

МОДЕЛЬ КАБИНЕТА ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Итак, Вы практический психолог в образовательном учреждении. С помощью руководителя и Инструктивно-директивных документов Вы уяснили свои задачи и функции, составили циклограмму деятельности и приступили к работе.

А как выглядит Ваше рабочее место? И каким оно должно быть? Каковы требования к его структуре и содержанию? Давайте, подумаем вместе.

С одной стороны, кабинет психолога - очень специфичное помещение, которое функционально служит определенным целям, а с другой стороны - это часть развивающей предметной среды, элемент микропространства, подчиняющийся важным закономерностям эргономики развивающейся детской деятельности.

Существует мнение о том, что высокопрофессиональному психологу нет необходимости создавать какие-то особые условия для работы и главное в его деятельности - умелое взаимодействие с клиентом. С этим можно отчасти согласиться в отдельных случаях, когда это связано с независимыми индивидуальными клиентами и их особой окружающей средой. Что касается массового образовательного учреждения, где дети проводят большую часть времени и один психолог обслуживает большой контингент детей, необходимо рассматривать рабочее место психолога как часть жизненно-деятельностной среды. И эта среда должна отвечать общим принципам "обогащенности, наукоёмкости и содержать природные и социокультурные средства, обеспечивающие разнообразие деятельности ребенка". Эта среда должна отвечать также критериям функционального комфорта.

Значит выбор помещения для работы и его обустройство должны быть целенаправленными и целесообразными. Как известно, в образовательных учреждениях по проекту не было предусмотрено создание психологической службы, поэтому любое выбранное помещение требует, как правило реконструкции.

Первое условие. Кабинет психолога удобней расположить на первом этаже, так как психологи принимают не только детей, посещающих дошкольное учреждение, но и родителей, а также независимых клиентов. Расположение помещения на первом этаже позволит избежать лишних контактов с проходящими людьми. Хорошо, если это будет отдельный вход и в консультативные дни он будет служить только для проходящих на консультацию родителей. Второе немаловажное условие: должна быть максимальная изоляция, как территориальная, так и звуковая. Имеется ввиду два особо важных момента: кабинет не должен быть проходным или смежным с такими помещениями как физкультурный и музыкальный залы.

И, наконец, кабинет - это условное обозначение места работы психолога. Более правильно будет представить его как помещение, разделенное на три сферы деятельности, каждая из которых весьма специфична и по оснащению, и по функциональному назначению: диагностическая, коррекционная, релаксирующая.

В настоящее время существует уже несколько моделей психологических служб на базе дошкольных образовательных учреждений и школ. Давайте, на примере одной из них рассмотрим возможный вариант рабочего места практического психолога.

Это ясли-сад для детей с нарушением зрения Восточного учебного округа г.Москвы (руководитель Летунова Р.С). Практический психолог Катаева Л.И. работает в учреждении пять лет. Все это время шли поиски наиболее оптимальных вариантов создания психологической службы. На сегодняшний день опыт работы данного учреждения может быть рекомендован как наиболее целесообразный и результативный с точки зрения дизайн-проекта и содержания работы с детьми.

Для блока психологической помощи детям выделено помещение на первом этаже с отдельным входом (это бывшее групповое помещение). Детская раздевалка переоборудована в приемную, где родители могут раздеться, удобно разместиться, чтобы подождать, познакомиться с рекомендованными психологом публикациями, книгами, пособиями (в дошкольном учреждении существует библиотека-передвижка). При необходимости здесь можно проводить анкетирование родителей в тот момент, когда ребенок находится у психолога. Помимо этого родители могут заняться здесь самодиагностикой, если психолог заранее и целенаправленно подготовит популярные тесты. Человеку всегда небесполезно и интересно побольше узнать о себе.

Как известно, помещение раздевалки небольшое, но может быть достаточно уютным и комфортным. Стены - спокойных пастельных тонов, на окне - полупроницаемая однотонная занавеска. Мягкие стулья или кресла, небольшой стол, детские стол и стулья, стенд с литературными источниками и информационными материалами. Живая зелень дополняет и оживляет среду, радует глаз. Ничто не отвлекает внимания, не раздражает и не утомляет клиента.

Бывшее игровое помещение разделено на две части легкой, но глухой стеной с дверью. Первая часть- коррекционный класс. Его назначение-организация и проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий. Поэтому- здесь ничего не должно отвлекать и мешать, все должно быть целенаправленным и максимально удобным. Ни одной лишней вещи. Достаточно просторное светлое помещение. Окраска стен-спокойная, нейтральная, без украшений. На полу неяркое мягкое покрытие, заглушающее звук шагов и падающих предметов. На окне полупроницаемая занавеска, лучше жалюзи, чтобы богатая событиями жизнь за окном не отвлекала от предложенного занятия. Очень важно- достаточная равномерная освещенность.

В центре помещения-удобные индивидуальные столы-парты, расположенные по кругу. Таким образом соблюдается принцип единства, сопричастности с кем-то, и в то же время сохраняется автономность, изолированность во время выполнения заданий разного типа. Дети могут переходить от одного стола к другому и поупражняться по нарастающей степени сложности заданий. А могут работать на одном месте индивидуально. Очень важный момент: столы-конторки одинаково удобны как для работы стоя, так и сидя. Это создает дополнительную возможность для тренировки мышц, формирования осанки, а также легкость и мобильность при передвижении детей в пространстве класса. На рабочих столах двойная поверхность, поэтому очень удобно готовить необходимое количество материала для занятия заранее и по просьбе психолога ребенок вынимает на рабочую поверхность только то, что нужно. Это очень важно для всех детей, а для ребят с нарушением зрения особенно: внимание концентрируется на конкретном материале и не утомляет глаза считыванием лишней информации.

На центральной стене-легкая белая доска с цветными фломастерами. Здесь может размещаться общее задание, выполненное в цвете, что очень важно для развития цветовосприятия, а также могут выполняться детьми индивидуальные и парные задания,

связанные с дорисовыванием, перерисовыванием, закрашиванием, обведением по контуру, классификацией и многими другими видами заданий. Навык работы с доской и у доски необходим детям. Умение пользоваться бессловесной инструкцией в виде образца формирует навык самоконтроля, развивает внимание, зрительно-моторную координацию. Работа у доски важна для адаптации ребенка к условиям школьной жизни. Привыкая к оценке своей работы детским коллективом в условиях сада, дети с повышенной тревожностью приобретают уверенность, смелость, а при умелой работе психолога и позитивную мотивацию на учебную деятельность, приносящую удовлетворение и повышающую уровень самооценки.

На стене продумано также размещение по необходимости фланелеграфа, светового табло, мольберта. Но необходимо помнить о том, что среда не должна быть мертвой и статичной, поэтому она моделируется психологом всякий раз в зависимости от целей и содержания занятия и в соответствии с этим размещается наглядный материал и пособия.

Что касается подбора коррекционного материала, то здесь в основе уровень развития детей. В данном дошкольном учреждении психолог после глубокого обследования детей совместно с педагогами и специалистами разрабатывают индивидуальные коррекционные программы для детей и в соответствии с этим строится коррекционно-развивающая работа с детьми. В подгруппы дети комплектуются целенаправленно, с учетом "зон актуального и ближайшего развития детей", это значительно повышает результативность занятий. Еще раз окинув взглядом светлый, уютный коррекционный класс, мы переходим во вторую половину бывшего игрового помещения.

Здесь все предназначено для успокоения, расслабления, выравнивания эмоционально-психологического состояния детей и взрослых. Цветовое решение - мягкое, теплое, усыпляющее. Ворсистое зеленое покрытие на полу ассоциируется с летней лужайкой. Органичную связь с природой закрепляют две емкости с водой и с песком, которые в любое время года благотворно воздействуют на психику детей. Возле каждой емкости специально подобранные игрушки и предметы для игры с водой и песком. Импульсивные и агрессивные дети, попадая в эти условия, с наслаждением просеивают песок, перемывают камешки и ракушки, перебирают и раскладывают по ячейкам желуди, шишечки, фасоль, горох. В процессе таких занятий снимаются усталость, раздражение, дети успокаиваются, восстанавливают эмоциональное равновесие.

Небольшой фонтанчик своим журчанием усиливает впечатление естественного природного окружения. Дети после напряженных коррекционных занятий или аппаратного лечения нуждаются в релаксационном воздействии. Здесь они могут намочить ладони, лицо, побрызгаться, полежать на ковре. Для детей агрессивных предусмотрен специальный уголок, где толстый пороллоновый матрас, пороллоновые мячи и ракетки. Психологом подобрана целая система игр и упражнений по снятию агрессивности. Здесь можно сильно стучать ногами, бить по матрасу, подушкам, мячам и отреагировать таким образом скопившееся негативное напряжение, а потом поиграв с водой и песком "добрать" эмоционального благополучия от естественных природных факторов.

В этом помещении достаточно естественной зелени, она не только украшает интерьер, но и воздействует как дополнительное релаксирующее средство.

В углу - большой аквариум с подсветкой и крупными рыбами, медленно и лениво движущимися по водному пространству. Лежа на ковре можно наблюдать за плавными движениями рыб и получать двойную пользу: развитие прослеживающей функции глаз и релаксация общего состояния.

В бывшей кладовке за дверью- царство тьмы. Здесь мягкие полы и стены, много подушек, мягких игрушек. Сюда ребята приходят в одиночку и со взрослым и, чтобы расстаться с "пустыми" страхами. Ведь страх можно испугать громким криком, а потом при зажженном свете убедиться, что он исчез. После этого осмелевший ребенок забегает сюда самостоятельно еще неоднократно и перепроверяет свою еще неокрепшую смелость раз за разом, а вскоре приведет сюда друга-трусишку, чтобы побороть и его страх.

В одном из углов - красивый тканевый вигвам без окон и дверей. Это для ребят аутичного склада. Им важно некоторое время оставаться один на один с собой. Поэтому, забравшись в вигвам дети могут самостоятельно ^заизолировать себя от окружающей действительности, а при желании наблюдать за окружающим в щелочку.

Важной частью этого помещения является мини-театр кукольный. Его назначение- коррекция межличностных отношений, нарушения общения как между детьми, так и между детьми и взрослыми. Куклотерапия - одно из самых эффективных средств коррекции личностной сферы детей.

На небольшом простенке - фотообои с природным пейзажем. Запечатлен лесистый берег небольшой речушки. Вода прозрачная, на дне видны камни. И как продолжение этого- небольшие емкости, заполненные водой и камнями. Можно, разувшись, побродить босиком по воде и по камням. Это известная процедура физического и психического оздоровления. Рядом - настоящие пенки, на которых можно отдохнуть после процедуры и полюбоваться пейзажем.

И, наконец, мы подошли к двери, ведущей в последнее помещение. Это маленький диагностический блок. Дверь туда ведет не простая, здесь вставлено зеркало Гизелла, через которое по мере необходимости психолог может наблюдать за состоянием и поведением ребенка, находящегося в условиях испытания и обследования.

Сам кабинет небольшой, это переоборудованная туалетная комната. После ремонта ее трудно опознать. Стены оклеены обоями спокойных тонов, на полу - мягкое покрытие. Два удобных секционных шкафа с глухими дверцами. Там удобно размещены диагностические методики со стимульным материалом по возрастам. Это все убрано в отдельные коробки, что повышает удобство в их использовании. На отдельной полке - папки с личными делами детей. На уголках папок - условные цветовые обозначения, понятные психологу и квалифицирующие выявленные проблемы. В каждом личном деле - вся собранная о ребенке информация, результаты обследования, рекомендации психолога. В соседнем шкафу - коррекционно-развивающий материал, систематизированный по отдельным процессам. Очень удобно отбирать нужный материал, готовясь ко встрече с детьми.

Популярная и справочная литература, систематизированная психологом по разделам, - тоже хорошее подспорье в работе.

Рядом со шкафом - удобный стол и стулья для общения с ребенком. Они расположены таким образом, чтобы в поле зрения ребенка не было никаких отвлекающих моментов. Рядом на стене - зеркало за занавеской. Его психолог использует во время занятий и диагностики с целью снятия напряжения и усталости.

Интерьер дополняет несколько мягких игрушек для установления контакта с детьми и организации самостоятельной игровой деятельности.

С этого небольшого кабинета начинала свою жизнь психологическая служба данного учреждения, потому что диагностика - это точечное обследование было системным, глубоким и достоверным. Поэтому психолог тщательно отбирала психодиагностический инструментарий, систематизировала его по возрастам, тщательно подбирала стимульный материал. Для детей с нарушением зрения необходимо модифицировать стимульный материал, требующий зрительного считывания: увеличивается размер карточек и изображенных предметов, усиливается яркость изображения, заменяется фон для более рельефного изображения и т.д.

Представление о психологической службе яслей-сада 1078 было бы не полным, если бы мы не познакомились еще с блоком технического обеспечения. Это компьютеры, с помощью которого хранится и обрабатывается огромное количество материалов: результаты обследования, промежуточные срезы. Имеются диагностические и коррекционные компьютерные программы. Новые информационные технологии развивают зрительное восприятие, "формируют у ребенка мотивационную, интеллектуальную и операциональную готовность к жизни в информационном обществе".

Хорошим помощником является ксерокс. Работа с детьми требует оперативности в изготовлении специальных карточек-заданий, вариативности в подаче материала, высокого качества в изображении. С этими проблемами помогает справиться ксерокс.

Возвращаясь к мысли о необходимости создания единого образовательного и предметно-развивающего пространства в дошкольном образовательном учреждении следует отметить особое значение современного дизайна и оснащения. Это крайне важно для детей с нарушением зрения. Традиционно в специализированных учреждениях создается особая среда, где все приспособлено к дефекту. Так создается особый мир, пребывая в котором длительное время (зачастую круглосуточно), ребенок привыкает к специфичности окружающей обстановки и у него возникают дополнительные проблемы при интеграции в условия массовой школы, в среду зрячих. Ребенок не знает назначения многих вещей, с трудом ориентируется в современных игрушках, технических средствах. Поэтому дизайн и оснащение всех помещений детского учреждения и кабинета психолога в том числе, должны быть максимально приближены к современным домашним условиям и прекрасно оснащены техническими средствами. Это важный социализирующий момент в процессе обучения, воспитания и развития детей со зрительной патологией.

Организовав свое рабочее место в соответствии с современными требованиями, следует своевременно подумать и о системе работы с детьми, чтобы максимально эффективно использовать оборудование и оснащение кабинета и добиваться высокой результативности в работе с детьми.

В отработке комплексного системного подхода к работе с детьми, несомненно поможет циклограмма деятельности, где отражаются основные направления, виды и формы работы с определенной цикличностью и периодичностью (Примерная циклограмма прилагается).

На этом мы закончим знакомство с психологической службой яслей-сада 1078. Очевидно, что в каждом учреждении может быть своя модель службы в зависимости от специфики учреждения, но общие принципиальные положения о ее структуре и содержании распространяются на образовательные учреждения любого типа. Поэтому опыт работы данного учреждения, несомненно, вызовет интерес коллег и желание творческого обмена.

Существует мнение о том, что высокопрофессиональному психологу нет необходимости

создавать какие-то особые условия для работы и главное в его деятельности - умелое взаимодействие с клиентом. С этим можно отчасти согласиться в отдельных случаях, когда это связано с независимыми индивидуальными клиентами и их особой окружающей средой. Что касается массового образовательного учреждения, где дети проводят большую часть времени и один психолог обслуживает большой контингент детей, необходимо рассматривать рабочее место психолога как часть жизнедеятельностной среды. И эта среда должна отвечать общим принципам "обогащенности, наукоемкости и содержать природные и социокультурные средства, обеспечивающие разнообразие деятельности ребенка". Эта среда должна отвечать также критериям функционального комфорта.

Как известно, в образовательных учреждениях по проекту не было предусмотрено создание психологической службы, поэтому любое выбранное помещение требует, как правило реконструкции.

В настоящее время существует уже несколько моделей психологических служб на базе дошкольных образовательных учреждений.

ОРГАНИЗАЦИЯ КАБИНЕТА ПРАКТИЧЕСКОГО ПСИХОЛОГА

Специально оборудованный кабинет практического психолога (КПП) может функционировать на базе обычного кабинета учебно-воспитательного, образовательного учреждения. Его задачей является оказание своевременной квалифицированной консультативно-методической, психологической и психокоррекционной помощи различным категориям населения, в том числе учащимся разного уровня развития и возраста, их родителям, а также решение проблем социально-психологической реабилитации и адаптации.

Кабинет практического психолога, его организация и оснащение имеют немаловажное значение в повышении эффективности психологической службы и снимают многие трудности профессиональной адаптации начинающих психологов.

Для кабинета практического психолога должно быть отведено помещение или отдельный класс, площадью не менее 25-30 м², с тем, чтобы одновременно в нем могли находиться 10-12 человек, работа с которыми должна проходить в комфортных условиях.

Температурный режим. Помещение должно быть теплым и в то же время хорошо проветриваемым. В зимнее время в связи с повышенной сухостью воздуха для его увлажнения и ионизации можно использовать прибор «Комфорт»; желательно иметь установку для кондиционирования воздуха. Оптимальной считается температура от 20 до 22° С.

Звукоизоляция. Для изоляции от шумов коридора комната может быть оборудована двойной дверью. Максимальная громкость звучания записей - 30 дБ (приглушенная речь). Во время занятий на входной двери необходимо вывесить предупреждение о соблюдении тишины.

1. Материально-техническое оснащение и организация пространства кабинета

Оборудование кабинета

Реализация комплекса психокоррекционных и восстановительных мероприятий

предполагает проведение занятий в специально оборудованном помещении, которое должно отвечать соответствующим условиям и требованиям к техобеспечению и оснащению психологического кабинета:

Технические средства: видеомэагнитофон, телевизор, музыкальный центр с набором видео и аудиокассет, компьютер, принтер, ксерокс, видеокамера.

Методические материалы: практические материалы для психологической работы в школе; набор игрушек, настольных игр, соответствующих возрасту детей; набор различных материалов (строительный материал, пластилин, краски, цветные карандаши, фломастеры, бумага и т.п.); библиотека практического психолога; раздаточный материал для учащихся, родителей и учителей, участников групп социально-психологического тренинга или для других групповых занятий.

Документация: В кабинете психолога должна стоять папка с необходимой документацией рекомендованной Департаментом образования города Москвы.

Перечень документации

1. Годовой план работы, утвержденный руководителем образовательного учреждения.
2. Журнал учета проведенной работы
3. График работы
4. Программы и методы психопрофилактической, диагностической, развивающей, коррекционной, консультационной и других видов работы.
5. Аналитический отчет о проведенной работе за год, утвержденный руководителем образовательного учреждения.

Мебель: рабочий стол психолога, шкаф для пособий, шкаф для техники, рабочие места детей, журнальный стол, 2-3 кресла или диван и 1-2 кресла, стулья.

Дополнительные средства для дизайна интерьера: перегородки помещения, цветы, аквариум. Перегородками может служить стеллаж или композиция из цветов и растений.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА

Все направления работы кабинета практического психолога требуют методического и организационно-технического обеспечения, что, безусловно, способствует эффективной деятельности КПП.

Отбор методического инструментария

Выбор метода обследования — один из сложных этапов диагностико-коррекционной работы практического психолога. Из всего многообразия существующих на данный момент диагностических методик необходимо уметь выбрать те, которые соответствуют целям и задачам исследования, а также целому ряду важных принципов. Эти принципы имеют непосредственное отношение к организации методического оснащения практического психолога, определяя необходимый минимум диагностических средств в работе начинающего специалиста. Перечислим эти принципы.

1. Имеющийся арсенал методик в кабинете практического психолога должен носить разнонаправленный характер, охватывая все стороны психической жизни человека, в том числе психические процессы, свойства, состояния, направленность личности, ее установки, ценностные ориентации, интеллектуальный уровень, особенности межличностного взаимодействия, стрессоустойчивость и поведенческие реакции в напряженных ситуациях и др.

2. В кабинете практического психолога должны быть методики для разных возрастных групп. Методики, разработанные в научной психологии и апробированные на практике, при использовании их в раннем возрасте требуют особой модификации, предусматривающей глубокий психологический анализ и грамотную интерпретацию комплекса разных показателей в их динамике. В детской психологии необходимо не только фиксировать внимание на том, что может выполнить ребенок в настоящее время, но и прогнозировать, что он в состоянии достичь в ближайшем будущем, какова его «зона ближайшего развития». Особенно это важно при диагностике отклонений в развитии, в связи с этим необходимо разрабатывать отдельные диагностические методики в форме обучающего, формирующего эксперимента.

3. Должны быть представлены методики как для индивидуального, так для группового исследования.

4. Поскольку психологу часто необходима оперативная информация, большое значение приобретают методики, не связанные с громоздкой процедурой обработки и позволяющие осуществить экспресс-диагностику. В качестве экспресс-методик в условиях психологического кабинета целесообразно использовать так называемые функциональные пробы.

5. Современные технологии позволяют оснащать кабинеты практических психологов компьютерными диагностическими методиками, что значительно экономит время, снижает затраты на подготовку тестового материала и бланков, упрощает процедуру обработки результатов. Однако при несомненных преимуществах компьютерной психодиагностики не следует чрезмерно ею увлекаться, так как и диалог с компьютером не заменит непосредственного эмоционального общения клиента с психологом, когда включаются эмпатическое взаимодействие, принятие, доверительный контакт и чувство понимания, что и является целью обращения к психологу.

Требования к методикам

Методики, которые формируют методическую базу кабинета практического психолога, должны соответствовать определенным требованиям:

- должны быть однозначно сформулированы цели, предмет и область применения методики;

- должна быть четко выделена область применения, под которой подразумевается особая социальная среда или сфера общественной практики, контингент испытуемых (пол, возраст, образование, профессиональный опыт, должностное положение);

- содержание методики должно включать в себя четкое изложение процедуры обработки, статистически обоснованные методы подсчета и стандартизации тестовых баллов;

- методики должны быть проверены на репрезентативность, валидность и надежность в заданной области применения;
- бланковые методики должны быть представлены на отдельных листах, тщательно выверены орфографически и грамматически;
- методики, содержащие рисунки и текстовый материал, должны отличаться четкой типографской печатью.

Методики, не удовлетворяющие перечисленным выше требованиям, не могут признаваться профессиональным психодиагностическим средством. Практический психолог имеет право применять только аттестованные психодиагностические методики.

Не менее важное значение имеет **подбор психологических средств для коррекционной работы, в том числе разнообразный раздаточный материал**: мячи, игрушки, детские поделки, мягкие шары-кресла, строительные трансформеры и другие материалы, которые могут быть использованы в игротерапии или сказкотерапии.

Эффективность использования различных психологических средств воздействия существенно повышается при их комплексном применении как взаимодействующих и взаимодополняющих. Такой подход важен и в процессе психологической диагностики и последующей коррекции, и в сеансах психологической поддержки, снятия психоэмоционального перенапряжения, обучения навыкам саморегуляции. К таким средствам можно отнести, в частности, аудиовизуальные средства, игровые материалы, применяемые при игротерапии, музыкотерапии и терапии движением.

Психолог школьного психологического кабинета несет полную ответственность за реализацию программ коррекции и развития, эффективность рекомендаций и конечный результат.

Для оценки своей работы психолог может использовать специально разработанные анкеты. По результатам опроса, проводимого регулярно по окончании определенного цикла занятий, можно проанализировать адекватность подбора методических средств и развивающих программ индивидуальной работы с учащимися разного возраста, оценить динамику достижений ребенка (например, изменения уровня его личностной тревожности или стрессоустойчивости и т.п.).

При проведении проективных методик с детьми разного возраста следует учитывать особую ситуативно обусловленную впечатлительность детской психики. Даже самый неискушенный в исследовании детского творчества родитель замечал, что после просмотра фильма дети рисуют, и лепят что-нибудь в соответствии с темой фильма. Таким способом они переживают только что полученные впечатления, производят работу по усвоению нового опыта. Поэтому не следует интерпретировать в каком-то особом смысле рисунок семьи, если после просмотра мультфильма про «Крокодила Гену и Чебурашку» ребенок нарисовал папу в виде крокодила [Шмелёв, 1999].

В работе со школьниками следует учитывать, что дети еще не вполне усвоили социальные нормы и для них «шкалы лжи» работают плохо или вообще не работают. Чем младше школьник, тем в меньшей степени для него пригодны опросники.

В детской психодиагностике результаты диагностических процедур оказываются недостоверными еще и по той причине, что дети не всегда абсолютно правильно

понимают смысл того, что от них требуется в методике. Речевое развитие детей до 12—13 лет не позволяет им однозначно понимать смысл многих инструкций и вопросов. Поэтому школьным психологам не следует чрезмерно увлекаться вербальными методиками, использующими речевой стимульный материал.

МУЗЫКАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА

Одно из психологических средств воздействия в ходе индивидуальных и групповых занятий в кабинете практического психолога — специально подобранные музыкальные программы, влияние которых характеризуется многоплановыми изменениями функционального состояния организма человека. Так, варьируя музыкальный фон, можно воздействовать на настроение, вызывать состояние покоя или возбуждения, управлять работоспособностью человека или усилить релаксацию.

Обобщенные характеристики музыкальных произведений, отражающих сходное эмоциональное состояние

Основные параметры	Основное Настроение	Литературные определения	Названия Произведений
Медленная	Спокойствие	Лирическая, мягкая, созерцательная, элегическая, напевная, задумчивая, нежная	А. Бородин. Ноктюрн из Струнного квартета; Ф. Шопен. Ноктюрны фа мажор и ре - можер (крайние части); Ф. Шуберт. «Аве Мария»; К. Сен – Санс. «Лебедь»; С. Рахманинов. Концерт № 2 (начало части II)
Медленная Минорная	Печаль	Сумрачная, тоскливая, трагическая, печальная, унылая, скорбная	П. Чайковский. Пятая симфония (начало), Шестая симфония (финал), Э. Григ. Смерть Озе, Жалоба Ингрид из сюиты «Пер-Гюнт»; Ф. Шопен. Прелюдия до-минор, Марш из Сонаты си-бемоль минор, Этюд до-диез минор; К.Глюк. «Мелодия»
Быстрая Минорная	Гнев	Драматическая, взволнованная, тревожная, беспокойная, гневная, злая, отчаянная	Ф. Шопен. Этюды № 12, 23, 24; Скерцо № 1, Прелюдия № 16, 24; А. Скрябин. Этюд № 6 соч. 8; П. Чайковский. Увертюра «Буря»; Р. Шуман. «Порыв»; Л. Бетховен. Сонаты № 14, 23 (финалы)
Быстрая Мажорная	Радость	Праздничная, ликующая, бодрая, веселая, радостная	Д. Шостакович. Праздничная увертюра; Ф. Лист. Венгерские рапсодии № 6, 10, 11, 12 (финалы); В. Моцарт. Маленькая ночная Серенада (части I и IV); Л. Бетховен. Симфонии № 5, 6, 9 (финалы)

Музыкальная терапия может стать эффективным методом лечения школьных неврозов, которые сегодня все больше поражают не только учащихся, но и учителей. Развитие богатой эмоциональной сферы достигается за счет вовлечения людей в широкий круг музыкальных художественных переживаний, формирования эмоционально-позитивного восприятия мира, оптимистического мировоззрения.

Если рассматривать сеанс музыкальной психотерапии со стороны возможности воздействия на физическую, эмоциональную и интеллектуальную сферы организма, то, поскольку музыка является языком невербальной коммуникации, наибольший эффект мы

вправе ожидать во влиянии на чувства и настроения человека, ослабляя негативные переживания в процессе их катарсической разрядки под воздействием музыки.

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОСТРАНСТВА КАБИНЕТА

Учитывая специфику задач, кабинет практического психолога должен территориально включать несколько зон, каждая из которых имеет специфическое назначение и соответствующее оснащение. Необходимо развести зону ожидания и консультативную зону.

Зона ожидания приема представляет собой часть помещения, отделенную перегородкой от посторонних и тех посетителей, которые уже находятся в КПП. Рекомендуется широко использовать цветы. На стенах не должно быть никаких плакатов, особенно медицинского содержания, чтобы не вызывать нежелательных ассоциаций у детей и их родителей.

Зона первичного приема и беседы с клиентом оснащается рабочим столом, картотекой с данными о детях, учителях, родителях как клиентах кабинета, закрытой картотекой, содержащей данные и результаты обследований, которые должны быть недоступны посторонним. В шкафу размещаются психологические таблицы, плакаты, методический материал и другой инструментарий для психологического обследования клиентов.

Зона консультативной работы оформляется максимально комфортно. Журнальный столик и удобные мягкие кресла, неяркое освещение боковых бра создают обстановку уюта, защищенности, располагают к расслаблению, успокоению, способствуют открытому, доверительному общению в условиях индивидуального, группового или семейного консультирования.

Зона игровой терапии имеет особое значение и поэтому должна быть соответствующе оснащена: мягкое покрытие полов; передвижная мебель, способствующая быстрой смене ситуации в игровом сюжете; игрушки, поделочные материалы, карандаши, альбомы. Здесь размещаются детские поделки, рисунки, уместно яркое оформление интерьера. Цветовой дизайн и фитодизайн взаимодополняют друг друга в создании «детского пространства». Все это обеспечивает простоту адаптации детей к условиям работы в кабинете и способствует снятию напряженности.

Зона релаксации и снятия психоэмоционального напряжения предполагает свободное размещение удобных мягких кресел для отдыха.

Эффект релаксации и снятия мышечного напряжения может быть достигнут под воздействием определенных элементов обстановки (аквариум, светомузыка, слайдовые изображения), а также функциональной музыки. Поэтому необходим магнитофон с набором кассет.

В этой зоне психологического кабинета можно проводить занятия и сеансы аутогенной тренировки с просмотром слайдопрограмм и видеопрограмм с музыкальным сопровождением. Особое значение эти занятия приобретают в наше время, поскольку увеличивается количество детей и взрослых, испытавших травматический стресс. Все эти зоны, по сути, соответствуют целям и задачам функционирования кабинета школьного психолога, основным контингентом которого являются учащиеся различного возраста, их родители и учителя.

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИТОДИЗАЙНА

В кабинете школьного психолога обязательно должны быть растения, способствующие созданию оптимальных санитарно-гигиенических и эстетических условий для занятий и отдыха. Они могут выполнять и функции профессионально организованного пространства, когда цветы, цветочные стеллажи и стенки выполняют роль функциональных перегородок, отделяющих различные зоны кабинета (зону приема, например, от игровой зоны или консультативной зоны).

Составляя интерьеры психологического кабинета, можно размещать в них живые цветы, зеленые травяные газоны, фитокомпозиции, иногда щебечущих птиц, чтобы полнее имитировать экологическое пространство, которое призвано оказывать благоприятное психологическое влияние на клиентов, особенно в те часы, когда они наиболее восприимчивы к этому (усталость в конце трудового дня, эмоциональная возбужденность вследствие напряженных социальных контактов).

Органичным взаимодополнением к комфортным условиям фитодизайна является использование во время занятий записей звуков природы: шума леса, морского прибоя, птичьего пения, что весьма благоприятно воздействует на детей разного возраста.

СВЕТОЦВЕТОВОЕ ОФОРМЛЕНИЕ КАБИНЕТА

При организации кабинета практического психолога необходимо уделить серьезное внимание его светоцветовому оформлению.

Освещение. Интенсивность освещения должна регулироваться в широком диапазоне (от яркого освещения до полного затемнения).

Рекомендуется комбинированное освещение, как лампами дневного света, так и лампами накаливания. До и после восстанавливающих релаксационных или развивающих занятий применяется обычное верхнее освещение; во время специальных занятий включаются боковые настенные бра со слабым зеленым светом. Все светильники лучше направить на потолок, чтобы обеспечить мягкий, рассеянный свет.

Цветовой климат. Цвет оказывает влияние на психическое состояние человека и способен изменить его настроение. Среда, в которую попадает клиент должна настраивать на диалог и доверительное общение. Поэтому, при оформлении кабинета важно учитывать требования цветопсихологии.

По воздействию цвета на человека все цвета можно разделить на две группы: теплые (оттенки красного и желтого) и холодные (голубовато-фиолетовые тона).

Наиболее благоприятное влияние на зрение и центральную нервную систему (ЦНС) оказывают зеленый и голубой цвета. Все светлые тона хорошо влияют на психофизиологическое состояние человека, вызывают хорошее настроение. Темные же тона, насыщенные оттенки цвета угнетают, вызывают подавленное состояние. Красный и желтый цвета возбуждают и активизируют ЦНС.

Ощущения человека меняются в зависимости от цветовой среды:

желтый и светлый желто-зеленый цвета вызывают ощущение чего-то легкого, и наоборот, темные тона **фиолетово-синего** цвета — чего-то тяжелого.

Мебель синего цвета создает ощущение холодного. Подсознательно возникает ощущение, что на «синем» сидеть не так «тепло», как на красном или коричневом. В помещении, окрашенном в оранжевый цвет, температура кажется выше, чем в помещении сине-

зеленого цвета, хотя фактически температура в этих помещениях одинакова.

В помещении, особенно с плохим освещением, потолки и стены, окрашенные в белый цвет, кажутся серыми. Эта холодная окраска не создает впечатления светлого помещения. С психологической точки зрения окраска помещения в белый цвет утомляет и воздействует неблагоприятно. Белый цвет хорошо применим, когда выступает фоном для других цветов.

При организации кабинета практического психолога важно учитывать и психологическое воздействие цвета двери в кабинете. Дверь является важной частью помещения и почти всегда вызывает определенные психологические ассоциации. В зависимости от цвета, в который окрашены двери, они как бы приглашают войти в помещение или, наоборот, не располагают к этому. Отрицательные эмоции и нежелание, их открывать вызывают двери, окрашенные в серый мрачный цвет; окрашенные в веселые цвета - повышают настроение.

Цвет также связан и со слухом. При шуме усиливается функция зрительных рецепторов и поэтому интенсивнее становится и восприятие зеленого цвета, а повышенное восприятие зеленого цвета в известной степени «покрывает» шум.

Так, резкие акустические раздражители могут быть приглушены соответствующими световыми раздражителями.

Резкий шум будет восприниматься более спокойно в помещении, окрашенном в оливково-зеленый, болотно-зеленый или темно-коричневый цвета.

Исследования Института цветопсихологии в Цюрихе (Швейцария) показали, что дети отдают предпочтение тому или иному цвету в зависимости от возраста: **в раннем возрасте** они предпочитают красный или пурпурный, причем девочкам главным образом нравится розовый. В возрасте **9—11 лет** интерес к красному постепенно заменяется интересом вначале оранжевому, затем к желтому, желто-зеленому, а затем к зеленому цвету. **После 12 лет** любимый цвет — синий. Статистические исследования подтвердили, что синий цвет является наиболее предпочтительным для большинства взрослых. Такая смена цветов совпадает с процессами общего развития, с возникающей склонностью к более глубоким цветам. Исследования Института цветопсихологии показали также следующие связи между цветом и психологическими характеристиками человека.

Связь между светом и психологическими характеристиками человека

Возраст (лет)	Предпочитаемый Цвет	Цвет, вызывающий отрицательное отношение	Преобладающее психологическое состояние
4 – 10	Красный, пурпурный, розовый, бирюзовый	Черный, темно-коричневый, серый	Пребывание в мире сказок
11 – 12	Зеленый, желтый, красный	Оливковый, пастельно-зеленый, лиловый	Преобладание чувственного восприятия мира
13 – 16	Ультрамарин, синий, оранжевый, (зеленый)	Фиолетовый, лиловый	Рациональный подход к восприятию мира, развитие самосознания
17 – 19	Красно-оранжевый	Пурпурный, розовый	Инстинктивно целенаправленное восприятие мира

Один и тот же прием оформления различных элементов помещения по-разному действует на человека. Пол, окрашенный наподобие шахматной доски, человек переносит спокойно. Вид такого пола не преследует его. Но окрашенные таким же образом стены производят неприятное впечатление. Так, осматривая помещение, часто больше внимания уделяется стенам и именно нижней их части. Цветовое расчленение стен может их оптически удлинить. При окраске стен следует применять более интенсивные цвета по сравнению с приглушенным цветом пола.

В зависимости от расположения цвета в комнате, он может по-разному воздействовать на человека.

Характерное воздействие цвета на человека.

Цвет	Воздействие цвета на человека при расположении этого цвета		
	Вверху	На боковых поверхностях	Внизу
Оранжевый	Оберегает, концентрирует внимание	Согревает, обволакивает	Обжигает
Коричневый	Прикрывает, тяжелит	Производит впечатление землистости, вещественности	Вселяет уверенность
Голубой	Создает впечатление легкости, дружелюбности, неба	Охлаждает, отчуждает	Создает удобство для хождения
Желтый	Облегчает, веселит	Возбуждает	Приподнимает

Классификация цветов по их психологическому воздействию на человека.

1. Стимулирующие (теплые) цвета

красный — волевой, жизнеутверждающий способен побуждать к действию

оранжевый — теплый, уютный располагает к душевной беседе

желтый — способствует к лучшему установлению контакта

2. Дезинтегрирующие (холодные) цвета

фиолетовый — стимулирует погружение в себя

синий — отстраняет, создает дистанцию

3. Успокаивающие и уравнивающие цвета

зеленый — освежает

оливковый — успокаивает, смягчает

желто-зеленый — раскрепощает

4. Приглушающие и подавляющие раздражение

охра - смягчает рост раздражения

коричневый, землистый - стабилизирует

темно-коричневый – смягчает возбудимость

белый, серый – гасят раздражение

темно-серые, черно-синие, зелено-синие - изолируют и подавляют раздражение

5. Пастельные цвета

розовый – вызывает чувство нежности

лиловый – усиливает замкнутость и изолированность

пастельно-зеленый - смягчает

серовато-голубоватый — вызывает сдержанность

Эти эффекты влияния цвета на состояние психики следует использовать при планировке функциональных зон кабинета в зависимости от задач работы.

Зону ожидания и консультативную зону желательно оформить так, чтобы цветовое решение пространства обеспечивало относительный покой, настроенность на диалог, свободное общение. Поэтому не следует использовать насыщенные оттенки красно-оранжевого цвета, не рекомендуется также создавать резкие цветовые контрасты в восприятии. Цветовое решение зон должно быть выдержано в основных тонах.

Зону игровой психотерапии оформляют с применением ярких насыщенных тонов, иногда резко контрастирующих.

Зону релаксации и снятия психоэмоционального напряжения не следует перенасыщать мелкими деталями, они будут раздражать и оказывать стимулирующее действие, а не расслабляющее. По этой же причине не рекомендуется использовать яркие блестящие поверхности. Сеансы релаксации лучше проводить в полузатемненном помещении, что способствует расслаблению и снятию напряжения. Шторы на окнах должны быть из светонепроницаемой ткани.

Эффект релаксации и снятия психоэмоционального напряжения может быть достигнут под воздействием определенных элементов обстановки и светоцветового оформления кабинета. Цвет стен, пола, мебели, портьер подбирается спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения или раздражения; в цветосветовом интерьере предпочтительными являются голубые и зеленые цвета (потолок голубой для имитации неба, покрытие пола в зеленых тонах).

Известно, что жизнь взрослого человека строится на основе его детского развития. Что может повлиять на поведение ребенка? Каким будет его характер? Почему он ведет себя так, а не иначе? Это те вопросы, которые актуальны для родителей и воспитателей детей дошкольного возраста. На эти и многие другие вопросы может ответить педагог-психолог.

На сегодняшний день в дошкольных учреждениях города работает более 900 педагогов-психологов. В каждое дошкольное учреждение сегодня введена ставка педагога-психолога, который осуществляет индивидуальное сопровождение детей, консультирование родителей, воспитателей по возрастным и индивидуальным особенностям ребенка.

Существует мнение о том, что высокопрофессиональному психологу нет необходимости создавать какие-то особые условия для работы и главное в его деятельности - умелое взаимодействие с клиентом. С этим можно отчасти согласиться в отдельных случаях, когда это связано с независимыми индивидуальными клиентами.

Что касается массового образовательного учреждения, где дети проводят большую часть времени и один психолог обслуживает большой контингент детей, необходимы специальные условия для оказания психологической помощи.

Как известно, в дошкольных образовательных учреждениях по проекту не было предусмотрено помещения для проведения психологической работы.

В настоящее время существует уже несколько моделей психологических служб на базе дошкольных образовательных учреждений.

Из опыта учреждений, имеющих оборудованный психологический кабинет, мы знаем, что с его появлением родители чаще встречаются с педагогом-психологом, воспитатели заходят туда для беседы, а дети просятся на занятия.

Кроме того, наличие рабочего места педагога-психолога свидетельствует об определенном отношении администрации к организации психолого-педагогического пространства учреждения, о поддержке своего специалиста.

В апреле 2004г. в Мин.образовании проходило совещание, которое было посвящено смотру-конкурсу кабинетов педагога-психолога образовательных учреждений и в положении о конкурсе выделены две группы – это школы, учреждения дополнительного образования и ДОУ.

В 1995-98 годах Городским психолого-медико-социальным центром Департамента образования под руководством Зацепина В.В. совместно с Психологическим институтом РАО проводился смотр-конкурс рабочих мест педагога-психолога учреждения образования. Было разработано положение о смотре-конкурсе в городе Москве. Задачей этого конкурса была не столько оценка рабочего места, сколько популяризация организации самого этого места в учреждениях. Как показал конкурс, не во всех учреждениях обеспечены условия для работы педагога-психолога. Проблема обеспеченности педагога-психолога рабочем местом актуальна и на сегодняшний день. По результатам конкурса подготовлены методические материалы по материально-техническому оснащению и организации пространства, рекомендации по цветовому оформлению, подбору методического инструментария, ведению необходимой документации и другое.