академик РАО, профессор, доктор психологических наук, председатель научно-координационного совета Российской академии образования (РАО) по вопросам семьи и детства, директор Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, заведующий кафедрой психологии воспитания и профилактики девиантного поведения Московского педагогического государственного университета.

*Ставцев Алексей Андреевич* – психолог, аналитик Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, ассистент кафедры психологии воспитания и профилактики девиантного поведения Московского педагогического государственного университета.

*Коновалов Иван Александрович* – психолог, аналитик Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, старший преподаватель кафедры психологии воспитания и профилактики девиантного поведения Московского педагогического государственного университета.

*Кошелева Екатерина Сергеевна* – психолог, аналитик Центра социализации, семьи и профилактики асоциального поведения, ассистент кафедры психологии воспитания и профилактики девиантного поведения Московского педагогического государственного университета.

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>ОБ АВТОРАХ</b> .....	3
<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	5
<b>1. ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА</b> .....	6
1.1. Что такое позитивная психология? .....	6
1.2. Что такое позитивная педагогика? .....	7
1.3. Позитивные психологические интервенции: эффективный инструмент воспитательного процесса и первый шаг к позитивной педагогике .....	9
1.4. Эффективность позитивной педагогике, опыт «Гимназии Джилонг» (Geelong Grammar School) .....	10
1.5. Почему позитивная педагогика актуальна? .....	12
1.6. Первый шаг на пути к позитивной педагогике .....	13
<b>2. ШКОЛЬНЫЙ КЛИМАТ</b> .....	15
2.1. Основные понятия, принципы, цикл внедрения .....	15
2.2. Почему необходимо планировать интервенции, связанные с улучшением школьного климата? .....	18
2.3. Вовлечение школьного сообщества .....	20
2.4. «Обратная связь» от учеников: организация сбора данных ...	23
2.5. Организация «событий и активностей» .....	26
2.6. Мониторинг и оценка .....	29
<b>3. ТЕХНИКИ ВНЕДРЕНИЯ ППИ, КОНКРЕТНЫЕ СТРУКТУРЫ</b> .....	32
3.1. Общие правила и ключевые аспекты ППИ .....	32
3.2. Как найти время в школьной программе? .....	35
3.3. Измерение эффективности ППИ: алгоритм .....	37
3.4. Работа с родительским сообществом в рамках ППИ .....	40
<b>4. ПРАКТИКУМ: ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЕ</b> .....	46
4.1. Вопросы для самопроверки .....	46
4.2. Задание .....	47
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	49
<b>СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	51
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	53

## ВВЕДЕНИЕ

Существует множество современных теоретических подходов к образовательному процессу, показавших практическую и эмпирически подтвержденную эффективность, одним из которых является позитивная психология и педагогика. Это подход, в рамках которого научное и практическое психолого-педагогическое сообщество видит потенциал удовлетворения современных запросов общества к образованию. Позитивная педагогика основывается на теоретических концепциях позитивной психологии – одного из наиболее обширных направлений в психологической науке на сегодняшний день. Главной задачей данного направления психологии и педагогики является создание и изучение подходов к развитию навыков достижения психологического благополучия, психологической стабильности и оптимального функционирования в процессе жизнедеятельности детей, подростков, студентов, в том числе с точки зрения родительского воспитания и институционального подхода к целостному педагогическому процессу (дошкольные учреждения, школа, профессиональные училища, вузы).

Данные учебно-методические материалы предназначены для студентов, обучающихся по направлению подготовки «Психология», для школьной администрации и учителей, включают описание практических советов по комплексному стимулированию школьного климата учебного заведения; примеры программ и точек воздействия для эффективной реализации стратегии широкого комплексного интегрирования воспитательных методик в систему общеобразовательных учреждений.

Представленные материалы являются комплементарными к методическим материалам для школьных психологов и учителей.

# 1. ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

## 1.1. ЧТО ТАКОЕ ПОЗИТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ?

Позитивная психология – одно из наиболее обширных направлений в психологической науке на сегодняшний день. Отчасти это связано с тем, что это область психологии, изучающая позитивные аспекты человеческой психики, а также позитивный опыт, приобретаемый в процессе жизнедеятельности человека. В общем, можно сказать, что в рамках позитивной психологии исследуются все аспекты психологии человека, делающие жизнь счастливой, целостной, полной, – все то, что делает жизнь стоящей того, чтобы ее прожить.

Данное направление изучает благополучие отдельных персон, социальных групп, а также общества в целом. При относительно недолгом, около 20 лет, присутствии в научном психолого-педагогическом поле данное направление имеет большое количество последователей во всем мире, а также значимый багаж эмпирически доказанных методик и практик. Кроме того, существует прецедент выстраивания эффективного образовательного процесса исключительно на принципах позитивной психологии – австралийская «Гимназия Джилонг» (Geelong Grammar School), подробнее о которой будет изложено позднее.

Позитивная психология – крайне занимательная отрасль теории и практики в психологической науке, в которой речь идет о формировании личности человека, взрослении, социализации, а также целенаправленного воздействия на эти процессы – педагогике. Позитивная психология с точки зрения теории предоставляет инструменты изучения личности учащегося, его индивидуальных особенностей, культивирует самоопределение как личностное, так и профессиональное, с точки зрения практики предоставляет учащимся методики грамотного взаимодействия с другими людьми, развития личных положительных характеристик, формирования просоциальных моде-

лей поведения личности, в общем, является инструментом эффективного воспитательного процесса.

## 1.2. ЧТО ТАКОЕ ПОЗИТИВНАЯ ПЕДАГОГИКА?

Позитивная педагогика основывается на тех же принципах, что и позитивная психология. Главной задачей данного направления педагогики является создание и изучение подходов к развитию навыков достижения психологического благополучия, психологической стабильности и оптимального функционирования в процессе жизнедеятельности детей, подростков, студентов, в том числе с точки зрения родительского воспитания и институционального подхода к целостному педагогическому процессу (дошкольные учреждения, школа, профессиональные училища, вузы). В подавляющем большинстве определений понятия педагогика указано, что это наука о воспитании и обучении человека. В ходе воспитания и обучения происходит формирование личности человека, активно протекают процессы социализации личности, создаются ценностный, моральный и перцептивный базисы поведения человека, восприятия окружающей действительности, а также самовосприятия. Безусловно, количество факторов, влияющих на формирование личности в ходе взросления, бесчисленное множество, однако возможно выделить 3 наиболее значимых аспекта, оказывающих влияние на процесс формирования личности, и назвать их «агентами социализации»: *семья, образовательное учреждение, социальное окружение*. При этом с точки зрения целенаправленного методологического воздействия *семья и образовательные учреждения* – социальные институты, в рамках которых возможно контролируемо и целенаправленно воздействовать на личность с помощью педагогических процессов.

Ответственность за формирование психологически здоровой и всесторонне развитой личности лежит в равной степени на семье и образовательных учреждениях. Понятно, что семье и образовательным учреждениям необходимо взаимодействовать друг с другом как с точки зрения согласования ключевых направлений, идей и ценностных подоплек воспитания и образования, так и с точки зрения компенсирующего воздействия, при необходимости.

Рассматривая образовательную систему в более обобщенном виде, важнейшей целью и задачей, следует даже говорить

о системообразующей важности, которой является развитие учащегося как личности, невозможно не упомянуть о существовании дидактической доминанты.

**Дидактическая доминанта** – феномен, описывающий дисбаланс в ходе педагогического процесса, связанный с превалярованием целевой установки, а также форм и способов передачи академических знаний, умений и навыков (развития интеллектуального), над стратегией, а также формами и способами преподавания социальных знаний, умений и навыков (развития личностного).

**Академические знания, умения и навыки** представляют собой вполне понятные категории предметов (математика, физика, литература, родной и иностранный языки и т.д.). Более того, в рамках школьной программы данные знания, умения и навыки представляют теоретический, ознакомительный характер.

**Социальные знания, умения и навыки** позволяют человеку эффективно осуществлять социальную адаптацию, эффективно взаимодействовать в социуме, т.е. общаться с другими людьми.

Социализация, воспитание и развитие человека в школе как личности и субъекта деятельности включают: развитие интеллекта, развитие эмоциональной сферы, развитие устойчивости к стрессорам, развитие уверенности в себе и самопринятия, развитие позитивного отношения к миру и принятия других, развитие самостоятельности, автономности, развитие мотивации самоактуализации, самосовершенствования, в том числе и мотивации учения как важнейшего элемента мотивации саморазвития.

Академические знания, умения и навыки вне сомнения являются важнейшими столпами интеллектуального развития человека, однако вместе с этим социальные знания, умения и навыки несут в себе прямую практическую ценность. Каждый учитель-предметник хотя бы раз за свою карьеру сталкивался с риторическим вопросом от ученика: «Как изучение “интегралов/химических уравнений/расположения полезных ископаемых и т.д.” пригодится мне во взрослой жизни, я не собираюсь быть “математиком/химиком/геологом и т.д.”?» Действительно, большинство из учащихся за рамками школьной программы больше никогда не столкнутся с необходимостью данного теоретического знания, однако социальные знания, умения и навыки люди применяют каждый день, общаясь с другими людьми. Именно поэтому обучение знаниям,

умениям и навыкам конструктивно вести спор, решать конфликты, понимать и выражать свои чувства, ставить цели, справляться со стрессом и т.д. должно быть целью педагогического процесса наряду с интеллектуальным развитием. При позитивном педагогическом процессе, таким образом, оказывается как прямое воздействие путем научения навыкам достижения психологического благополучия, психологической стабильности и оптимального функционирования в процессе жизнедеятельности, так и косвенное положительное воздействие на психологическое благополучие личности путем определения и преподавания наиболее подходящих знаний, умений и навыков, необходимых конкретному индивиду.

### **1.3. ПОЗИТИВНЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИНТЕРВЕНЦИИ: ЭФФЕКТИВНЫЙ ИНСТРУМЕНТ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА И ПЕРВЫЙ ШАГ К ПОЗИТИВНОЙ ПЕДАГОГИКЕ**

Позитивные психологические интервенции (ППИ) – это программы, методы психологического воздействия, комплекс тренингов и организованных групповых и индивидуальных активностей, направленных на культивирование положительных эмоций, социально одобряемого позитивного поведения, а также оптимистично-реалистичного восприятия действительности и стимулирование развития позитивных аспектов личности в целом. Кроме того, важной особенностью ППИ является комплексный положительный эффект влияния на все сферы жизни индивидов, по отношению к которым применяется данное воздействие, решающее также задачи профилактики негативных социальных явлений, связанных с образовательными учреждениями, таких как школьное неблагополучие, агрессия и буллинг. В самом процессе позитивных психологических интервенций заложены базовые приемы, стимулирующие положительное воздействие в рамках актуальных вызовов в современной педагогике: воспитания и социализации личности, эффективное педагогическое общение, получение социальных навыков, общее психологическое благополучие и жизнестойкость учащихся. Таким образом, применение ППИ в рамках общеобразовательной системы РФ может стать важным первым шагом, эффекты от которого мультиплицируются, выйдут за рамки самой интервенции и положительно повлияют на все аспекты жизнедеятельности образовательных учреждений.

Позитивные психологические интервенции крайне разнообразны в своих формах и способах проведения, однако данное многообразие можно систематизировать в три группы:

1. Отдельные упражнения или активности.
2. Целостные курсы обучения, внедряемые в программу наравне с академическими дисциплинами.
3. Глобальное переориентирование школьной среды, включающее все аспекты обучения, начиная от школьного климата и заканчивая способом преподавания академических дисциплин.

Комплементарным к данному изданию идет учебно-методическое пособие «Позитивные психологические интервенции: компендиум практических упражнений» в виде сборника ППИ в форме отдельных упражнений или активностей, отобранных специалистами психолого-педагогического профиля в соответствии с критерием экспериментально доказанной эффективности самой позитивной психологической интервенции. В данных методических материалах освещены общие составные концепции как целостных курсов обучения, внедряемых в программу наравне с академическими дисциплинами, так и глобального переориентирования школьной среды, включающего все аспекты обучения, начиная от школьного климата и заканчивая способом преподавания академических дисциплин.

#### **1.4. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПОЗИТИВНОЙ ПЕДАГОГИКИ, ОПЫТ «ГИМНАЗИИ ДЖИЛОНГ» (GEELONG GRAMMAR SCHOOL)**

Комплексные ППИ реализуются в виде целостных школьных программ позитивного образования. Одной из первых школ, которая не просто применяла элементы или учебные курсы в рамках позитивной психологии, а использовала позитивный подход к обучению как базовый принцип педагогического процесса была The Geelong Grammar School (GGS) в Австралии. В GGS все сотрудники, начиная от учителей и заканчивая организационным персоналом, участвуют в разнообразных специализированных тренингах, разработанных на теоретическом базисе позитивной психологии, для последующего применения полученных знаний, умений и навыков как в рамках должностных обязанностей, так и в личной жизни. Учебный план воспитанников GGS полностью пронизан идеями

позитивной психологии. Помимо отдельного предмета «позитивная психология», на котором обучают таким вещам, как гибкость в восприятии окружающей среды, понимание своих сильных сторон личности, умение «находиться в настоящем моменте», умение принимать и выражать благодарность другим людям, умение быть терпимым по отношению к другим людям и многие другие, классические академические дисциплины вроде математики, географии, английского языка, истории, художественных классов и т.д. также преподаются в рамках позитивной педагогики. К изучению математики, например, можно подойти с рассказа о «числах Фибоначчи» и «экспоненциальном росте прогрессии», не с сухого изложения фактов, а с демонстрирования завораживающего повторения данных закономерностей в окружающем нас мире, что вызовет интерес учеников к изучению предмета, или формированию творческой задачи, для решения которой требуются определенные математические знания, мотивация заполучить которые у учеников возникнет в процессе работы над решением поставленной задачи. В ходе занятий, основанных на принципах позитивной педагогики, ученики получают меньший спектр и объем академических знаний, нежели в классическом педагогическом процессе, однако уровень усвоения академических знаний, преподнесенный позитивным образом, несомненно выше, кроме того, формируются знания, умения и навыки для самостоятельного поиска необходимых источников для получения новых знаний, умений и навыков. Приобретению и оттачиванию социальных навыков уделяется гораздо большее количество времени как напрямую в виде развития *soft skills* – личных качеств и навыков, позволяющих эффективно взаимодействовать с другими людьми, так и косвенно, через межличностное взаимодействие учащихся. Особое внимание уделяется формату взаимодействия «преподаватель – ученик». Данное взаимодействие рассматривается в широком ключе социальной педагогической психологии, т.е. роль личности педагога, личности ученика, педагогического общения и педагогической перцепции имеет равную высокую значимость. Например, оценивая деятельность ученика, педагог не просто дает оценку хорошо или плохо, но и говорит о конкретных качествах, которые ученик проявил в ходе выполнения работы, что было сделано отлично, а над какими аспектами следует поработать. Такой конструктивный анализ очерчивает направления, в которых обучаемому

следует развиваться, и не несет в себе большую стресс-нагрузку, связанную с ошибкой при выполнении задания, олицетворяя собой принцип: об ошибках не стоит сожалеть, на них надо учиться и чем больше ошибок совершит индивид, тем большему он научится. Снижая «груз ответственности» за ошибку, уменьшается негативное воздействие стресса и тревожности на психологическое благополучие ученика, при этом аспекты, связанные с неудачным выполнением задания, также оговорены и должны быть компенсированы. В то же время в случае успеха ученик получает конкретное положительное подкрепление со спецификацией качеств, которые были задействованы им в ходе выполнения задачи, что в дальнейшем положительно сказывается на его мотивации. Подход к педагогике Geelong Grammar School показал высокую эффективность позитивной педагогики как современного и перспективного направления практической педагогики.

## **1.5. ПОЧЕМУ ПОЗИТИВНАЯ ПЕДАГОГИКА АКТУАЛЬНА?**

Система образования во всем мире и в нашей стране, безусловно, тоже является ключевой составляющей в интеллектуальном развитии личности, в формировании ее базовой общенаучной компетентности, в подготовке профессиональных кадров. Вместе с тем неотъемлемой частью образования, наряду с обучением, является воспитание личности, что отражено как в научно-исследовательском и практическом поле психологии и педагогики, так и в правовом поле (поправки к Федеральному закону «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся (инициированы Президентом РФ 21 мая 2020, приняты Государственной думой РФ 22 июля 2020 г.), Распоряжение Правительства РФ от 29 ноября 2014 г. № 2403-р «Об утверждении Основ государственной молодежной политики РФ на период до 2025 г.», Федеральный закон «Об образовании РФ»). В связи с перечисленным выше, применение современных подходов к воспитанию, социализации и профилактике асоциального поведения детей и подростков в виде позитивных психологических интервенций, продемонстрировавших свою эффективность в различных формах применения в образовательных системах стран Европы, Азии и Северной Америки, направленных на всестороннее развитие, успешную социальную адаптацию и психологическое благополучие личности,

будет способствовать выполнению текущих и стратегических задач, сформированных современной повесткой, продиктованных вызовами образовательной сферы 3-го десятилетия XXI века.

## **1.6. ПЕРВЫЙ ШАГ НА ПУТИ К ПОЗИТИВНОЙ ПЕДАГОГИКЕ**

Образовательное учреждение – один из главных «агентов социализации» (наряду с семьей и социальным окружением), при этом с точки зрения внешнего направляющего и корректирующего воздействия на формирование личности в процессе воспитания именно образовательное учреждение предоставляет наибольшие возможности контролируемого положительного воздействия. Воспитание и социализацию необходимо расценивать равнозначными задачами, наряду с академическим обучением с точки зрения направления работы и оценки эффективности деятельности образовательных учреждений.

Важной составляющей педагогического процесса в целом и одной из ключевых составляющих позитивной педагогики в частности – является педагогическое общение. Эффективное педагогическое общение, в качестве неотъемлемых составляющих, включает «демократический стиль руководства», «обратную связь», «эффективное поощрение» и т.д. Данная тема более подробно рассматривается в нашем пособии по позитивной психологии и педагогике для учителей и школьных психологов.

Получение социальных навыков учащимися столь же, а в определенных аспектах еще более важно, чем получение академических навыков. Кроме того, с учетом сказанного ранее, в ходе педагогического процесса возможна интеграция методик научения социальным и академическим навыкам, что соответствует принципам конвергентного подхода в образовании.

Применение позитивных психологических интервенций будет являться наиболее уместным первым шагом к позитивной педагогике и может выступить катализатором для активного практического внедрения концепций эффективного воспитания и социализации учащихся.

Следует, конечно, понимать сложности, связанные с подготовкой педагогического кадрового потенциала, и акцентировать

на этом внимание. Педагог и его профессионализм, без сомнения, является главным практическим элементом применения позитивной психологии как инструмента воспитательного процесса. Именно поэтому так высока важность использования ППИ как первого шага применения концепции позитивной педагогики. Методики ППИ в виде отдельных упражнений и активностей позволят, даже не имеющему специальных психологических знаний педагогу, пошагово провести психологическую интервенцию, в ходе которой он косвенно будет обучаться психологическим навыкам эффективного педагогического общения.

## 2. ШКОЛЬНЫЙ КЛИМАТ

### 2.1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ПРИНЦИПЫ, ЦИКЛ ВНЕДРЕНИЯ

«Школьный климат» можно определить как совокупность характеристик образовательной организации (от особенностей школьной среды до специфики отношений между учениками, учителями и родителями). При этом характеристики школьной среды обладают следующими свойствами: воспринимаются членами школьного сообщества; отражают свойства организации; влияют на поведение представителей школьного сообщества и могут быть оценены количественно [11].

Иными словами, ключевыми особенностями характеристик школьной среды и качества школьной жизни является то, как их понимают и оценивают члены школьного сообщества – ученики, их родители и сотрудники школы.

К составляющим школьного климата можно отнести нормы, ценности, отношения между людьми, практики обучения и учения, организационную структуру образовательного учреждения. Рассмотрим подробнее некоторые из указанных составляющих.

Нормы и ценности – крайне важные составляющие организационной культуры образовательного учреждения. Школьные ценности можно определить как некоторую декларацию мировоззренческих установок, которые разделяет школьное сообщество. Важно, чтобы установки были в явном виде декларированы. В образовательных учреждениях с давней историей за школьными ценностями часто скрываются традиции и памятные для школы даты. Молодые, вновь открывшиеся школы, наоборот, имеют шанс заново определить свои ценностные установки. Процесс разработки декларации ценностей и миссии школы может стать одним из ключевых этапов в формировании коллектива школы.

Нормы связаны с правилами поведения в школе. Причем, это касается не только правил поведения для учащихся, но и остальных

членов школьного сообщества. Во множестве исследований школьного климата подчеркивается крайне важная роль школьных правил, их понимания ученическим и педагогическим сообществом и важность однозначности их трактовки. «Прозрачные», непротиворечивые правила связаны с таким явлением, как предсказуемость школьной среды для учащихся. Правила должны быть введены в повседневную жизнь школы и декларированы таким образом, чтобы они могли бы быть проинтерпретированы однозначным образом. Важно, как понимание последствий какого-либо нежелательного поведения, так и то, что эти последствия наступают вне зависимости от того, о какой категории учащихся идет речь.

Школьные отношения, пожалуй, центральный компонент школьного климата. В различных исследованиях и диагностических инструментах обычно школьные отношения рассматриваются через взаимодействие в ученической среде, с одной стороны. С другой стороны – отношения педагогов и учащихся. В этом аспекте обычно выделяются такие аспекты отношений, как эмоциональная и деловая доступность педагогов. Важным аспектом также является специфика взаимоотношений между педагогами в рабочем коллективе.

Эмоциональная доступность педагогов – это возможность со стороны учащихся обратиться за поддержкой к учителю. Это может выражаться в таких проявлениях, как подбадривания со стороны педагогов, умение замечать успех учащихся, а не только отклонения от нормативных показателей, равнодушие педагогов по отношению к ученикам. Деловая доступность выражается в готовности предоставить дополнительную возможность для занятий или исправления задолженности, в случае наличия инициативы со стороны ученика, готовности оказать помощь в случае необходимости.

Отношения в педагогическом коллективе, как уже было отмечено, также немаловажная вещь – ведь именно своим примером педагоги демонстрируют учащимся, что такое профессиональные отношения с коллегами. Важно, чтобы школьники имели пример уважительных и доверительных взаимодействий старших, а также пример справедливого отношения к учащимся.

Отношения в ученической среде могут быть очень разными: эта среда может быть крайне агрессивной и непредсказуемой для значительного числа школьников или же наоборот основываться на прозрачных и однозначных принципах и правилах.

Правила поведения в школе являются тем вопросом, важность и необходимость которого а priori признается, вероятно, всеми без исключения педагогами не только нашей страны, но и всего мира. Однако, как известно, «дьявол кроется в деталях» – применительно к рассматриваемому вопросу это означает, что само по себе признание важности вопроса школьных правил не гарантирует предпочтения школьниками социально желательного поведения, а, наоборот, требует внятного и эксплицитного введения школьных правил и формирования установки на их соблюдение [1].

Разработка школьных правил, обсуждение их с учениками и демонстрация на стенах школы являются очень важным инструментом для профилактики школьной агрессии и травли. Цель введения школьных правил – сделать школьную среду понятной и «предсказуемой». Понятная и предсказуемая среда подразумевает под собой тот факт, что учащийся, находясь в школе, знает и чувствует, что среда школы, с одной стороны, безопасна, а с другой – то, что те или иные поступки приведут к понятным для учащихся последствиям [1].

Цикл внедрения интервенций представляет собой последовательность шагов по внедрению различных практик, направленных на улучшение школьного климата и повышения воспитательного потенциала школьной среды. Цикл внедрения представлен на рис. 1. Начало цикла – этап планирования. На данном этапе определяются конкретные практики и технологии, которые будут введены в повседневную школьную жизнь. Рассмотрим цикл внедрения интервенций на примере введения школьных правил. Этап вовлечения школьного сообщества в данном случае может быть реализован по-разному: проект правил и ценностей школы может быть подготовлен как педагогическим составом, так и совместно с учащимися в рамках классных часов или ученического самоуправления. А может быть и иначе – данный этап может совпадать со следующим (сбор и анализ данных), может быть проведено небольшое социологическое исследование, целью которого может выступить выяснение мнений школьного сообщества о том, какие правила в явном или неявном виде уже функционируют в школе и какие сферы жизни должны быть регламентированы. Этап внедрения интервенций, если рассматривать его на данном примере, может проходить в формате обсуждения с учащимися проекта правил или в формате

ознакомления с уже утвержденным списком, путем объяснения важности этого процесса в рамках классных часов или публикации кодекса школы на сайте организации. Оценка интервенций должна происходить спустя некоторое время после их внедрения. На данном этапе можно оценить успешность внедрения рассматриваемой инициативы как через сбор прямой-обратной связи от представителей школьного сообщества (посредством опроса), так и по объективным показателям – через учет количества конфликтных ситуаций между учениками и число обращений родителей, связанных с какими-либо проблемами. Наилучшим вариантом является учет различных источников информации.



Рис. 1. Цикл внедрения интервенций, связанных со школьным климатом [24]

## 2.2. ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО ПЛАНИРОВАТЬ ИНТЕРВЕНЦИИ, СВЯЗАННЫЕ С УЛУЧШЕНИЕМ ШКОЛЬНОГО КЛИМАТА?

Эффективное планирование мероприятий, нацеленных на улучшение социального климата школы, позволяет обеспечить максимальный эффект от производимых интервенций. Эффективное пла-

нирование предполагает учет имеющихся ресурсов (в частности, трудовых) и должно иметь своей целью соотнесение актуальных возможностей образовательной организации с поставленными перед педагогическим коллективом задачами в области воспитания и обеспечения психологического благополучия учащихся.

Какие организационные шаги необходимы?

1. Создание команды, ответственной за реализацию мероприятий, направленных на улучшение школьного климата. Состав команды может быть разнообразным – участие заместителя директора по воспитательной работе, специалистов помогающих профессий (психолога и социального педагога) необходимо. В идеале в команду должны входить представители как педагогического состава, так и учащихся и родителей. Включение представителей различных «слоев» школьного сообщества позволит в дальнейшем наиболее эффективно выстраивать коммуникацию со всеми участниками образовательного процесса и оценивать эффективность производимых мероприятий с различных перспектив.

2. Методическое обеспечение. Необходимо, чтобы мероприятия и практики, положенные в основу улучшения школьного климата школы, основывались на апробированных методиках и технологиях. Важным шагом является создание «методической копилки», куда должны войти те технологии, которые или уже были использованы в деятельности образовательной организации, или обладают высоким потенциалом для дальнейшего использования.

3. Необходима разработка концепции школьного климата конкретной образовательной организации. Иными словами, на этом шаге предполагается разработка модели работы по данному направлению. Подобная модель предполагает, с одной стороны, ценностную составляющую – на каких принципах строятся общественные отношения в конкретной организации, а с другой стороны, разработка плана работы, предполагающего рефлексия репертуара тех практик, которые составят основу производимых интервенций и четко прописанную последовательность их внедрения.

4. План сбора и анализа данных. Определите типы данных о состоянии школьной среды, которые могут быть учтены при работе по данному направлению. Необходимо также внятное понимание методологии анализа полученных данных. Сбор и анализ данных могут быть осуществлены в виде опросов учащихся,

родителей и педагогов. Данная работа должна быть реализована циклично, чтобы можно было отслеживать динамику показателей благополучия и оценивать риски школьной среды конкретной организации.

5. План коммуникации с представителями школьного сообщества. Необходимо спроектировать, каким образом информация о поддержании и улучшении социального климата школы будет распространена различным представителям школьного сообщества – педагогам, учащимся и родителям. Крайне важно предусмотреть работающие каналы обратной связи, иными словами, способ получения мнения представителей школьного сообщества о реализуемых инициативах и мероприятиях.

6. Систематический характер внедрения практик, связанных с поддержанием школьного климата. Необходимо, чтобы внедряемые практики со временем стали частью повседневной жизни образовательной организации. В данном аспекте необходимо предусмотреть, каким образом внедряемые инициативы будут соотноситься с уже функционирующими процессами.

7. Поддержка школьного сообщества. Необходимо определить, каким образом будет осуществлена поддержка тех членов школьного сообщества, которые в ней могут нуждаться: администрация школы, педагогический состав, учащиеся, родители. Это может быть как методическая поддержка, так и принятие каких-либо индивидуализированных решений в отношении положения различных учеников или их семей.

### **2.3. ВОВЛЕЧЕНИЕ ШКОЛЬНОГО СООБЩЕСТВА**

Основная задача данного этапа – информирование всего школьного сообщества о целях, задачах и средствах работы по улучшению социального климата образовательной организации. Эта работа должна осуществляться как с педагогической командой, так и с учащимися образовательной организации и их семьями.

Ключевые шаги в организации данного процесса:

1. Распространение информации о принимаемых школой усилиях по улучшению школьного климата. Важно, чтобы информация поступала из различных источников – это могут быть и рассылка информации для учащихся, родителей и педагогов,

- информация на стенах школы, обсуждение на классных часах и иных мероприятиях.
2. Получение информации от заинтересованных сторон. Очень важно, чтобы педагоги, учащиеся и их родители имели выстроенные каналы коммуникации как со школьной администрацией, так и с командой, ответственной за реализацию мероприятий по улучшению школьного климата. Речь идет как об обратной связи, так и о сборе предложений и инициатив.
  3. Необходимо, чтобы члены школьного сообщества имели однозначное понимание как важности инициатив по улучшению школьного климата, так и стратегий, которые намерена реализовывать школа. Крайне важным является также и однозначная трактовка самого понятия «школьный климат» в контексте конкретных обстоятельств школьной жизни.
  4. Организация сбора данных о социальном климате школы и понимание необходимости данного процесса школьным сообществом. В данном случае речь идет о систематических опросах как учащихся, так и педагогов, и родителей, посвященных специфике школьных отношений. Данная инициатива является крайне важной как в вопросах коммуникации, так и в вопросах планирования интервенций. Важно, чтобы члены школьного сообщества понимали цели и задачи проведения подобных опросов, а также то, как и для каких целей полученные данные будут использованы.
  5. Развитие эффективного взаимодействия семьи и школы. В первую очередь, очень важным является частота взаимодействия семей учащихся и представителей школы. Также необходимо, чтобы школа была «открыта» для семей своих учеников – их участие в школьной жизни приветствовалось и было значимо для школы. Семьи должны иметь возможность для различных форм участия в школьной жизни. Крайне удачной практикой является привлечение родителей учащихся школы к планированию школьной жизни.

Остановимся несколько подробнее на последнем пункте. Каким образом родители могут участвовать в школьной жизни? Самый простой вариант, особенно если речь идет о начальной школе, – участие в организации совместного творческого досуга классов.

Родители могут проводить различные мастер-классы совместно с педагогами, участвовать в образовательных путешествиях (экскурсиях и других поездках), рассказывать об особенностях своих профессий, что может быть крайне полезным опытом для учащихся, «примеряющихся» к определенным карьерным траекториям в дальнейшем.

Продукт взаимодействия семьи и школы – создание «области социокультурного взаимодействия», общности учащихся, родителей и учителей, т.е. таких условий, в которых деятельность организована не в форме разделения труда, а в форме сознательно организованного сотрудничества [5]. Подобное взаимодействие создается совместными усилиями всех участников образовательного процесса, поскольку необходимым условием развития и, соответственно, обучения и воспитания является диалог, совместная деятельность, разделенная со взрослым (профессионалом) и/или с другими участниками образовательного процесса [5].

Распределенная ответственность – главный принцип, объединяющий семью и школу. При этом условия любые перспективы образования намечаются сообща, а проблемы ученика являются общими и решаются совместными усилиями [5]. Указанный тезис в полной мере относится к созданию позитивного климата образовательной организации – именно консолидированные усилия являются ключом к успеху.

При этом отметим крайне важную роль в организации данного процесса, принадлежащую директору образовательной организации. Специфика организационной позиции руководителя образовательной организации и характер его взаимодействия с коллективом легли в основу инструмента оценки школьного климата OSDQ [16], который был создан на заре разработки данного направления исследования. Основные структурные компоненты представлены на рис. 2.

Отметим, что в рамках данного инструмента зафиксированы крайне значимые параметры школьного климата и благополучия организации в целом – отношения внутри педагогического коллектива. Демонстрация учащимся культуры деловых отношений, с одной стороны, и дружеских отношений между педагогами, с другой, сама по себе является образцом для подражания в учебной среде.

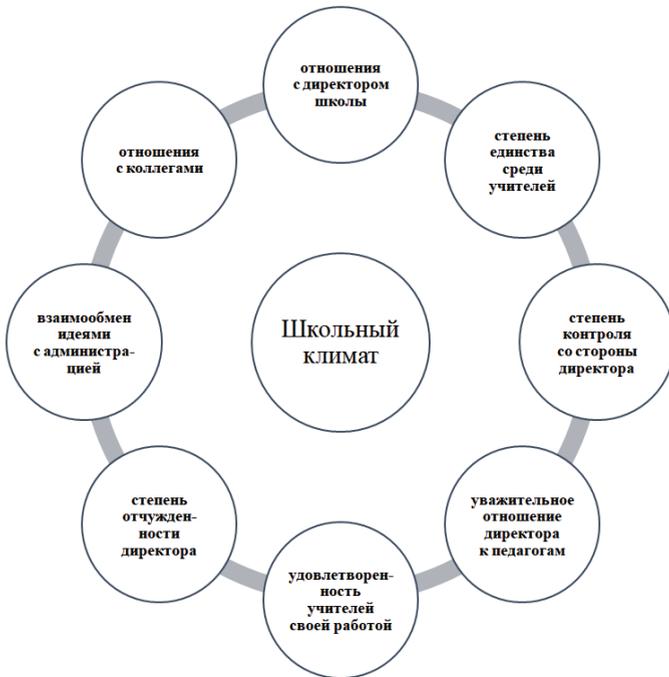


Рис. 2. Инструмент оценки школьного климата – OCDQ

#### 2.4. «ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ» ОТ УЧЕНИКОВ: ОРГАНИЗАЦИЯ СБОРА ДАННЫХ

Сбор данных о состоянии и специфике школьных отношений является системообразующей задачей в контексте работы по улучшению школьного климата школы. Данная задача необходима в первую очередь для оценки исходного состояния и диагностики возможных проблем. На основе полученных данных должна корректироваться стратегия работы школы по данному направлению.

Как должен проводиться сбор данных? Сбор данных проводится в формате анонимного опроса с определенной периодичностью – один раз в четверть/триместр или полгода. Чаше проводить подобные опросы смысла не имеет. Если проводить опросы чаще, есть риск «переутомить» школьный коллектив подобной однообразной деятельностью, с одной стороны, и получать крайне

похожие друг на друга данные – с другой, затратив значительное время на обработку. Поэтому лучшим решением является выбор нескольких «точек» в графике школьной жизни на учебный год.

Какие опросники использовать? Школьный климат имеет ряд составляющих – отношения между учащимися, отношения между педагогами и учениками, атмосфера в педагогическом коллективе. Важным параметром является непротиворечивость правил школьной жизни, принятых в образовательной организации. Указанные социальные явления оцениваются во множестве зарубежных опросников. В России в настоящий момент валидизированных опросников, направленных на оценку школьного климата, немного. В качестве примера можно привести опросник школьного климата [2].

Приведем несколько примеров вопросов, направленных на оценку специфики школьных отношений. Так, например, обязательно необходимо оценить специфику взаимоотношений между учащимися (см. табл. 1).

Таблица 1

### Оценка специфики взаимоотношений между учащимися

Большинство учеников в моей школе...					
	абсолютно не согласен	скорее не согласен	затрудняюсь выбрать	скорее согласен	абсолютно согласен
Хорошо себя ведут					
На самом деле им нет дела до других					
Готовы помочь друг другу					

Центральный момент – оценка особенностей взаимоотношений педагогов и учащихся. Как уже было отмечено выше, в различных исследованиях школьного климата зачастую выделяются такие параметры, как «эмоциональная доступность педагогов» и «деловая доступность педагогов». Эмоциональную доступность педагогов можно оценить с помощью фиксации степени согласия с такими утверждениями, как «Мои учителя могут меня подбодрить», «Им не все равно, что со мной происходит», «Я легко могу

найти возможность поговорить с учителем один на один». Деловая доступность педагогов может быть оценена с помощью согласия/несогласия с такими утверждениями, как «Если у меня что-то не получается, учитель всегда готов помочь», «Готовы оставаться после уроков, если нужно с чем-то помочь». Ниже представлены примеры оценки уважительных отношений в школьном коллективе (см. табл. 2).

Таблица 2

### Оценка уважительных отношений в школьном коллективе

В моей школе...					
	абсолютно не согласен	скорее не согласен	затрудняюсь выбрать	скорее согласен	абсолютно согласен
Учителя относятся к ученикам уважительно					
Ученики относятся уважительно друг к другу					
Взрослые по отношению к ученикам в школе ведут себя справедливо					

Также крайне важным параметром является оценка ощущения безопасности в школе (см. табл. 3). Оценку ощущения безопасности в школе нельзя недооценивать, так как детям и подросткам не всегда бывает легко сообщить взрослым о своих проблемах. Зачастую не самые приятные эпизоды происходят в таких местах, надзор за которыми со стороны взрослых бывает затруднен, – это школьные коридоры и туалеты, а также школьный двор.

Таблица 3

### Оценка ощущения безопасности в школе

Ты обычно чувствуешь себя в безопасности...				
	Нет	Скорее нет	Скорее да	Да
Недалеко от школы, в ее окрестностях				
В школьных коридорах и туалетах				

Для опроса учащихся младших классов может быть полезна иная технология: им можно предложить «карту» того этажа, на котором у них обычно проходят уроки и перемены, и попросить разными цветами отметить места, в которых ребенок чувствует себя безопасно или, наоборот, в опасности.

## **2.5. ОРГАНИЗАЦИЯ «СОБЫТИЙ И АКТИВНОСТЕЙ»**

Данный блок является центральным для организации процесса по улучшению школьного климата. Ключевые события, запланированные в рамках данного направления воспитательной работы, должны быть зафиксированы в годовой циклограмме. Стоит выделить два ключевых типа мероприятий – те, которые могут быть реализованы педагогами без специального обучения, и те, для реализации которых требуется повышение квалификации педагогов или привлечение сторонних специалистов.

Говоря о примерах в рамках первого направления, для улучшения школьного климата можно осуществлять следующие активности:

- ставить цели и создавать условия для организации совместной деятельности детей, информировать их о ходе реализации совместных задач, поощрять активность, инициативу, креативность;
- находить общие интересы, которые объединили бы детей класса и на их основе организовывать общие дела;
- формировать традиции класса, участвовать в общешкольных традиционных делах;
- привлекать учащихся проводить свободное время вместе: сходить в поход, отдохнуть и т.п.;
- создавать ситуации коллективного сопереживания значимых событий, стремление к эмоциональному включению в жизнь класса каждого ребенка. Для этого важно наличие активной позиции педагога по отношению к детям и классу;
- поощрять к открытости, доброжелательности, конструктивным способам разрядки негативных эмоций; не навязывать друг другу свое мнение, а, выслушивая интересы каждого, приходить к общему, компромиссному решению;
- создавать условия для повышения комфорта самочувствия детей в школе и сохранению стабильно положительных отношений между учителями и учащимися;

- развивать коммуникативную культуру, навыки общения и сотрудничества;
- развивать эмпатийные способности членов группы, умение и потребность в познании других людей, толерантное к ним отношение.

Прокомментируем некоторые пункты. Говоря о первом пункте, отметим, что набирающий в настоящее время формат проектной деятельности активно способствует формированию умений сотрудничества и взаимодействия, что является крайне важными навыками для формирования благополучной среды образовательной организации.

Крайне важными являются инициативы по разработке и поддержке традиций образовательной организации. Данное направление связано с формированием чувства идентичности школьного сообщества, созданием ощущения принадлежности к коллективу, что является значимым фактором объединения школьного сообщества.

Очень важным является обучение конструктивным способам решения конфликтных ситуаций и создания условий для «приемлемого» выхода агрессии и негативных эмоций. Обучение конструктивным способам разрешения противоречий может проходить в формате развития коммуникативной культуры и навыков общения.

К примерам мероприятий, для реализации которых требуется повышение квалификации педагогов или привлечение сторонних специалистов, можно отнести такую технологию, как коучинг «сильных сторон» (strengths-based coaching program), отметим, что материалы комплементарного методического пособия для педагогов и школьных психологов содержат описание конкретных методик и способов их проведения, с помощью которых возможна организация позитивных психологических интервенций по аналогии с изложенной ниже. В пилотном исследовании [21] была изучена связь реализации программы коучинга, имеющей доказательную основу, с уровнем вовлеченности (engagement) и надежды (hope) учащихся начальной школы. В рамках исследования 38 учеников пятого года обучения (средний возраст 10,7 лет) приняли участие в программе коучинга «сильных сторон» (strengths-based coaching program), которая была реализована в рамках их персональных программ личного развития в частной начальной школе

в Сиднее (Австралия). Участников случайным образом распределили на группы по четыре или пять человек, каждая группа получила восемь тренировочных занятий за два семестра. Для выявления сильных сторон характера участников был использован опрос «Молодежные ценности в действии» (The Youth Values in Action survey). В рамках занятий участники обучались определению лично значимых целей и умению настойчиво добиваться своих целей, а также находить новые способы использовать свои сильные стороны. В рамках курса была также использована методика «Письмо из будущего» (“Letter from the future”), при реализации которой участники рассказывали о том, каких успехов они могут достичь, и о том, как в этом процессе их сильные стороны могут быть реализованы. В результате исследования установлено, что участие в пилотной программе коучинга «сильных сторон» значимо связано со значительным увеличением уровня вовлеченности и надежды [21]. Указанные параметры были оценены методом самоотчета. Отметим также, что программы коучинга «сильных сторон» могут рассматриваться как потенциальные меры по профилактике детского и подросткового неблагополучия и укрепления психического здоровья в начальной школе. Подобные технологии ППИ могут стать важной частью общей позитивной образовательной программы различных учебных учреждений.

К иным примерам можно отнести мероприятия, направленные на формирование социально-эмоциональных навыков. Типовые блоки программ: формирование самоконтроля; формирование социальных навыков; работа с самооценкой; формирование навыков социальной перцепции (умение понимать чувства и поведение окружающих); развитие логического мышления; формирование умений решать конфликтные ситуации. Обычно подобные мероприятия нацелены на профилактику следующих явлений: трудности коммуникации со сверстниками, конфликты в случае различия социокультурного «бэкграунда»; агрессия по отношению к сверстникам; конфликтные отношения с учителем, неготовность проявлять к нему уважение и следовать требованиям; дисциплинарные нарушения. Подобные мероприятия должны быть реализованы педагогами, прошедшими специальное обучение (сертификацию) или внешними по отношению к образовательной организации сертифицированными тренерами.

Несмотря на то что подобные технологии с теоретической точки зрения хорошо описаны как в отечественной [8, 9], так и в зарубежной научной литературе [20] на практике, применение данных программ в образовательной сфере РФ носит не систематический характер, в зарубежной образовательной практике технологии ППИ имеют обширную базу исследований с эмпирически доказанной эффективностью и являются частью школьных программ США, Великобритании, Австралии, Китая и Португалии [7, 13]. Множество из данных программ направлены преимущественно на формирование социально-эмоциональных навыков и профилактику трудностей социальной дезадаптации. К примерам подобных программ можно отнести: Good Behavior Game [14, 19], PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) [12, 23], Triple P (Positive Parenting Program) [22, 26], Guiding Good Choices [15, 18].

## 2.6. МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА

Закрепленная в плане воспитательной работы школы программа по улучшению школьного климата должна быть оценена по итогам реализации в определенный период, например, по итогам учебного года. Ключевые шаги по оценке усилий по улучшению школьного климата могут быть сформулированы следующим образом [24]:

- а. Оценка реализации плана. Необходимо провести оценку плана, который был разработан в начале учебного года, во время подбора мероприятий, направленных на улучшение школьного климата. Необходимо провести ревизию данных, полученных в результате опросов, реализованных в течение учебного года, а также оценить статистику инцидентов, произошедших за рассматриваемый период. Если план предполагал оценку социально-эмоциональных навыков учащихся, необходимо также провести ревизию этих данных и оценить динамику показателей.
- б. Получите мнения заинтересованных сторон. Необходимо создать возможность для того, чтобы все когорты школьного сообщества могли внести свой вклад в оценку проделанной работы и формирование предложений для стратегий работы в следующем цикле.
- в. Определите ключевые индикаторы. Убедитесь, что у вас есть данные о ключевых индикаторах – данные опросов, динамика

числа инцидентов, связанных с проблемным поведением, показатели вовлеченности родителей в работу школы.

- г. Соберите дополнительные данные. При необходимости нужно организовать сбор дополнительных данных для оценки проделанной работы. В качестве примера можно провести ретроспективную оценку реализации как отдельных компонентов программы, так и программы в целом.
- д. Подготовьте годовой отчет. Важно, чтобы отчет был распространен среди различных членов школьного сообщества.

Полезным инструментом может быть использование чек-листа (см. табл. 4) для оценки реализации программы школьным советом или командой по работе со школьным климатом. Подобная технология используется во множестве программ, направленных на профилактику буллинга [10], однако, безусловно, может быть использована и в более широком контексте выстраивания работы со школьным благополучием в целом.

В чек-листе зафиксированы основные направления рефлексии проделанной работы по формированию школьного климата: разработка программы и ее обсуждение школьным сообществом, формирование и реализация плана мероприятий (циклограммы), меры профилактики проблемного поведения, инструменты сбора данных и оценки эффективности.

Таблица 4

**Пример чек-листа для оценки эффективности реализации программы по улучшению школьного климата образовательного учреждения**

	Да/Нет
Совет официально принял программу по улучшению школьного климата	
Программа была представлена персоналу школы, обсуждена и принята в рамках педагогического совета	
Персонал школы разделяет принципы, изложенные в программе, и готов к реализации профилактических мероприятий и процедур, закрепленных в ней	
Программа была обсуждена с учащимися школы	

Окончание табл. 4

	Да/Нет
В программе явным образом содержится план мероприятий по улучшению школьного климата на каждый период времени и каждую ступень (начальная/средняя/старшая школа)	
В программе зафиксированы превентивные меры профилактики школьной агрессии, реализуемые образовательной организацией	
Программа предполагает оценку школьного климата в различные учебные периоды (триместры/четверти/полугодия)	
В программе зафиксированы меры вмешательства в ситуации агрессивного поведения	
По итогам реализации программы была оценена эффективность процедур профилактики и вмешательства	
Выделены ли направления изменения и улучшения программы школы?	

## 3. ТЕХНИКИ ВНЕДРЕНИЯ ППИ, КОНКРЕТНЫЕ СТРУКТУРЫ

### 3.1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА И КЛЮЧЕВЫЕ АСПЕКТЫ ППИ

В данном разделе представлены ключевые аспекты позитивной педагогики, реализуемой в форме позитивных психологических интервенций.

В первую очередь следует рассмотреть 2 практические модели, занимающие ключевое место в позитивной педагогике: «24 сильные стороны личности» и «Диспозиционный оптимизм».

**«24 сильные стороны личности»** – одна из ключевых моделей в рамках исследовательского поля позитивной психологии и педагогики, описывающая 24 эмпирически подтвержденных положительных качества личности, выделенных в научно-исследовательской работе К. Питерсона и М. Селигмана «Character Strengths and Virtues: A Handbook and Classification» (CSV). Каждое из следующих 24 качеств: креативность (творческое мышление, оригинальность, изобретательность); любовь к учению; любопытство (любопытность); широта видения (мудрость); критическое мышление; храбрость (отвага); настойчивость (усердие, трудолюбие, стойкость); честность (искренность, целостность); энергичность (жажда жизни, энтузиазм, бодрость); любовь; доброта (великодушие, забота, сострадание); социальный (эмоциональный) интеллект; просоциальная активность; беспристрастность; лидерство; прощение (умение прощать); смирение; благоразумие (осторожность); самоконтроль (саморегуляция); умение ценить красоту и совершенство во всем; благодарность; оптимизм (надежда, ориентация на лучшее будущее); чувство юмора (игривость); духовность (вера, смысл жизни) – обосновано эмпирическими исследованиями поведения человека и имеет психометрические параметры для валидного научного изучения. Кроме того, 24 качества личности, несмотря на их устойчивость

во времени, поддаются воздействию, их возможно стимулировать и преумножать.

**«Диспозиционный оптимизм».** С научной точки зрения оптимизм – это надежда, или, лучше сказать, оптимистично-реалистичное восприятие будущего. Уже упомянутый нами Мартин Селигман в группе позитивных психологических интервенций, связанных с «24 сильными сторонами личности», выступая перед большой аудиторией, высказал мысль о том, что, несмотря на то, что наш вид называется «человек разумный», он считает, что нам больше бы подошел термин «человек предсказывающий», поскольку мы прогнозируем и ожидаем, что произойдет с нами, на основе нашего восприятия и предыдущего опыта.

Каждый человек приписывает произошедшим с ним событиям характеристики, основанные на его эмоциональном состоянии, предыдущем опыте и других ситуационных факторах. Следует отметить, что характеристики, рассматриваемые Селигманом, базируются на фундаментальных концепциях внутреннего и внешнего локуса контроля Джулиана Роттера, описывающее свойство личности индивида приписывать произошедшие с ним события внешним или внутренним факторам [25], а также каузальную атрибутивную составляющую Фрица Хайдера, развитую Бернардом Вайнером [17, 27]. В то же время подобными исследованиями занимались и российские психологи, в частности Артур Реан рассмотрел каузальную атрибуцию с ситуативной точки зрения в подходе личности к описанию собственных успехов и неудач. Изучая интернальность (внутренний локус контроля, склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности собственным способностям и усилиям) и экстернальность (внешний локус контроля, склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внешним факторам) во взаимосвязи с параметрами временной стабильности и контролируемости, Реан сформулировал модель «Хороший интернальный контроль» [6]. В позитивной психологии индивидуальный стиль объяснения человека произошедших с ним событий можно рассмотреть через характеристики **постоянства** и **универсальности**.

**Постоянство:** в основе постоянства (устойчивости) лежит дихотомия: устойчивый (постоянный) – не устойчивый (временный). Таким образом, в основе постоянства (устойчивости) – временной фактор.

Пример, «мне всегда не везет» (постоянный) – «сегодня неудачный день» (временный); «мы никогда не разговариваем» (постоянный) – «в последнее время мы стали меньше общаться» (временный).

*Пессимисты* – склонны приписывать негативным событиям в своей жизни перманентный статус, а положительным событиям временный статус. *Оптимисты* – напротив, воспринимают негативные события как временные, а положительные как постоянные.

Все мы сталкиваемся с неудачами в нашей жизни, и для всех это неприятно, однако кто-то быстро справляется и отпускает чувство смятения (оптимисты), а кто-то долго не может оправиться от негативного события (пессимисты), при этом успех или позитивные жизненные события воспринимаются оптимистом как данность, одно положительное событие формирует привычку (что отныне все будет хорошо), пессимист воспринимает успех как случайное временное везение, и в дальнейшем ему уже не будет так везти.

**Универсальность:** в основе универсальности лежит дихотомия: универсальный – специфичный. Таким образом, в основе универсальности – пространственный фактор. Пример, «я вызываю отвращение» (универсальность) – «я ей противен» (специфичность); «книги бесполезны» (универсальность) – «эта книга никуда не годится» (специфичность).

*Пессимисты* – склонны приписывать негативным событиям в своей жизни закономерный статус, а положительным событиям случайный статус. *Оптимисты* – воспринимают негативные события как частность, а положительные как закономерность.

Пессимисты дают частным неудачам широкую трактовку, воспринимая их как закономерности, преувеличивая их значимость, тем самым увеличивая негативные последствия от переживания данных неудач, частные победы, напротив, воспринимаются чересчур незначительными, тем самым позитивные эмоции от успеха снижаются. Оптимисты, давая частную трактовку неудачам, уменьшают их негативное влияние, а универсализируя успех, повышают позитивные эмоции от события.

Характеристики постоянства и универсальности во многом влияют именно на наши дальнейшие ожидания от будущего жизненного опыта, и, если они *постоянные-универсальные-негативные*, мы заранее переживаем симптомы будущих возможных разочарований, которые могут и не произойти, тем самым формируя порочный круг депрессии. При этом воспринимая позитивные события как посто-

янные и универсальные, мы формируем заряд внутренней энергии, мотивации.

Конструкты «24 сильные стороны личности» и «Диспозиционный оптимизм» выступают теоретическим базисом для развития личности человека, формирования траектории социализации и воспитания, с целью научения навыкам взаимодействия в социуме, моральному развитию личности, формированию просоциальной модели поведения и психологической жизнестойкости. При воспитательном подходе в рамках позитивной педагогики выделяется 2 важнейших взаимосвязанных компонента направленного воздействия:

**Когнитивный компонент** – общее личностное развитие, научение конкретным навыкам, связанным с восприятием окружающей действительности (в том числе через ППИ), формирование самоидентификации, понимания себя, своих конкурентных преимуществ и слабостей, социальный и эмоциональный интеллект, умение структурно самосовершенствоваться.

**Социальный компонент** – общее личностное развитие, обучение социальным знаниям, умениям и навыкам (решение конфликтов, умение доносить и отстаивать свою позицию, общие правила и нормы эффективного взаимодействия в социуме), социальный и эмоциональный интеллект.

Как было упомянуто ранее, эффективное педагогическое общение занимает ключевое место в рамках позитивной педагогики, включает такие понятия и аспекты межличностного взаимодействия педагога и учащегося, как: «демократический стиль руководства», «обратная связь», «эффективное поощрение», «декатастрофизация» и работа со «страхом ошибки». Как в «классической», так и в «позитивной» педагогике от эффективного педагогического общения напрямую зависит успешность образовательных процессов, направленных на учащегося, однако в позитивной педагогике данная значимость носит системообразующий характер.

### 3.2. КАК НАЙТИ ВРЕМЯ В ШКОЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ?

В предыдущем параграфе были изложены подходы к комплексной позитивной переориентации школьной среды или школьного климата. В данном разделе мы сконцентрируем внимание на ППИ в виде отдельных упражнений и активностей.

Представленный сборник методических материалов является комплементарным к учебно-методическому пособию «Позитивные психологические интервенции: компендиум практических упражнений», в рамках которого собраны конкретные упражнения и активности с пошаговой инструкцией по проведению. Каждая из представленных ППИ в сборнике для педагогов и психологов оснащена базовыми вводными данными, а именно:

- Продолжительность интервенции: ...
- Качества личности, на которые направлена интервенция: ...
- Уровень сложности: ...
- Необходимые материалы: ...
- Ограничения/противопоказания: ...

Продолжительность подавляющего большинства позитивных психологических интервенций составляет не более 3–5 академических часов. При этом на усмотрение проводящего интервенцию возможно как увеличить, так и сократить длительность интервенции, составленная нами инструкция к проведению каждой конкретной активности позволяет это сделать, однако при отсутствии опыта проведения психологических интервенций мы рекомендуем придерживаться правила, что ППИ должна проходить не менее указанного нами времени.

Учитывая отсутствие строгой очередности в проведении интервенций и их относительную краткосрочность, интервенции вполне могут быть проведены в рамках классного часа. Важным критерием при применении ППИ является регулярность. Перед началом внедрения цикла позитивных психологических интервенций следует подробно ознакомиться со всем объемом методических материалов, выбрать подходящие для проведения ППИ в конкретном учебном заведении и составить расписание проведения ППИ. Наиболее приемлемая периодичность проведения ППИ – 1 упражнение или активность в неделю.

При выборе определенных ППИ обращайте внимание на *направленность воздействия* конкретного упражнения и *уровень сложности*. Направленность интервенции позволит подобрать конкретное упражнение под конкретный запрос, например, в случае плохих социальных взаимоотношений между учениками или проявлениях буллинга и травли, можно подобрать ППИ, направленные на «просоциальную активность», «благодарность», «самоконтроль» и «доброту».

Уровень сложности интервенции демонстрирует как степень трудности преподнесения и усвоения представленного материала, так и необходимость подготовки к проведению интервенции, чем выше сложность, тем больше подготовительных действий необходимо совершить перед началом интервенции.

Особое внимание следует уделить пункту *ограничения и противопоказания* в отдельных случаях, при игнорировании данного пункта проводящий интервенцию может «потерять контроль» над ходом процесса, что также может негативно сказаться на участниках. В частности, данная ситуация особо важна при работе, связанной с социальными взаимоотношениями в классе, важно не допускать ситуации, при которой ППИ станет «декорацией» для высмеивания чувств и личности отдельных учеников. Возрастные ограничения носят рекомендательную функцию, при наличии опыта проведения психологических интервенций и специальных знаний (психологического профиля) возрастные ограничения, установленные в пункте ограничения/противопоказания, можно сдвигать.

Важно отметить что методики, представленные в методических материалах для педагогов и школьных психологов возможно интегрировать в «классические» академические предметы или совмещать с внеклассными активностями, например, школьными экскурсиями и т.д.

### **3.3. ИЗМЕРЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ППИ: АЛГОРИТМ**

В методических материалах для педагогов и школьных психологов представлены как психометрические инструменты получения личностного профиля учащегося («24 сильные стороны личности»; «Диспозиционный оптимизм»), так и психометрические инструменты с помощью которых возможно оценить эффективность проводимой ППИ (Шкала удовлетворенность жизнью Э. Динера (ШУЖ); Шкала самоуважения (самооценки) Розенберга (ШСР); Шкала общей самооффективности (ШОС), ШПАНА – шкала позитивного и негативного аффектов).

Диагностика личностного профиля учащихся и измерение эффективности ППИ несут в себе 2 ключевые функции:

- возможность практического использования полученных результатов для внедрения в образовательную деятельность с целью

повышения мотивации обучающихся и персонифицирования доводимой информации;

- использование полученных результатов для выявления и профилактики негативных тенденций, связанных с личностными особенностями учащихся, выявление «точек наиболее эффективного воздействия», замер эффективности произведенных интервенций.

**Психологическое благополучие** – важное, сложное, но тем не менее измеримое системное состояние человека или группы людей, формирующееся под совокупным воздействием огромного количества психологических, социальных, физических, культурных и других факторов.

В методических материалах для педагогов и школьных психологов мы выбрали и подробно описали схему применения трех инструментов: Шкала удовлетворенность жизнью Э. Динера (ШУЖ); Шкала самоуважения (самооценки) Розенберга (ШСР); Шкала общей самооффективности (ШОС).

Совокупность показателей по данным шкалам определяет уровень психологического благополучия индивида.

**Аффект** – это, в узком специальном понимании, интенсивный и сравнительно кратковременный процесс эмоционального переживания, отличается «взрывным» типом проявления.

**Однако в общепсихологическом понимании термин «аффект»** (affect) используется в более широком смысле для обозначения эмоциональных состояний и реакций в общем, именно в таком ключе мы и будем в дальнейшем в большинстве случаев употреблять данный термин.

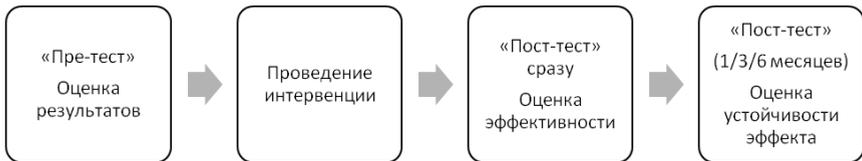
Исследование эмоциональных состояний человека во множестве случаев позволяет выявить закономерности, исходя из которых можно формировать стратегию коммуникации, предугадывать реакцию, оценивать эффективность психологического воздействия и многое другое.

С помощью русскоязычной адаптации методики PANAS – ШПАНА – шкала позитивного и негативного аффектов [3], можно измерить позитивный (ПА) или негативный (НА) аффекты – типы эмоциональных реакций, которые в свою очередь связаны с личностными характеристиками индивида и позволяют установить к какой эмоциональной реакции – позитивной или негативной – склонен данный индивид.

**Позитивный аффект (ПА)** – связан с частотой приятных жизненных переживаний, экстраверсией, социальной активностью, в том числе большим количеством дружеских социальных контактов.

**Негативный аффект (НА)** – связан с переживанием негативных эмоций, стресса и трудностью совладения с ними, тревожностью, эмоциональной неустойчивостью, низким самоуважением.

Измерение эффективности позитивных психологических интервенций следует осуществлять по данной схеме (рис. 3):



**Рис. 3.** Измерение эффективности позитивных психологических интервенций

**1-й шаг:** Проведение «пре-теста» служит замером базового уровня психологического состояния личности и нахождением наиболее важных «точек воздействия».

*Пример:* если в ходе прохождения батарей тестов, например (ШУЖ + ШС + ШСЭ + ШПАНА), выявлены низкие показатели в «самоэффективности» и высокий «негативный аффект», подбираем ППИ, основной целью которых является воздействие на «проседающие качества».

Ищем респондентов с наиболее «просевшими» показателями, объединяем в группы или работаем индивидуально.

**2-й шаг:** Подбираем тип взаимодействия исходя из полученных данных в «пре-тесте» или желаемого результата (если целью интервенции, например, является не общее психологическое благополучие или проработка самооценки, а развитие конкретных социальных знаний, умений и навыков).

*Важно!* Подбор интервенции должен быть адекватным (по возрасту обучаемых, по навыкам и развитию обучаемых, по компетенциям проводящих и т.д.). В методических материалах для педагогов и школьных психологов есть прямые указания на сложность, целевую группу и необходимые материалы, а также возможные сложности.

При выборе интервенций из других источников обязательно оцените их!

**3-й шаг:** Пост-тест «Сразу» значит через непродолжительное время после интервенции.

«Пре-тест» и «Пост-тест» в любом случае должны быть «разведены по времени», например «Пре-тест» за 2 недели до проведения интервенции, «Пост-тест» на следующий день после интервенции.

*«Пре-тест» и «Пост-тест» должны содержать одинаковые тесты!*

*Важно!* Отсутствие какой-либо динамики может указывать как на неэффективность интервенции, так и на неправильность подобранных количественных методов оценки, в таком случае за «обратной связью» можно обратиться непосредственно к ученикам в форме короткого опроса («понравилось или нет?», «считаете полезным или нет?», «хотите еще нечто подобное?»).

**4-й шаг:** При наличии положительных изменений с помощью пролонгированного «Пост-теста» смотрим динамику изменений.

Оцениваем необходимую частоту проведения интервенций для поддержания стойкого положительного эффекта.

*Важно!* Общее правило: чем более системно и больше времени уделяется интервенциям, тем более устойчивый эффект, нет смысла проводить одну короткую ППИ и ждать пролонгированного положительного эффекта.

### **3.4. РАБОТА С РОДИТЕЛЬСКИМ СООБЩЕСТВОМ В РАМКАХ ППИ**

Первый и наиболее важный шаг при работе с родительским сообществом – это донесение целей, задач и механизмов позитивной психологии и педагогики.

1. Родителей следует кратко ознакомить с ключевыми концепциями, представленными в методических материалах (1) для педагогов и школьных психологов, (2) для школьной администрации и педагогов: позитивная психология, позитивная педагогика, позитивные психологические интервенции, академические и социальные знания, умения и навыки, демократический стиль руководства и эффективное педагогическое общение, концепции «24 сильных сторон личности» и «диспозиционного оптимизма».

2. Аргументация актуальности позитивно-психологического подхода к образованию, на примере часто задаваемых вопросов:

– «Почему система образования нуждается в данном подходе?»

Образовательная среда 3-го десятилетия XXI века формирует новые вызовы к академическому и практическому образовательному сообществу. Системообразующую важность в школьном образовании в России и за рубежом имеет понятие дидактической доминанты [6]. Дидактическая доминанта – феномен описывающий дисбаланс в ходе педагогического процесса, связанный с превалированием целевой установки, а также форм и способов передачи академических знаний, умений и навыков (развития интеллектуального), над стратегией, а также формами и способами преподавания социальных знаний, умений и навыков (развития личностного). Главной уникальной функцией образовательных учреждений как социального института прошлых столетий была аккумуляция, концентрация, сохранение и передача академических знаний, стоит отметить, что мы не ставим под сомнение значимость образовательных учреждений как агента социализации, однако отмечаем, что уникальной, естественно монополизированной функцией, обусловленной запросом социума, образовательных учреждений, – было удовлетворение спроса со стороны общества на академические знания, умения и навыки. Поскольку именно образование в его академическом аспекте, т.е. обладание определенными знаниями, умениями и навыками, являлось конкурентным преимуществом на рынке труда и в социуме в целом. С появлением интернета и его дальнейшим развитием на протяжении 30 лет образовательные учреждения перестали обладать условной монополией на эффективную аккумуляцию, концентрацию, сохранение и передачу академических знаний. Доступность академических знаний, с одной стороны, обуславливает снижающийся спрос на академические знания, умения и навыки, предоставляемые образовательным учреждением, с другой – меняет условия конкурентного преимущества, смещая ключевую важность с обладания знаниями, умениями и навыками на способности быстро обучаться и применять эти знания, умения и навыки. Запросы со стороны общества к образовательной системе формируются стремительно, но вполне конкретно. Существует множество современных теоретических подходов к образовательному процессу, показавших эмпирическую эффективность, одним из наиболее актуальных является позитивная

психология и педагогика – подход, в рамках которого мы видим потенциал удовлетворения современных запросов общества к образованию.

– *«Чему будут учить детей? Социальные знания, умения и навыки они (дети) усвоят и так! Школа должна давать образование!»*

Рассматривая общеобразовательные институты как фундамент специального и высших форм образования, нельзя отрицать, что подготовка «рабочей силы» будущих поколений начинается именно в школе, таким образом, в школьной программе необходимо учитывать тренды развития рынка труда и заранее уделять более пристальное внимание развитию как академических, так и социальных компетенций детей и подростков, делающих их конкурентоспособными на рынке труда, при достижении трудоспособного возраста. Всемирный экономический форум (ВЭФ) опубликовал отчет о профессиональных сферах будущего [28], который безусловно согласуется с ключевыми целями и задачами позитивной педагогики, а также в одной из секций представляет список 10 наиболее конкурентостребованных навыков в профессиональной деятельности в 2025 году:

1. Аналитическое мышление.
2. Активное обучение, стратегии обучения.
3. Комплексный подход к решению проблем.
4. Критическое мышление.
5. Креативность, оригинальность и инициативность.
6. Лидерство и влияние.
7. Использование технологий, мониторинг новых решений.
8. Дизайн технологий, программирование.
9. Психологическая устойчивость и гибкость.
10. Умения генерировать, формулировать идеи и аргументировать позицию.

Рассмотрев список, можно заметить, что 6 из 10 навыков в большей степени лежат в области социальных знаний, умений и навыков (2, 3, 5, 6, 9, 10), а из оставшихся 4 половина также требует высокий уровень личностного развития наряду с академической эрудицией (1,4), и только знания, умения и навыки в форме использования технологий, мониторинг новых решений и дизайн технологий, программирование (7, 8) в большей степени строятся на академическом постижении соответствующих дисциплин. В отчете ВЭФ четко прослеживается развитие условий конкурентного преимущества на рын-

ке труда, смещение ключевой важности с обладания знаниями, умениями и навыками на способности быстро обучаться и применять эти знания, умения и навыки, психологическую устойчивость, развитый эмоциональный интеллект и обладание широким спектром вполне конкретных социальных знаний, умений и навыков. Таким образом, еще одним вызовом общеобразовательных учреждений является подготовка личности учащегося к выбору специализации не только путем предоставления широкой вариативности направлений в виде академических общеобразовательных программ, но и формирования в нем социальных компетенций, необходимых для конкурентоспособности в будущем.

– *«Вы собираетесь учить детей позитивному мышлению, оптимизму? Как это можно применить в жизни?»*

Подход позитивной педагогики и психологии подразумевает не декларацию и стимулирование позиции «все хорошо», а обучение конкретным навыкам, связанным с пониманием себя (своих сильных и слабых сторон, точек роста, формирования мотивации и т.д.), взаимодействием с другими людьми (включая навыки самопрезентации, ведения споров, разрешения конфликтных ситуаций и т.д.). Обладание данными навыками формирует эффективную траекторию личностного развития ребенка, тем самым повышая его психологическое благополучие, самооценку и прививая ему оптимистичный стиль мышления.

Детский опыт принципиален для формирования оптимизма. Ребенку требуется помощь в продвижении к успеху, поддержка родителями оптимистичного настроения, который будет «зацементирован» решающими событиями. Американский психолог и философ Уильям Джеймс более ста лет назад вывел формулу самооценки: Самооценка = Достижения / Притязания.

По Джеймсу, чем больше у нас достижений и чем меньше наши притязания, тем выше наша самооценка. Мы оцениваем себя выше, если будем больше преуспевать или же если умерим свои желания.

*Во-первых*, самооценка – это чувство: ее определяют огорчение, удовлетворение, радость и т.д.

*Во-вторых*, данное чувство укоренено в окружающем мире, в успешности нашего взаимодействия с миром.

Конфликт между двумя этими аспектами – хорошим настроением и успехами – послужил теоретическим обоснованием

для практики улучшения самооценки. Именно «хорошее настроение» и «успешность» указывают на то, что с самооценкой все нормально, и, что еще важнее, на неверность и контрпродуктивность усилий повысить самооценку в основном (или исключительно) словами.

Когда депрессивный ребенок становится активным и воодушевленным, обязательно усиливается и его ощущение собственной состоятельности. Бесплезно укреплять эмоциональный компонент самооценки без освобождения от чувства безнадежности или пассивности. Если ребенок считает себя никчемным, ненавидит себя или не верит в себя, это значит, что его взаимодействие с окружающим миром оставляет желать лучшего. При улучшении отношений с миром у ребенка появляется чувство удовлетворения.

Самооценка является следствием жизненного опыта. Но вместе с тем и фактором успеха или поражения, именно фактором, а не основополагающим условием. Нужно не просто внушать детям чувство собственной значимости, а обучать навыкам достижения успеха – как надо учиться, как избежать незапланированной беременности, как не подсесть на наркотики и не попасть в дурную компанию, как начать зарабатывать и т.д.

*Что дает оптимизм моему ребенку?* Многочисленные исследования подтверждают, что оптимизм помогает бороться с депрессией, когда случаются неизбежные несчастья и трагедии, повышает общую психологическую жизнестойкость. Оптимизм помогает многого достичь – в школе, на спортивной площадке, а потом и на работе в профессиональной деятельности, держит человека в более крепкой физической форме и продлевает жизнь.

Оптимист, воспринимая позитивные события как постоянные и универсальные, формирует заряд внутренней энергии, мотивации.

Важной будет оговорка, что на основе текущего восприятия произошедшего события мы формируем ожидание от последующего. Логичным будет вопрос: «А что, если наши ожидания не оправдаются?», не будет ли разочарование слишком сильным?

Такой подход в восприятии представленной ситуации действительно логичен, но это подход пессимиста, поскольку, когда событие, как мы ожидаем успешное, наступит и окажется наоборот неудачей, оптимист воспримет его как временное-частное, что уменьшит негативное влияние события на психологическое благополучие,

а пессимист как постоянное-универсальное, что усилит негативные эмоции от неудачи, превращая ее в трагедию.

Однако есть одна вещь, которая у пессимистов получается лучше, чем у оптимистов, – они четче представляют себе реальность (депрессивный реализм), однако даже объективная реальность воспринимается каждым человеком субъективно, поэтому критика в виде «оптимистичного искажения действительности», даже при возможном наличии данного феномена, не демонстрирует убедительного перевеса в сторону «вреда» оптимизма.

Более того, существует крайне показательная закономерность, выявленная как результат оптимистического искажения восприятия «другого», демонстрирующая, что позитивное искажение действительности не является сугубо негативным явлением. При осуществлении руководства эффективные лидеры при общей тенденции к довольно точной оценке способностей подчиненных склонны переоценивать их в лучшую сторону, т.е. «авансировать доверием», представляя мотивацию для более эффективной работы [4], что также нашло подтверждение в исследованиях педагогического руководства [6].

3. ППИ, представленные в методических материалах для педагогов и школьных психологов, в определенных методиках напрямую подразумевают взаимодействие детей с родителями при выполнении поставленных задач в ходе интервенции, а в остальных случаях могут быть немного модифицированы для вовлечения родителей в образовательную деятельность в ходе конкретных задач.

## 4. ПРАКТИКУМ: ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЕ

### 4.1. ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

В данном разделе мы предлагаем список ключевых вопросов по материалам, изложенным выше. Ответы на данные вопросы служат как способом закрепления изученного материала, так и формой самопроверки.

Вопросы:

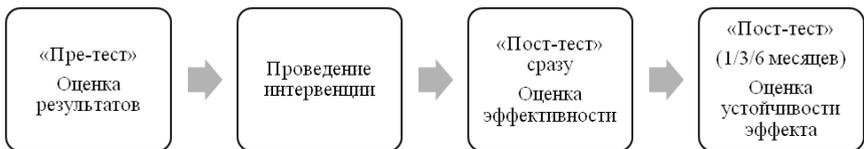
1. Что изучает направление «позитивная психология»? (Ответ: см. разд. 1.1)
2. Какова цель воздействия на личность обучаемого в рамках «позитивной педагогики»? В чем состоит феномен «дидактической доминанты»? (Ответ: см. разд. 1.2)
3. Что такое позитивные психологические интервенции (ППИ)? Какие формы ППИ выделяют? (Ответ: см. разд. 1.3)
4. Что такое «школьный климат»? Каковы его основные составляющие? (Ответ: см. разд. 2.1)
5. Какие этапы интервенции по улучшению школьного климата вы можете назвать? Какова их последовательность? (Ответ: см. разд. 2.1)
6. Назовите организационные шаги по планированию интервенции по улучшению школьного климата? (Ответ: см. разд. 2.2)
7. Назовите ключевые шаги по вовлечению школьного сообщества в мероприятия по улучшению школьного климата? (Ответ: см. разд. 2.3)
8. Зачем собирать «обратную связь» от участников интервенции? (Ответ: см. разд. 2.4)
9. Назовите примеры событий и активностей, стимулирующих улучшение школьного климата? (Ответ: см. разд. 2.5)
10. Назовите шаги по мониторингу и оценке эффективности проводимой интервенции по улучшению школьного климата? (Ответ: см. разд. 2.6)
11. Какие два ключевых конструкта используются в практической позитивной педагогике? В чем их суть? (Ответ: см. разд. 3.1)

12. Как периодичность проведения позитивных психологических интервенций влияет на эффективность воздействия? Какую периодичность можно назвать оптимальной? (Ответ: см. разд. 3.2)
13. Назовите 4 шага в алгоритме измерения эффективности позитивных психологических интервенций? (Ответ: см. разд. 3.3)
14. Назовите ключевые концепции, представленные в рамках данного учебно-методического пособия по позитивной педагогике? (Ответ: см. разд. 3.4)
15. Должно ли родительское сообщество быть включено в проведение позитивных психологических интервенций? (Ответ: см. разд. 3.4)

## 4.2. ЗАДАНИЕ

В данном разделе мы рассмотрим пример практических заданий по материалам данного учебно-методического пособия. Специфика представленных материалов включает в себя подробное описание шагов по применению практической позитивной педагогики в форме модернизации школьной среды. Для практического применения конкретных позитивных психологических интервенций необходимо планирование – «дизайн» интервенции. Отработать теоретические навыки разработки «дизайна» интервенции поможет следующее упражнение.

Разработать и расписать собственный «дизайн» интервенции по схеме (рис. 4):



**Рис. 4.** Измерение эффективности позитивных психологических интервенций

«Дизайн» интервенции должен включать следующие шаги:

**Шаг 1:** сформировать цель воздействия (аргументированно объяснить, почему достижение поставленной цели значимо в рамках заданных условий).

**Шаг 2:** подобрать конкретные измерительные инструменты (аргументированно объяснить, почему выбраны конкретные психометрические инструменты, которые представлены в рамках методических материалов для педагогов и школьных психологов).

**Шаг 3:** подобрать конкретную ППИ (аргументированно объяснить, почему выбрана конкретная ППИ, список которых представлен в рамках методических материалов для педагогов и школьных психологов).

**Шаг 4:** оценить возможные корректировки по результатам «пре-теста» (описать группу, на которую будет направлено воздействие и возможные сложности с проведением ППИ).

**Шаг 5:** расписать временные рамки каждого этапа (как стратегические: протяженность всех мероприятий, пре-тест; пост-тест и т.д., так и тактические: время проведения конкретной интервенции, частота воздействия и т.д.).

**Шаг 6:** описать ожидаемый результат.

Логическим продолжением данного задания будет проведение практической интервенции и анализ ее эффективности. Обязательно фиксируйте все аспекты «как удачного» (эффективного), так и «не удачного» (не эффективного) опыта проведения практической интервенции. Рассмотрение подробных действий на каждом шаге позволяет провести «работу над ошибками» и повысить эффективность дальнейшего воздействия.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Обобщая материалы, изложенные в данном учебно-методическом пособии, следует выделить концептуальные основы позитивного подхода к обучению, воспитанию и социализации школьников.

Образовательное учреждение – один из главных «агентов социализации» (наряду с семьей и социальным окружением), при этом с точки зрения стороннего направляющего и корректирующего воздействия на формирование личности учащегося в процессе социализации именно образовательное учреждение предоставляет наибольшие возможности контролируемого положительного воздействия, именно поэтому воспитание и социализация должны стать равнозначны академическому обучению с точки зрения направления работы и оценки эффективности работы образовательных учреждений.

Одной из основ педагогического процесса является педагогическое общение. Эффективное педагогическое общение неотъемлемыми составляющими включает «демократический стиль руководства», «обратную связь», «эффективное поощрение».

Получение социальных навыков учащимися столь же, а в определенных аспектах еще более важно, чем получение академических навыков. Кроме того, с учетом сказанного ранее, в ходе педагогического процесса возможна интеграция методик научения социальным и академическим навыкам, что соответствует принципам конвергентного подхода в образовании.

Применение позитивных психологических интервенций, в частности изложенных в данном учебно-методическом пособии, будет являться наиболее уместным первым шагом к позитивной педагогике и может выступить катализатором для активного практического внедрения концепций, описанных нами выше.

Позитивно-педагогический подход к образовательному процессу также является важной частью практической профилактики школьного неблагополучия, агрессии и буллинга. ППИ в силу своей специфики охватывают всю социальную группу, положительно воздействуя на всех участников коллектива, в том числе снижая общую

агрессивность. Использование ППИ снимает необходимость заблаговременного выявления «групп риска», что в свою очередь уменьшает издержки проведения программ по профилактике школьного неблагополучия, агрессии и буллинга, а также увеличивает обхват положительного воздействия.

Мы понимаем сложности, связанные с подготовкой педагогического кадрового потенциала, который без сомнения является главным практическим элементом применения позитивной психологии как инструмента модерации процесса социализации школьников. Именно поэтому мы отмечаем важность ППИ как первого шага применения концепции позитивной педагогики. Эффективно подготовленная методика ППИ позволит даже не имеющему специальных психологических знаний педагогу пошагово провести психологическую интервенцию, в ходе которой он косвенно будет обучаться психологическим навыкам эффективного педагогического общения.

## СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 2008. 574 с.
2. Реан А.А. Психология личности. СПб.: Питер. 2016. 286 с.
3. Реан А.А., Новикова М.А., Коновалов И.А. Трудный мир взросления современного подростка // Мир психологии. 2019. № 4. С. 36–46.
4. Руководство для родителей про буллинг / А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова; под ред. А.А. Реана. М., 2019. 52 с. (Доступно для скачивания в разделе «Библиотека» интернет-ресурса: «воспитание21век.рф»).
5. Руководство по противодействию и профилактике буллинга для школьной администрации, учителей и психологов / А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова; под ред. А.А. Реана. М., 2019. 66 с. (Доступно для скачивания в разделе «Библиотека» интернет-ресурса: «воспитание21век.рф»).
6. Руководство для подростков про буллинг / А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова; под ред. А.А. Реана. М., 2019. 36 с. (Доступно для скачивания в разделе «Библиотека» интернет-ресурса: «воспитание21век.рф»).
7. Реан А.А., Ставцев А.А. Позитивные психологические интервенции как профилактика школьного неблагополучия, агрессии и буллинга // Вопросы образования. 2020. № 3. С. 37–59. DOI: 10.17323/1814-9545-2020-3-37-59.
8. Реан А.А., Ставцев А.А., Егорова А.В. Позитивная психология как инструмент модерации процесса социализации школьников // Сибирский психологический журнал. 2021. № 82. С. 191–207.
9. Реан А.А., Бордовская Н.В. Психология и педагогика: учеб. пособие. СПб.: Питер, 2021. 432 с.
10. Селигман М.Э. Новая позитивная психология: научный взгляд на счастье и смысл жизни / пер. с англ. М.: София, 2006. 368 с.

11. *Селигман М.* Ребенок-оптимист. Проверенная программа формирования характера / пер. с англ. А. Богдановой. М.: Манн, Иванов и Фербер. 2014. 352 с.
12. *Ставцев А.А.* Образование XXI века: задачи, вызовы, маршруты // Психологические исследования в образовании. 2021. № 4. С. 613–620.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Единые школьные правила. Почему это важно. Примеры из практики школ РФ. URL: <https://воспитание21век.рф/2019/11/15/единые-школьные-правила-почему-это-ва/> (дата обращения: 02.06.2021).
2. Новикова М.А., Реан А.А., Коновалов И.А. Буллинг в российских школах: опыт диагностики распространенности, половозрастных особенностей и связи со школьным климатом // Вопросы образования. 2021. № 3. С. 62–90.
3. Осин Е.Н. Измерение позитивных и негативных эмоций: разработка русскоязычного аналога методики PANAS // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9. № 4.
4. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М., 1982. 255 с.
5. Реан А.А. Семья: психология, педагогика, социальная работа. М.: АСТ, 2010.
6. Реан А.А. Психология личности. СПб.: Питер, 2016. 286 с.
7. Реан А.А., Ставцев А.А. Позитивные психологические интервенции как профилактика школьного неблагополучия, агрессии и буллинга // Вопросы образования. 2020. № 3. С. 37–59.
8. Реан А.А., Ставцев А.А., Егорова А.В. Позитивная психология как инструмент модерации процесса социализации школьников // Сибирский психологический журнал. 2021. № 82. С. 191–207.
9. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 2008. 574 с.
10. Руководство по противодействию и профилактике буллинга для школьной администрации, учителей и психологов / А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова; под ред. А.А. Реана. М., 2019. 66 с.
11. Чиркина Т.А., Хавенсон Т.Е. Школьный климат. История понятия, подходы к определению и измерение в анкетах PISA // Вопросы образования. 2017. № 1.

12. The effects of Promoting Alternative Thinking Strategies Preschool Program on teacher-children relationships and children's social competence in Turkey. *Bilir Seyhan G. et al. // International Journal of Psychology*. 2019. V. 54. № 1. P. 61–69.
13. Effectiveness of positive psychology interventions: a systematic review and meta-analysis. *Carr A.A. et al. // The Journal of Positive Psychology*. 2020. P. 1–21. DOI: 10.1080/17439760.2020.1818807
14. Good Behavior Game. URL: <https://www.goodbehaviorgame.org/> (дата обращения: 02.06.2021).
15. Guiding Good Choices. URL: <https://www.blueprintsprograms.org/guiding-good-choices-ggc/> (дата обращения: 02.06.2021).
16. *Halpin A.W., Croft D.B.* The Organizational Climate of Schools. Chicago: Midwest Administration Center of the University of Chicago, 1963.
17. *Hiroto D.S., Seligman M.E.* Generality of learned helplessness in man // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975. V. 31. № 2. P. 311.
18. *Jairath B., Duda L., Walker-Harding L.R.* Types of Prevention // *Treating Adolescent Substance Use: A Clinician's Guide*, 2019. P. 93.
19. The good behavior game: A brief review. *Joslyn P.R. et al. // Journal of Applied Behavior Analysis*. 2019. V. 52. № 3. P. 811–815.
20. Strategies for accentuating hope. *Lopez S.J. et al. // Positive Psychology in Practice*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, 2004. P. 388–403.
21. *Madden W., Green S., Grant A.M.* A pilot study evaluating strengths-based coaching for primary school students: Enhancing engagement and hope // *Coaching Researched: A Coaching Psychology Reader*, 2020. P. 297–312.
22. *Owens C.R., Haskett M.E., Norwalk K.* Peer Assisted Supervision and Support and Providers' Use of Triple P-Positive Parenting Program // *Journal of Child and Family Studies*. 2019. V. 28. № 6. P. 1664–1672.
23. Promoting Alternative Thinking Strategies. URL: <https://pathsprogram.com/> (дата обращения: 02.06.2021).
24. Quick Guide on Making School Climate Improvements. URL: <https://www.umpi.edu/cace/wpcontent/uploads/sites/12/2019/06/Quick-Guide.pdf> (дата обращения: 20.08.2021).

25. *Rotter J.B.* Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement // Psychological monographs: General and Applied. 1966. V. 80. № 1. P. 1.
26. *Triple P.* Positive Parenting Program. URL: <https://www.triplep.net/glo-en/home/> (дата обращения: 02.06.2021).
27. *Weiner B.* Intrapersonal and Interpersonal Theories of Motivation from an Attribution Perspective // Eds Salili F., Chiu C.Y., Hong Y.Y. Student Motivation. Plenum Series on Human Exceptionality. Springer, Boston, MA, 2001.
28. World Economic Forum. The Future of Jobs Report 2020. URL: <https://www.weforum.org/reports/the-future-of-jobs-report-2020> (дата обращения: 02.06.2021).

Учебное издание

**Реан** Артур Александрович  
**Ставцев** Алексей Андреевич  
**Коновалов** Иван Александрович  
**Кошелева** Екатерина Сергеевна

ПОЗИТИВНАЯ ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ:  
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К УЛУЧШЕНИЮ ШКОЛЬНОЙ СРЕДЫ

*Учебно-методическое пособие*

Под ред. академика РАО А.А. Реана

Редактор *В. В. Дубовец*  
Оформление обложки *В. Г. Удовенко*  
Компьютерная верстка *О. Н. Дорожкина, И. А. Потрахов*

Московский педагогический государственный университет (МПГУ).  
119435, Москва, ул. Малая Пироговская, д. 1, стр. 1.



Управление издательской деятельности и инновационного проектирования (УИД и ИП) МПГУ.  
119571, Москва, пр-т Вернадского, д. 88, оф. 446,  
тел. +7 (499) 730-38-61, e-mail: izdat@mpgu.su.

Отпечатано в отделе оперативной полиграфии  
УИД и ИП МПГУ.

Подписано в печать 15.08.2022. Формат 60x90/16.  
Бум. офсетная. Печать цифровая. Усл. печ. л. 3,5.  
Тираж 500 экз. Заказ № 1293.

ISBN 978-5-4263-1114-5



9 785426 311145