**Эссе на Всероссийский конкурс «Педагогические секреты»**

**педагога-психолога МОАУ «СОШ 10» г. Бузулука Оренбургской области**

**Шатиловой Елены Викторовны**

**«Трёхступенчатая ракета»**

Я - школьный психолог. Работаю в школе не так уж давно, около 10 лет. Сейчас школьные психологи располагают множеством материалов для работы, их можно найти в специальной литературе, в сети Интернет; их рассылают прямо в школы – пользуйся на здоровье; наконец, опытом и наработками могут поделиться коллеги. И всё же инструменты работы каждого психолога-профессионала, мастера своего дела, отбираются с годами и большим трудом, как золотой песок.

Я работаю с детьми и подростками, их родителями, педагогами. Современные дети испытывают очень много трудностей и соблазнов, сбивающих с пути. Как помочь найти человеку свой собственный путь, услышать «звёздный зов», реализовать заложенный в нём потенциал? Думаю, это главный вопрос и труд психолога, его цель и результат.

Мы, педагоги, многому стараемся научить ребёнка в школе. При этом натыкаемся на множество невидимых барьеров, когда дети и взрослые, часто из вполне благополучных семей, не могут договориться, не понимают друг друга, живут в мире обид и агрессии, теряют доверие и близкие отношения. Какие уж тут успехи в учёбе. И даже педагоги, опытные и образованные люди, в частых и напряжённых школьных ситуациях не выдерживают, ругаются, нервничают, обижаются, бывает, кричат на детей и коллег, а позже жалеют об этом.

Днем на работе, а позже вечером, рядом с близкими, и даже бессонными короткими ночами не прекращается мысленные поиск универсального выхода из трудных ситуаций. Как избежать конфликта, как достойно выйти из напряжённой ситуации общения, как грамотно построить диалог, как научить этому детей. Как научиться самому всегда следовать этому пути… И на ум приходит золотое правило общения: «Поступай так, как хочешь, чтобы поступали с тобой».

Когда-то во время курсов повышения квалификации для педагогов коллега из Санкт-Петербурга познакомил нас с приёмом общения, который назвал «Трёхступенчатая ракета». Почему ракета, почему трёхступенчатая? Об этом я рассказываю теперь на своих занятиях с детьми. Потому, что она состоит из нескольких ступеней, этапов движения. И если ступени вовремя отделились, выполнили каждая свою задачу, тогда и ракета попадёт именно туда, куда и была запущена, преодолевая земное притяжение. Так же и обращение к собеседнику можно разделить на некоторые важные этапы, после выполнения которых будет достигнута его цель. Причём, с полным уважением к партнёру, соблюдением своих и его личных границ.

Прошло уже лет 8 с тех пор, и я активно использую этот приём в общении и работе со школьниками. Чем он для меня привлекателен? Уникальной основой приёма я считаю реализацию поэтапного формирования умственных действий по теории П. Я. Гальперина. В ознакомлении с приёмом, а также в упражнении «Трёхступенчатая ракета» у ребёнка развивается ориентировочная база действия, шаги по реализации цели. При многократном пошаговом повторении алгоритма обращения в различных тренировочных ситуациях внешнее действие постепенно переходит во внутренний план. Важно то, что обучение это проходит не в трудной предконфликтной ситуации, а в безопасной, рядом с педагогом и сверстниками. Кроме того, согласно теории В.С. Павлова, формируется полезная привычка - безопасное поведение, приучающее ребёнка (или взрослого) действовать не рефлексивно, а осмысленно - предварительно анализируя ситуацию. При этом школьники учатся защищать себя как личность при полном уважении к личности партнёра.

За эти годы появились сценарий обучающих занятий и презентации. При этом не хватало практического материала. Дети любят играть в игры, и даже подростки, и даже взрослые. В работе я часто использую настольные игры, и не только психологические. Изучив алгоритм построения нескольких настольных и карточных игр, а также опыт современного отечественного бизнес-тренера Альберта Сафина, в 2023 году мы с волонтёрами школьной службы примирения создали и пилотно освоили настольную карточную игру «Трёхступенчатая ракета», которую продолжаем дорабатывать и совершенствовать. Трудные ситуации можно проработать и младшему школьнику, и подростку, и старшекласснику: карточки разработаны для разного возраста школьников. В проекте у нас – создание карточек с типовыми ситуациями для родителей, для педагогов. Стоит только начать, ведь нет пределу совершенства!

Таким образом у меня как школьного психолога постепенно набирается шкатулка с собственным золотым песком. И это не только профессиональные находки, опыт, универсальные приёмы обучения и общения, но и опыт живого общения с детьми, возможность оказать поддержку в помощи поиска их пути, становления личности ребят, нахождения рядом во время их первых побед – побед над собой. Ради этого стоит жить и работать.