

PSYCHOLOGISCHER LERNCOACH



УСПЕХ ЧЕРЕЗ ПСИХОЛОГИЮ

Введение: о чём этот курс и как он устроен	7
Модуль 1. Кто такой Psychologischer Lerncoach	13
1.1. Чем занимается Psychologischer Lerncoach	14
1.2. Кем Вы не являетесь	21
1.3. Где Вы работаете	24
1.4. Правовые границы: что можно без медицинской лицензии, что нельзя	26
1.5. Кто есть кто вокруг ребёнка	30
1.6. Культурный контекст: ребёнок растёт между домом и школой.....	34
1.7. Языки работы.....	38
Модуль 1. Практика.....	44
Часть 1. Разбор реальных ситуаций	44
Часть 2. Карта Вашей будущей роли	58
Модуль 2. Почему ребёнку тяжело учиться: модели и причины	63
2.1. Как думать о причинах: многофакторная модель	64
2.2. Несоответствие: требования школы и возможности ребёнка	69
2.3. Системный взгляд: ребёнок в контексте	72
2.4. Типичные причины учебных трудностей	74
2.5. Как использовать эту модель в работе.....	82
Модуль 2. Практика	84
Часть 1. Составление профиля ученика.....	85
Часть 2. Работа с первичной оценкой трудностей.....	92
Часть 3. Кейс: мальчик 9 лет, второй класс, не говорит на уроках.....	97
Модуль 3. Психологическая оценка без права на диагноз	105
3.1. Разница между психологической оценкой и клинической	106
3.2. Когда направлять к детскому психиатру: критерии	109
3.3. Обзор инструментов	112
3.4. Наблюдение за уроком: что смотреть, как фиксировать.....	115
3.5. Как говорить с родителями о том, что Вы видите	118

Модуль 3. Практика	120
Часть 1. Проведение структурированной беседы с ребёнком без интерпретации	121
Часть 2. Составление письменного отчёта для учителя и родителей	130
Часть 3. Шаблоны документов	135
 Модуль 4. Семья как фактор: братья, сёстры, родители, развод	144
4.1. Почему семья так важна для учёбы	145
4.2. Влияние позиции среди братьев и сестёр	147
4.3. Семейные кризисы	150
4.4. Как семейная динамика проецируется на школу.....	152
4.5. Что важно помнить.....	154
 Модуль 4. Практика	156
Часть 1. Разговор с родителями в конфликте	157
Часть 2. Ролевая игра: отец говорит «он просто ленивый»	166
Часть 3. Кейс: девочка 12 лет, старшая сестра, скатилась на тройки	172
 Модуль 5. Школа как фактор: травля, отношения с учителем, климат в классе.....	180
5.1. Почему школа может быть источником трудностей	181
5.2. Травля: что это и как она работает	184
5.3. Роль учителя: как реакция взрослого влияет на ситуацию	186
5.4. Школьное благополучие как условие успеваемости.....	188
5.5. Системный подход: работа с классом, а не только с ребёнком	189
5.6. Особенности немецкой школы, которые важно учитывать	191
 Модуль 5. Практика	194
Часть 1. Методы вмешательства при травле: подход без обвинений и метод по Фарсте.....	195
Часть 2. Разговор с учителем, который считает ребёнка «трудным»	201
Часть 3. Кейс: мальчик 11 лет, его дразнят, он отказывается ходить в школу	208

Модуль 6. Ребёнок как фактор: тревога, депрессия, дефицит внимания, аутизм 217

6.1. Почему важно видеть, что происходит с ребёнком	218
6.2. Экзаменационная тревога: как отличить от нормального волнения	219
6.3. Депрессия у детей и подростков: симптомы, которые видны в школе	221
6.4. Дефицит внимания и гиперактивность.....	223
6.5. Аутизм: что важно знать	225
6.6. Одарённость как скрытая трудность.....	227
6.7. Языковой барьер и двуязычие: когда это ресурс, а когда проблема	228
6.8. Что важно помнить	229

Модуль 6. Практика 231

Часть 1. Первый разговор с ребёнком, который «замолчал»	232
Часть 2. Протокол действий при самоповреждении	240
Часть 3. Кейс: подросток 14 лет, в школе новой страны - «глупый»	247

Модуль 7. Ядро профессии: консультационный процесс от А до Я .258

7.1. Почему консультационный процесс - это ядро профессии	259
7.2. Первый контакт: фундамент всей работы.....	260
7.3. Прояснение запроса: что на самом деле нужно	263
7.4. Психологическая оценка: понимание, а не диагноз	265
7.5. Интервенция: что Вы делаете	267
7.6. Обратная связь: завершение и оценка.....	269
7.7. Мультипрофессиональная команда.....	270
7.8. Документация и защита данных	271
7.9. Границы роли: что Вы делаете и чего не делаете	272
7.10. Что важно помнить	273

Модуль 7. Практика 275

Часть 1. Симуляция полного цикла консультации.....	276
Часть 2. Написание плана поддержки	292
Часть 3. Шаблоны документов	296

Модуль 8. Что делать: психологическая поддержка..... 304

- 8.1. Почему поддержка должна быть доказательной305
- 8.2. Принципы эффективной поддержки306
- 8.3. Поддержка в классе: как психолог помогает учителю309
- 8.4. Работа с родителями: домашние задания, учебная среда, давление 310
- 8.5. Что важно помнить..... 312

Модуль 8. Практика 314

- Часть 1. Разработка конкретных рекомендаций для трёх профилей 315
- Часть 2. Создание «аварийного чемоданчика» для учителя325
- Часть 3. Кейс: мама требует «просто заставить его делать уроки»330

Модуль 9. Кризисные ситуации и границы собственной роли338

- 9.1. Почему этот модуль важен339
- 9.2. Школьные прогулы: причины, правовые последствия, интервенции339
- 9.3. Суицидальные риски: сигналы, что делать, что не делать.....343
- 9.4. Угроза благополучию ребёнка345
- 9.5. Границы собственной роли в кризисных ситуациях.....348

Модуль 9. Практика 351

- Часть 1. Разбор случая: ребёнок рассказывает о насилии дома..... 352
- Часть 2. Супервизия: как сохранять профессиональную дистанцию360
- Часть 3. Протокол действий в кризисной ситуации366

Модуль 10. Работа с семьями: немецкими, русскоязычными и двуязычными..... 373

- 10.1. Почему важно работать с разными семьями..... 374
- 10.2. Немецкие семьи: база для понимания 375
- 10.3. Русскоязычные семьи: особенности и контекст390
- 10.4. Двуязычные семьи других языков: работа с турками, арабами, поляками..... 395
- 10.5. Язык: когда нужен переводчик396
- 10.6. Как выстраивать диалог со школой от имени семьи.....398
- 10.7. Специфика потери родного языка399

Модуль 10. Практика	402
Часть 1. Разговор с родителями, которые отказываются от помощи психолога	403
Часть 2. Кейс: семья беженцев, ребёнок травмирован, школа требует «нормального поведения»	411
Часть 3. Кейс: мальчик 9 лет, немецкая семья, отказывается делать уроки	418
Часть 4. Шаблоны писем родителям	427
 Модуль 11. Этические дилеммы и профессиональная позиция	433
11.1. Почему этика - это не «формальность»	434
11.2. Границы компетенции: когда сказать «я не могу»	434
11.3. Конфиденциальность и её пределы	437
11.4. Собственные эмоции: раздражение, жалость, бессилие	439
11.5. Профилактика выгорания	441
11.6. Профессиональная позиция: кто Вы как специалист	445
 Модуль 11. Практика	447
Часть 1. Разбор этических кейсов	448
Часть 2. Дневник рефлексии	455
Часть 3. Групповое обсуждение «Что бы я сделал иначе»	461
 Модуль 12. Итоговый проект	467
12.1. Зачем нужен итоговый проект	468
12.2. Письменная работа: полный разбор случая	469
12.3. Устная защита: симуляция консультации	474
12.4. Рефлексия: собственная позиция, слепые зоны, план развития	479
12.5. Напутствие	486

Приложения к курсу	487
Приложение 1. Частые вопросы родителей и ответы консультанта	487
Часть 1. Вопросы о причинах.....	487
Часть 2. Вопросы о школе	490
Часть 3. Вопросы о семье	492
Часть 4. Вопросы о будущем.....	495
Часть 5. Вопросы о себе.....	496
Часть 6. Что важно помнить, отвечая на вопросы родителей	498
 Приложение 2. Игры и упражнения для работы с детьми	 499
Часть 1. Для детей 6-8 лет	499
Часть 2. Для детей 8-10 лет	502
Часть 3. Для детей 10-12 лет	504
Часть 4. Для подростков 12+	506
Часть 5. Упражнения для работы с тревогой	508
Часть 6. Что важно помнить	508
 Приложение 3. Словарь терминов	 509

Введение:

о чём этот курс и как он устроен

Этот курс - о психологической работе с детьми, которым тяжело в школе.

Не о том, как объяснять математику или подтягивать оценки. Не о том, как заставить ребёнка делать уроки. А о том, что стоит за плохой успеваемостью, за отказом идти в школу, за молчанием на уроках, за агрессией, за слезами над тетрадью.

За всем этим почти всегда стоит что-то психологическое. Страх ошибиться. Травля в классе. Конфликты дома. Потеря себя между двумя языками и двумя культурами. Ощущение «*я не такой, я не справлюсь, меня не примут*». Пока это не увидено, никакие объяснения и тренировки не помогут.

Успех ребёнка в школе рождается не только из знаний. Он рождается из психологического благополучия - из уверенности, из чувства безопасности, из отношений с близкими и с учителями. Поэтому название курса звучит так: **Psychologischer Lerncoach - успех через психологию.**

Курс готовит Вас к профессии Psychologischer Lerncoach - психолога-консультанта по учебным трудностям.

Для кого этот курс

Этот курс для специалистов, которые хотят работать с детьми и семьями в роли психолога-консультанта.

Курс рассчитан на Вас, если Вы:

- хотите помогать детям, а не просто «подтягивать» их по предметам;
- готовы работать с психологическими причинами, а не с симптомами;
- хотите работать с разными семьями: многоязычными, двуязычными, немецкими;
- готовы учиться думать, чувствовать и разговаривать как психолог;
- понимаете, что это ответственная работа с живыми людьми и их судьбами.

Курс особенно полезен для специалистов, работающих в многоязычной среде, - с детьми и семьями, которые говорят на разных языках и живут между разными культурами. Но он подходит и для работы с немецкими детьми и семьями. Психологические механизмы те же. Отличается культурный контекст.

Чему учит этот курс

Курс учит Вас пяти вещам.

✓ Видеть причину

За плохой оценкой, за прогулом, за вспышкой гнева - всегда стоит что-то психологическое. Вы учитесь это замечать и понимать.

✓ Разговаривать

С ребёнком, с родителями, с учителями. Слушать так, чтобы человек открылся. Задавать вопросы так, чтобы прояснилось главное. Говорить так, чтобы не ранить и не обесценить.

✓ Понимать границы

Знать, что входит в работу Psychologischer Lerncoach, а что нет. Понимать, когда нужно направить к врачу, психотерапевту, социальному работнику. Не пытаться делать то, что не входит в Вашу компетенцию.

✓ Работать с разными семьями

С многоязычными, с двуязычными, с немецкими. С теми, кто только что переехал, и с теми, кто родился здесь. С теми, кто говорит на одном языке, и с теми, кто говорит на нескольких.

✓ Заботиться о себе

Работа с детской болью, страхом и отчаянием истощает. Вы учитесь замечать своё состояние, выстраивать границы, находить поддержку.

Чему этот курс не учит

Важно сразу обозначить границы, чтобы Ваши ожидания совпадали с реальностью.

Курс **не** готовит Вас к тому, чтобы быть:

- репетитором по предметам;
- учителем;
- врачом;
- психотерапевтом;
- специалистом по клинической работе с тяжёлыми состояниями.

Курс **не даёт** Вам права:

- ставить диагнозы;
- проводить психотерапию;
- лечить клинически выраженные состояния;
- работать в острой кризисной ситуации без поддержки;
- составлять заключения для суда или социальных служб.

Если после обучения Вы видите, что ситуация выходит за Вашу компетенцию, Ваша задача - направить ребёнка и семью к нужному специалисту. Это не слабость, а профессиональная зрелость.

Как устроен курс

Курс состоит из 12 модулей. Они идут по логике: сначала понять профессию и её границы, потом научиться видеть причины, потом освоить работу с разными сторонами жизни ребёнка, и в конце - собрать всё вместе.

Логика курса

Модуль 1. Введение. Кто такой Psychologischer Lerncoach, чем он занимается, где работает, какие у него правовые границы. Это фундамент, без которого всё остальное не имеет смысла.

Модуль 2. Причины учебных трудностей. Почему ребёнку тяжело учиться. Модели, факторы, типичные причины.

Модуль 3. Психологическая оценка. Как понять, что происходит с ребёнком, без права на диагноз. Беседа, наблюдение, письменные отчёты.

Модуль 4. Семья. Как семейная ситуация влияет на учёбу. Братья и сёстры, родители, развод, переезд.

Модуль 5. Школа. Травля, отношения с учителем, климат в классе.

Модуль 6. Ребёнок. Тревога, депрессия, дефицит внимания, аутизм, одарённость, языковой барьер.

Модуль 7. Консультационный процесс. Ядро профессии. Как вести консультацию от первого контакта до завершения.

Модуль 8. Поддержка и рекомендации. Что делать, когда причина увидена. Как помочь ребёнку, семье, учителю.

Модуль 9. Кризисные ситуации. Прогулы, суицидальные риски, угроза благополучию. Что делать и чего не делать.

Модуль 10. Работа с семьями. Многоязычными, двуязычными, немецкими. Язык, культура, идентичность.

Модуль 11. Этика и профессиональная позиция. Границы, конфиденциальность, свои эмоции, профилактика выгорания.

Модуль 12. Итоговый проект. Полный разбор случая и симуляция консультации.

Как устроен каждый модуль

Каждый модуль состоит из трёх частей.

Теория. Основной текст, который объясняет тему. Это не сухие определения, а живое объяснение с примерами, разборами, отсылками к реальной работе.

Практика. Задания, которые помогают перевести теорию в навык. Разборы случаев, вопросы для размышления, упражнения, шаблоны документов.

Итоговый кейс. Завершающий разбор, который собирает всё содержание модуля в одну живую ситуацию.

Как учиться

Курс можно проходить в своём темпе. Но есть несколько принципов, которые делают обучение эффективным.

- ✓ **Читайте не спеша.** Материал плотный. Лучше прочитать меньше, но вдумчиво, чем всё подряд и поверхностно.
- ✓ **Возвращайтесь.** Многие вещи понимаются не с первого раза. Перечитывайте сложные места через неделю - увидите больше.
- ✓ **Делайте задания.** Без практики теория остаётся теорией. Задания не для галочки, а для того, чтобы навык закрепился.
- ✓ **Связывайте с жизнью.** Вспоминайте детей, которых Вы знаете. Реальные ситуации, которые видели. Это делает обучение живым.
- ✓ **Ведите дневник.** Записывайте свои реакции, вопросы, сомнения, открытия. Это поможет и в учёбе, и в будущей работе.
- ✓ **Не бойтесь не знать.** Этот курс - не экзамен на эрудицию. Это путь к профессии. Ошибки и непонимание - часть пути.

Что в результате

После курса Вы:

- понимаете, кто такой Psychologischer Lerncoach и чем он отличается от других специалистов;
- умеете видеть психологические причины учебных трудностей;
- умеете разговаривать с ребёнком, родителями и учителями;
- знаете свои правовые и профессиональные границы;
- умеете работать с разными семьями: многоязычными, двуязычными, немецкими;
- готовы начать практику в роли психолога-консультанта по учебным трудностям.

Это не конец пути, а начало. Настоящая профессия начинается после курса - в работе с живыми детьми, в супервизии, в постоянном обучении и развитии.

Напутствие

Работа с детьми, которым тяжело в школе, - это работа с болью, страхом и надеждой. Это трудная и очень нужная профессия. Если Вы дошли до этого курса, значит, у Вас есть что-то важное - желание помогать, видеть глубже, не проходить мимо.

Успех ребёнка в школе рождается через психологию. И Вы можете стать тем человеком, который помогает этому успеху состояться.

Дальше - учиться. Шаг за шагом. Модуль за модулем.

**Добро пожаловать в курс PSYCHOLOGISCHER LERNCOACH -
УСПЕХ ЧЕРЕЗ ПСИХОЛОГИЮ!**

Модуль 1. Кто такой Psychologischer Lerncoach



1.1. Чем занимается Psychologischer Lerncoach

Определение профессии

Psychologischer Lerncoach - это специалист, который помогает ребёнку и его семье справиться с психологическими причинами учебных трудностей. Вы работаете не с учебным материалом, а с тем, что мешает ребёнку учиться: со страхами, с потерей мотивации, с семейными конфликтами, с последствиями травмы, с кризисом адаптации, с неуверенностью в себе.

Название профессии состоит из двух частей. «Psychologischer» - указывает на то, что работа идёт психологическими средствами: через беседу, наблюдение, понимание внутреннего мира ребёнка, работу с отношениями. «Lerncoach» - указывает на сферу: учебная деятельность, школьная жизнь, отношение ребёнка к учёбе.

Важно понимать: это не медицинская и не психотерапевтическая профессия. Это психологическая консультативная работа в сфере образования. Вы не лечите и не ставите диагнозы - Вы помогаете ребёнку и семье понять, что происходит, и найти путь к изменениям.

Профессия находится на пересечении трёх полей: психологии, педагогики и социальной работы. От психологии она берёт понимание внутренних процессов, эмоций, отношений, мотивации. От педагогики - понимание учебной деятельности, школьных требований, образовательных траекторий. От социальной работы - понимание семейных систем, социальных факторов, сетевого взаимодействия. Но при этом Вы не являетесь ни психологом в клиническом смысле, ни педагогом, ни социальным работником. Это самостоятельная профессиональная роль со своими задачами, методами и границами.

Правовой статус этой деятельности в Германии определяется тем, что психологическая консультация вне медицины не подпадает ни под закон о целительстве, ни под закон о психотерапии. Это значит, что для работы не требуется медицинская лицензия. Но это же означает, что Вы обязаны чётко соблюдать границы своей компетенции и не вторгаться в области, требующие медицинской или психотерапевтической квалификации.



Название курса - **PSYCHOLOGISCHER LERNCOACH - УСПЕХ ЧЕРЕЗ ПСИХОЛОГИЮ** - отражает главную идею: успех ребёнка в школе рождается не только из знаний, но и из психологического благополучия. Ваша работа - помочь этому успеху состояться через понимание и поддержку.

Работа с психологической причиной, а не с учебным материалом

Главное отличие Psychologischer Lerncoach от репетитора - в предмете работы. Это отличие принципиальное, и его нужно понять с самого начала, потому что от него зависит всё остальное: методы, цели, этика, границы.

Репетитор работает с **содержанием**: объясняет темы, разбирает задачи, тренирует навыки. Его цель - чтобы ребёнок знал и умел. Критерий успеха - улучшение оценок по предмету, выполнение контрольных, переход в следующий класс.

Вы работаете с **причиной**: почему ребёнок не может или не хочет учиться. Ваша цель - чтобы ребёнку ничего не мешало учиться. Критерий успеха - ребёнок снова хочет идти в школу, не боится уроков, может сосредоточиться, справляется с нагрузкой, чувствует себя увереннее.

Пример. Мальчик 10 лет не делает домашние задания по математике. Репетитор начнёт объяснять тему. Вы сначала спросите: что происходит? Возможно, ребёнок боится ошибиться, потому что отец кричит. Возможно, он не понимает объяснений учителя, потому что плохо знает немецкий. Возможно, его травят одноклассники, и математика тут вообще ни при чём. Пока причина не увидена, никакие объяснения темы не помогут.

Это не значит, что Вы вообще не касаетесь учебного материала. Вы можете знать, какие темы проходят в школе, как устроены контрольные, какие требования предъявляются. Но Вы смотрите на это не как учитель, а как психолог: что этот материал значит для ребёнка? Почему именно здесь возникает блок? Что ребёнок чувствует, когда садится за эту задачу?

Психологическая работа строится на нескольких принципах:

✓ Причина важнее симптома

Плохая оценка, отказ делать уроки, прогулы, агрессия на уроке - это симптомы. За ними всегда стоит что-то психологическое. Симптом можно подавить (заставить, наказать, пригрозить), но причина останется и проявится в другом месте. Вы ищете причину, а не боретесь с симптомом.

✓ Ребёнок - не проблема, а человек в проблеме

Это важнейший принцип. Ребёнок не «ленивый», не «глупый», не «трудный». Ребёнок - человек, который столкнулся с чем-то, с чем не может справиться сам. Вы не «исправляете» ребёнка, а помогаете ему справиться с тем, что его тяготит.

✓ Семья и школа - часть картины

Ребёнок не существует отдельно. Его трудности почти всегда связаны с отношениями дома и в классе. Поэтому Вы работаете не только с ребёнком, но и с родителями, и с учителями, и с семейной ситуацией в целом.

✓ Работа идёт через разговор и отношения

Основной инструмент - беседа, наблюдение, выстраивание доверия. Вы не даёте таблеток и не делаете упражнений на тренажёрах. Вы разговариваете, слушаете, задаёте вопросы, помогаете ребёнку и семье увидеть ситуацию по-новому.

✓ Изменения происходят постепенно

Психологическая работа не даёт мгновенных результатов. Ребёнок не начнёт учиться на «отлично» после первой встречи. Изменения идут шаг за шагом: сначала ребёнок начинает доверять, потом - понимать себя, потом - пробовать новые способы поведения, потом - закреплять их.

Какие запросы решает Psychologischer Lerncoach

Типичные поводы для обращения можно разделить на несколько групп.

Мотивация и отношение к учёбе:

- ребёнок не хочет учиться, потерял интерес;
- ребёнок говорит «я не хочу в школу», «мне там плохо»;
- ребёнок сдался, перестал стараться, «всё равно не получится»;
- ребёнок раньше любил какой-то предмет, а теперь ненавидит.

Эмоции и страхи:

- ребёнок боится школы, учителей, контрольных;
- ребёнок боится ошибиться, поэтому ничего не делает;
- ребёнок плачет перед школой, не может заснуть накануне контрольной;
- ребёнок злится, срывается, хлопает дверью, когда садится за уроки;
- ребёнок стыдится своих трудностей, скрывает оценки.

Внимание и работоспособность:

- ребёнок не может сосредоточиться, отвлекается;
- ребёнок быстро устаёт от учёбы, не выдерживает нагрузку;
- ребёнок всё делает медленно, не успевает на контрольных;
- ребёнок забывает, что задано, теряет тетради, путает расписание.

Отношения в школе:

- ребёнок пережил травлю в классе;
- ребёнок не может найти друзей, чувствует себя одиноким;
- ребёнок конфликтует с учителем;
- ребёнок боится одноклассников, стесняется отвечать у доски.

Адаптация и идентичность:

- ребёнок тяжело адаптируется после переезда;
- ребёнок чувствует себя «чужим» в классе;
- ребёнок стыдится своего происхождения, языка, семьи;
- ребёнок родной язык и не может говорить с родителями;
- ребёнок сравнивает себя с другими и чувствует себя «глупым».

Семья и отношения дома:

- в семье конфликты, и это отражается на учёбе;
- родители слишком давят на ребёнка;
- родители не понимают, что происходит с ребёнком;
- братья и сёстры конкурируют, и это влияет на учёбу;
- развод родителей, болезнь, потеря - и ребёнок «поплыл» в школе.

Вы не работаете с клиническими состояниями. Если у ребёнка тяжёлая депрессия, суицидальные мысли, психоз, тяжёлая травма - это не Ваша зона. Вы должны уметь это увидеть и направить к специалисту. Это не отказ от работы, а профессиональная ответственность.

Психологическая, а не организационная работа

Ваша работа должна быть именно психологической, а не просто организационной. Это значит, что Вы не просто «организуете» учебный процесс, не составляете расписание, не координируете репетиторов. Вы работаете с внутренним миром ребёнка и с отношениями.

Организационная работа - это когда специалист говорит: *«Вам нужно найти репетитора по математике, записаться к логопеду и поговорить с учителем»*. Это полезно, но это не психологическая работа.

Психологическая работа - это когда Вы спрашиваете: *«Что ты чувствуешь, когда садишься за уроки? Чего ты боишься? Что происходит дома, когда ты приносишь плохую оценку? Что бы ты хотел, чтобы изменилось?»*.



Разница принципиальная. Организационная работа меняет внешние условия. Психологическая работа меняет внутреннее состояние и отношения. И то, и другое важно, но Вы занимаетесь именно вторым.

Психологическая работа включает несколько направлений.

Понимание внутренней картины

Что ребёнок думает о себе? Об учёбе? О будущем? Как он объясняет свои трудности? Считает ли он себя «глупым»? Верит ли, что может что-то изменить? Эти внутренние представления определяют поведение не меньше, чем внешние обстоятельства.

Работу с эмоциями

Страх, стыд, злость, обида, беспомощность, отчаяние - все эти чувства живут в ребёнке и влияют на учёбу. Вы помогаете ребёнку назвать эти чувства, понять их, выразить безопасным способом, справиться с ними.

Работу с отношениями

Отношения с родителями, с учителями, с одноклассниками, с братьями и сёстрами - всё это влияет на учебную мотивацию и поведение. Вы работаете с этими отношениями: помогаете наладить общение, разрешить конфликты, выстроить границы.

Работу с мотивацией

Не «заставить» учиться, а понять, что убивает желание учиться. Что случилось, когда ребёнок перестал стараться? Что поддерживает его интерес? Что он хотел бы делать, если бы мог выбирать? Мотивация не создаётся давлением - она восстанавливается через понимание и поддержку.

Поддержку в кризисе

Когда ребёнку плохо, и он не знает, что делать. Когда он не может справиться сам. Вы оказываетесь рядом, помогаете пережить трудный момент, не даёте упасть.

Организационные элементы тоже присутствуют. Например, рекомендация обратиться к врачу или поговорить с учителем. Но они не являются сутью работы. Суть - психологическая помощь ребёнку и семье.

Ценностные основания профессии

Любая помогающая профессия стоит на определённых ценностях. Без них работа превращается в манипуляцию или формальное выполнение процедур. Для Psychologischer Lerncoach можно выделить несколько ключевых ценностей.

Уважение к ребёнку

Ребёнок - не объект воздействия, а субъект своей жизни. Он имеет право на уважение, на своё мнение, на свои чувства. Вы не «делаете» с ребёнком что-то, а работаете вместе с ним.

Вера в способность к изменениям

Каждый ребёнок может измениться. Даже если сейчас всё плохо, даже если родители потеряли надежду, даже если учителя махнули рукой. Вы верите в эту возможность и помогаете ребёнку поверить в неё.

Честность

Вы не обещаете чудес. Вы говорите правду о том, что можете и что не можете. Вы не даёте ложных надежд и не скрываете трудностей.

Конфиденциальность

Всё, что происходит на консультации, остаётся между участниками. Ребёнок должен знать, что может доверять. Родители должны знать, что их откровенность не будет использована против них.

Профессиональная скромность

Вы знаете границы своей компетенции и не пытаетесь делать то, что не входит в Вашу работу. Это не слабость, а зрелость.

Ориентация на интересы ребёнка

В любой конфликтной ситуации Вы спрашиваете: что лучше для ребёнка? Не что удобнее для родителей, не что проще для учителя, не что выгоднее для специалиста - а что действительно поможет ребёнку.

Эти ценности не абстрактны. Они проявляются в каждом разговоре, в каждом решении, в каждой реакции. Если Вы говорите одно, а делаете другое, ребёнок и семья это чувствуют, и доверие рушится.

1.2. Кем Вы не являетесь

× Не репетитор

Репетитор работает с предметом. Его задача - чтобы ребёнок знал формулы, правила, тексты. Критерий успеха - оценки, контрольные, экзамены.

Вы работаете с психологическими причинами. Ваша задача - чтобы ребёнку ничего не мешало учиться. Критерий успеха - мотивация, уверенность, способность справляться с нагрузкой.

Разница видна на простом примере: Ребёнок не понимает дроби.

- ✓ Репетитор объяснит дроби.
- ✓ Вы спросите: *почему именно дроби? Что происходит, когда ты видишь эту тему? Может быть, ребёнок боится математики вообще, потому что в прошлом году учитель высмеял его перед классом. Может быть, дома ссоры из-за уроков, и ребёнок просто не может сосредоточиться.* Пока причина не увидена, объяснения дробей не помогут.

Граница между репетитором и Вами не всегда очевидна для родителей. Многие приходят с запросом «*помогите ему по математике*» и удивляются, когда им предлагают разбираться с эмоциями. Важно уметь объяснить эту разницу с самого начала, чтобы ожидания совпадали с реальностью.

× Не учитель

- ✓ Учитель ведёт урок, объясняет материал, оценивает. Учитель несёт ответственность за образовательный процесс, за выполнение программы, за дисциплину в классе.
- ✓ Вы не ведёте уроки и не ставите оценки. Вы можете присутствовать на уроке как наблюдатель, но не как преподаватель. Вы можете обсуждать с учителем, что происходит с ребёнком, но не указываете, как вести урок.



Разница в позиции. Учитель - внутри системы, он часть школы. Вы - рядом с системой, Вы внешний специалист. Это даёт Вам определённую свободу: Вы можете видеть то, что учитель не видит изнутри. Но это же ограничивает Ваше влияние: Вы не можете изменить школьные правила или требования.

× **Не врач**

- ✓ Врач ставит диагнозы и назначает лечение. Врач имеет медицинское образование и лицензию. Врач несёт юридическую ответственность за медицинские решения.
- ✓ Вы не ставите диагнозы и не назначаете медикаменты. Если Вы видите признаки, требующие медицинского вмешательства, Вы направляете к врачу. Это не отказ от работы, а правильное разделение ответственности.

Важно понимать: Вы можете видеть, что с ребёнком что-то не так, но не можете сказать, что это. Вы можете заметить, что ребёнок слишком грустный, слишком тревожный, слишком импульсивный. Но Вы не можете поставить диагноз «депрессия» или «СДВГ». Это работа врача.

Граница между психологической консультацией и медициной не всегда очевидна. Но принцип такой: если состояние ребёнка требует лечения, это не Ваша зона.

× **Не психотерапевт**

- ✓ Психотерапевт работает с клиническими состояниями: депрессией, тревожными расстройствами, травмой. Психотерапевт имеет специальное образование и лицензию. Психотерапия - это метод лечения.
- ✓ Вы работаете с учебными трудностями в неклинической плоскости. Вы не проводите психотерапию и не заменяете её. Ваша работа - психологическая консультация, поддержка, помощь в понимании и изменении.

Граница между психологической консультацией и психотерапией не всегда очевидна. Но есть чёткий принцип: психологическая консультация вне медицины не лечит. Она помогает понять, поддержать, направить. Если нужна психотерапия - это к психотерапевту.



Это важно не только с юридической точки зрения. Это важно для ребёнка и семьи. Если Вы пытаетесь делать то, что не входит в Вашу компетенцию, Вы можете навредить. Если Вы честно говорите *«это не моя зона, я направляю вас к специалисту»*, Вы помогаете.

× **Не социальный работник**

- ✓ Социальный работник занимается социальными вопросами: жильё, пособия, интеграция, правовая помощь. Он работает с социальными службами, с ведомствами, с документами.
- ✓ Вы не занимаетесь социальными вопросами. Вы можете знать, какие службы существуют, и направить туда семью. Но Вы не заполняете документы, не ходите по инстанциям, не решаете социальные проблемы.

Разница в фокусе. Социальный работник меняет внешние условия жизни. Вы меняете внутреннее состояние и отношения. И то, и другое важно, но это разные профессии.

× **Не «решатель проблем»**

Вы не даёте готовых решений. Вы не говорите родителям: *«Делайте так, и всё будет хорошо»*. Вы не даёте ребёнку инструкций: *«Сделай это, и станет легче»*.

Психологическая работа - это совместный поиск. Вы помогаете ребёнку и семье понять ситуацию, увидеть возможности, найти свой путь. Вы не решаете проблемы за них - Вы помогаете им решить проблемы самим.

Это может разочаровывать. Родители часто хотят конкретных советов. Ребёнок часто хочет, чтобы кто-то сказал, что делать. Но готовые решения не работают, потому что каждая ситуация уникальна. То, что помогло одному ребёнку, может не помочь другому. Вы помогаете найти решение, которое подходит именно этой семье, этому ребёнку, этой ситуации.

1.3. Где Вы работаете

Частная практика

Вы можете открыть частную практику и принимать детей и семьи. Это может быть кабинет, работа онлайн, консультации на дому. Важно: частная практика не даёт права на медицинскую деятельность. Работа строится как психологическая консультация вне медицины.

Частная практика имеет преимущества и сложности.

- ✓ Преимущества: свобода в организации работы, возможность выбрать клиентов, гибкий график.
- × Сложности: необходимость самому искать клиентов, вести документацию, платить налоги, нести ответственность за все аспекты работы.

Сотрудничество со школами

Вы можете сотрудничать со школами как внешний специалист. Например, школа может приглашать Вас для консультаций с учениками, для бесед с родителями, для помощи в сложных ситуациях. Это не должность в штате школы - это внешняя поддержка.

Сотрудничество со школами имеет свои особенности. Нужно понимать, как устроена школа, кто принимает решения, как выстраивать отношения с учителями и администрацией. Нужно соблюдать конфиденциальность и в то же время работать в интересах ребёнка.

Школы в Германии всё чаще понимают, что учителя не могут быть одновременно педагогами, психологами и социальными работниками. Поэтому внешние специалисты, которые помогают с психологическими аспектами учебных трудностей, становятся всё более востребованными.

Консультационные центры

Вы можете работать в консультационных центрах, которые занимаются помощью детям и семьям. Такие центры могут быть государственными, церковными, общественными. Они часто бесплатны для клиентов и работают с разными языками.

Консультационные центры - это хорошая возможность для начала практики. Здесь есть поддержка коллег, супервизия, административная помощь. Здесь можно набраться опыта, прежде чем открывать частную практику.

Онлайн-формат

Вы можете работать онлайн. Онлайн-формат позволяет охватить больше детей и семей.

Онлайн-работа имеет свои особенности. Нужно уметь выстраивать контакт через экран, учитывать технические ограничения, обеспечивать конфиденциальность. Но это также даёт гибкость и доступность, которых нет при очной работе.

Профессиональное сообщество

Вы не работаете в вакууме. Вы являетесь частью профессионального сообщества. Это значит:

- обмен опытом с коллегами;
- участие в супервизии;
- повышение квалификации;
- соблюдение профессиональных стандартов;
- участие в профессиональных объединениях.

Профессиональное сообщество важно не только для развития, но и для защиты. Когда специалист работает один, он может потерять ориентиры, выгореть, начать нарушать границы. Сообщество помогает этого избежать.

1.4. Правовые границы:

что можно без медицинской лицензии, что нельзя

Правовой статус психологической консультации вне медицины

Психологическая консультация вне медицины - это самостоятельная профессиональная деятельность. Она не подпадает ни под закон о целительстве, ни под закон о психотерапии. Это значит, что для работы не требуется медицинская лицензия или разрешение на психотерапию.

Правовой статус этой деятельности в Германии до конца не урегулирован. Существует определённая правовая неясность, которая признаётся самими профессиональными объединениями. Это создаёт как возможности, так и риски. Возможности - можно работать без длительного и дорогостоящего обучения. Риски - нужно чётко соблюдать границы, чтобы не вторгаться в медицинскую или психотерапевтическую область.

Для Вас это означает: Вы можете работать, но должны понимать, что именно Вы делаете и чего не делаете. Вы не лечите, не ставите диагнозы, не проводите психотерапию. Вы консультируете, поддерживаете, помогаете понять и изменить.

✓ Что можно

Psychologischer Lerncoach без медицинской лицензии может:

- ✓ проводить психологические консультации с детьми и родителями;
- ✓ помогать ребёнку понять свои чувства и трудности;
- ✓ работать с мотивацией, страхами, неуверенностью;
- ✓ помогать семье наладить общение;
- ✓ давать рекомендации родителям и учителям;
- ✓ сопровождать ребёнка в сложной школьной ситуации;
- ✓ направлять к другим специалистам, когда это необходимо;
- ✓ работать с учебными трудностями в неклинической плоскости;
- ✓ помогать ребёнку и семье находить ресурсы и справляться с нагрузкой;
- ✓ сотрудничать со школами и другими специалистами в интересах ребёнка.

Психологическая консультация вне медицины - это работа с людьми, которые не имеют клинически выраженных психических заболеваний. Она направлена на поддержку, понимание, развитие, решение жизненных задач.

✗ Что нельзя

Psychologischer Lerncoach без медицинской лицензии не может:

- × лечить клинически выраженные психические заболевания;
- × оказывать помощь в острой психиатрической кризисной ситуации;
- × назначать медикаменты;
- × проводить психотерапию;
- × работать с тяжёлыми травматическими расстройствами;
- × составлять психологические заключения для суда или социальных служб;
- × ставить диагнозы;
- × проводить медицинские процедуры.

Это не слабость, а профессиональная зрелость. Специалист, который чётко называет границы своей работы, вызывает доверие и защищает клиентов от непрофессионального вмешательства.

Обязанность направлять

Если Вы видите, что ситуация выходит за Вашу компетенцию, Вы обязаны направить ребёнка и семью к соответствующему специалисту. Это называется обязанностью перенаправления.

Обязанность направлять действует в нескольких случаях:

- если есть признаки клинического состояния (депрессия, тревожное расстройство, СДВГ, аутизм, психоз);
- если есть риск для жизни или здоровья ребёнка;
- если ситуация требует медицинского вмешательства;
- если ситуация требует психотерапевтической помощи;
- если ситуация требует социальной или правовой помощи.

Направление - это не отказ от работы. Это правильное распределение ответственности. Вы можете продолжать работать с ребёнком в своей области, параллельно с другими специалистами.

Конфиденциальность

Вы связаны конфиденциальностью. Вы не имеете права раскрывать информацию о ребёнке и семье третьим лицам без их согласия. Это основа доверия, без которого психологическая работа невозможна.

Конфиденциальность - это не просто профессиональное правило. Это правовая норма. Школьные психологи в Германии подчиняются закону о конфиденциальности, и это же правило распространяется на всех, кто работает с личной информацией.

Для несовершеннолетних есть особенности. Родители или опекуны дают согласие на консультацию, если ребёнок не обладает достаточной способностью понимать значение согласия. Однако с подростками старшего возраста ситуация сложнее.

В Гессене, например, дети до 14 лет нуждаются в согласии родителей для школьной психологической консультации. Подростки с 14 лет дают согласие сами, но родители также должны быть согласны. С 15 лет подростки могут сами обращаться за помощью.



Важно: конфиденциальность имеет пределы. Если есть угроза благополучию ребёнка, Вы обязаны действовать в интересах защиты. Это может означать необходимость сообщить в соответствующие органы.

Защита данных

Работа с персональными данными детей и семей регулируется Общим регламентом по защите данных Европейского союза.

Это значит:

- данные собираются только с согласия;
- данные хранятся безопасно;
- данные не передаются третьим лицам без согласия;
- клиент имеет право на информацию о своих данных, на исправление и удаление.

Для несовершеннолетних согласие дают родители или опекуны. Вы обязаны объяснить, как обрабатываются данные, и получить письменное согласие.

Особенность работы с детьми в том, что их данные требуют особой защиты. Дети могут не осознавать рисков, связанных с обработкой их данных. Поэтому согласие родителей - это не формальность, а важная защита.

Документация

Вы ведёте документацию своей работы. Это необходимо для:

- отслеживания динамики;
- обеспечения преемственности;
- защиты в случае жалоб;
- соблюдения профессиональных стандартов.

Документация должна быть:

- точной;
- объективной;
- конфиденциальной;
- доступной только тем, кто имеет право;
- хранимой в безопасном месте.

Родители имеют право на ознакомление с документацией, если ребёнок несовершеннолетний. Подростки старшего возраста могут иметь собственное право на ознакомление.

1.5. Кто есть кто вокруг ребёнка

Родители

Родители - главные люди в жизни ребёнка. Вы работаете с ними как с партнёрами. Вы не заменяете родителей и не действуете против них. Вы помогаете им понять, что происходит с ребёнком, и найти путь к изменениям.

Родители могут быть частью проблемы. Конфликты между родителями, давление на ребёнка, непонимание его трудностей - всё это влияет на учёбу. Вы работаете и с этим.

Работа с родителями строится на нескольких принципах:

- **Уважение.** Родители делают то, что считают правильным. Даже если их методы кажутся неправильными, они действуют из любви и заботы.
- **Понимание.** У родителей есть свои страхи, своя история, свои ожидания. Их поведение имеет смысл в их системе.
- **Партнёрство.** Вы и родители работаете вместе в интересах ребёнка.
- **Ясность.** Вы объясняете, что делаете, зачем, и что ожидаете от родителей.

Родители могут быть источником стресса для ребёнка, но они же могут быть источником поддержки. Вы помогаете родителям стать поддержкой, а не давлением.

Учителя и классный руководитель

Учителя видят ребёнка в школе каждый день. Они могут дать важную информацию о том, как ребёнок ведёт себя на уроках, как общается с одноклассниками, как реагирует на трудности.

Вы можете сотрудничать с учителями, но не подменяете их. Вы не оцениваете работу учителя и не даёте указаний, как вести урок. Вы можете предложить взгляд психолога на ситуацию и вместе с учителем подумать, что можно изменить.

Классный руководитель - ключевая фигура, потому что он видит ребёнка в классе, знает его отношения с одноклассниками, может влиять на климат в классе.

Сотрудничество с учителями имеет свои сложности. Учителя часто перегружены, у них мало времени, они могут не видеть психологических причин поведения ребёнка. Вы помогаете им увидеть ситуацию по-новому, но делаете это уважительно и не директивно.

Социальный работник школы

Социальный работник школы занимается профилактикой и поддержкой. Он работает с классами и группами, помогает в интеграции детей с миграционным фоном, занимается профилактикой насилия, травли, зависимостей.

Социальный работник - важный союзник, потому что может видеть ситуацию шире, чем один ребёнок. Он знает, что происходит в классе, в школе, в семье. Он может помочь с организационными вопросами, с контактами с другими службами.

Социальный работник и Вы дополняете друг друга. Социальный работник работает с социальной средой. Вы работаете с внутренним миром ребёнка и с отношениями.

Школьный психолог

Школьный психолог - это специалист в системе школы. Он консультирует всех участников школьной жизни по вопросам, связанным со школой. Он может проводить углублённую психологическую работу, но часто ограничен рамками школы.

Школьный психолог в Германии работает в системе школьной психологической службы. Он помогает при учебных трудностях и поддерживает школы и школьные администрации в психологических вопросах. Школьная психологическая консультация может быть использована директорами школ, учителями, социальными работниками, родителями и учениками.

Вы и школьный психолог можете дополнять друг друга. Например, школьный психолог видит ребёнка в школе, а Вы работаете с семьёй и с внутренним миром ребёнка.

Детский психиатр

Детский психиатр - это врач, который ставит диагнозы и назначает лечение. К нему направляют, когда есть подозрение на клиническое состояние: тяжёлую депрессию, тревожное расстройство, СДВГ, аутизм, психоз.

Вы не ставите диагнозы. Если Вы видите признаки, требующие врачебного вмешательства, Вы направляете к детскому психиатру. Это не отказ от работы, а правильное разделение ответственности.

Детский психиатр и Вы можете работать параллельно. Психиатр занимается медицинской стороной. Вы занимаетесь психологической поддержкой и учебными трудностями.

Другие специалисты

Вокруг ребёнка могут быть и другие специалисты:

- **Логопед** - работает с нарушениями речи.
- **Эрготерапевт** - работает с моторикой, сенсорной интеграцией.
- **Специальный педагог** - работает с особыми образовательными потребностями.
- **Семейный консультант** - работает с семейными отношениями.
- **Социальный педагог** - работает с поведением, социальными навыками.

Вы не заменяете этих специалистов. Вы можете сотрудничать с ними, если это в интересах ребёнка.

Как со всеми взаимодействовать

Взаимодействие с другими специалистами строится на нескольких принципах.

Уважение к роли каждого

Вы не пытаетесь делать работу учителя, врача или психотерапевта. Вы уважаете компетенцию других и не вторгаетесь в их область.

Ясность в границах

Вы чётко говорите, что входит в Вашу работу, а что нет. Это помогает избежать путаницы и конфликтов.

Согласие родителей

Взаимодействие с другими специалистами происходит с согласия родителей, если ребёнок несовершеннолетний. Это требование закона и профессиональной этики.

Конфиденциальность

Информация о ребёнке передаётся только с согласия и только в объёме, необходимом для помощи.

Партнёрство

Все участники работают в интересах ребёнка, и это объединяет их. Даже если есть разногласия, общая цель помогает найти общий язык.

Координация

Важно, чтобы все специалисты знали, что делают другие, и не дублировали работу. Вы можете взять на себя роль координатора, если это необходимо.

1.6. Культурный контекст: ребёнок растёт между домом и школой

Две культуры - два мира

Многие дети растут между двумя культурами. Дома - один язык, одни традиции, одни ожидания. В школе - другой язык, другие правила, другие требования. Это может быть связано с переездом, с миграционной историей семьи, с двуязычием родителей или с тем, что семья живёт в стране, где культура отличается от культуры дома.

Это создаёт напряжение. Ребёнок может чувствовать, что он «не такой» в школе и «не такой» дома. Он может стыдиться своего происхождения. Он может бояться, что его не примут. Он может пытаться быть «как все» и терять себя.

Психологические трудности часто связаны именно с этим напряжением. Ребёнок не просто «плохо учится» - он пытается найти своё место между двумя мирами.

Исследования показывают, что дети из семей с миграционной историей часто не имеют полноценно развитого ни одного из двух языков. Они не могут полностью выразить себя ни на одном из них. Один язык становится доминирующим, другой уходит. Это влияет на отношения в семье, на самооценку, на учебную мотивацию.

Но важно понимать: это не приговор. Многие дети успешно проходят через это. Многое зависит от того, есть ли рядом взрослые, которые понимают, что происходит, и помогают найти баланс.

Ожидания родителей

Родители часто имеют высокие ожидания от детей. Это связано с их историей, с их страхами, с их желанием дать ребёнку лучшее будущее. Они говорят: *«Ты должен хорошо учиться. Мы ради тебя на многое пошли. Ты не имеешь права нас подвести»*.

Эти ожидания могут быть источником мотивации. Но они же могут быть источником огромного давления. Ребёнок чувствует, что он не просто учится для себя - он учится для родителей. Он несёт ответственность за их надежды.

Вы работаете с этим. Вы помогаете родителям увидеть, что их ожидания могут быть источником стресса, а не мотивации. Вы помогаете найти баланс между поддержкой и давлением.

Важно понимать: ожидания родителей - не патология. Они связаны с их историей, с их страхами, с их желанием дать ребёнку лучшее будущее. Вы не осуждаете родителей, а помогаете им увидеть, как их ожидания влияют на ребёнка.

Школа как чужой мир

Для многих родителей школа - чужой мир. Они не понимают, как устроена система, какие требования, какие правила. Они могут чувствовать беспомощность и недоверие.

Вы можете стать мостом. Вы объясняете родителям, как устроена школа, что происходит с ребёнком, что можно сделать. Вы помогаете родителям найти общий язык с учителями.

Это особенно важно, потому что школьная система в одной стране может сильно отличаться от той, к которой привыкли родители. Другие критерии оценки, другие отношения между учителями и учениками, другие ожидания от родителей. Родители часто не знают этих различий, и это создаёт дополнительные трудности.

Потеря родного языка

Особая проблема - потеря родного языка. Дети быстро учат язык школы и начинают говорить на нём. Дома они переходят на этот язык. Родители не понимают. Ребёнок перестаёт говорить на родном языке с родителями. Он может стыдиться его.

Это влияет на несколько вещей.

- **Отношения в семье.** Ребёнок не может поговорить с родителями о важном, потому что не хватает слов. Родители чувствуют, что теряют связь с ребёнком.
- **Самооценку.** Ребёнок может чувствовать, что он «недостаточно» принадлежит к культуре семьи и «недостаточно» принадлежит к культуре школы.
- **Учебную мотивацию.** Если ребёнок не понимает, чего от него хотят дома, и не понимает, чего хотят в школе, он теряет ориентиры.
- **Идентичность.** Ребёнок не знает, кто он. Он может чувствовать себя «между» - не там и не здесь.

Вы работаете с этим. Вы помогаете семье найти способ сохранить язык и связь. Вы помогаете ребёнку принять свою двуязычность как ресурс, а не как проблему.

Исследования показывают, что во втором поколении семей с миграционной историей часто происходит сдвиг в сторону языка школы. Дети говорят с родителями на языке школы, а родители отвечают на родном языке. Постепенно родной язык уходит из семьи. Это создаёт эмоциональную дистанцию и потерю связи между поколениями.

Язык и власть

Язык - это не просто средство общения. Это ещё и вопрос власти. В школе доминирует язык школы. Ребёнок, который говорит на другом языке, может чувствовать, что его язык «неправильный», «второсортный». Он может стыдиться говорить на родном языке при одноклассниках.

Вы помогаете ребёнку понять, что двуязычие - это не проблема, а ресурс. Что знание двух языков - это преимущество, а не недостаток. Что его культура имеет ценность.

Не только русскоязычные

Важно: те же процессы происходят с детьми из любых двуязычных или многоязычных семей. Турецкие, арабские, польские, итальянские, греческие дети тоже проходят через потерю родного языка, через давление родителей, через поиск идентичности.

Вы работаете не только с русскоязычными, но и с любыми двуязычными детьми. Вы должны понимать общие закономерности двуязычия:

- как язык влияет на идентичность;
- как потеря языка влияет на отношения в семье;
- как культурные ожидания влияют на учебную мотивацию;
- как работать с переводчиком, если это необходимо.

Это делает Вашу профессию более универсальной и востребованной.

Что важно помнить

Культурный контекст - это не «дополнение» к работе. Это часть работы. Ребёнок не существует отдельно от своей культуры, своего языка, своей семьи. Всё это влияет на его учёбу, на его поведение, на его самоощущение.

Ваша задача - не «исправить» культуру и не «заставить» ребёнка быть «как все». Ваша задача - понять, что происходит, и помочь ребёнку и семье найти свой путь. Путь, на котором ребёнок может быть собой - с двумя языками, с двумя культурами, с двумя мирами.

1.7. Языки работы

Русский язык

Вы можете работать с русскоязычными детьми и семьями на русском языке. Это важно, потому что дети и родители могут не иметь достаточного уровня немецкого для глубокой психологической работы. На родном языке они могут выразить то, что не могут выразить на немецком.

Работа на русском языке имеет свои преимущества. Родители могут говорить свободно, без языкового барьера. Дети могут использовать те слова, которые знают. Вы можете понимать культурные отсылки, которые непонятны немецкому специалисту.

Но есть и сложности. Русскоязычный специалист может быть слишком близок к культуре клиентов, что затрудняет объективность. Он может не знать немецких реалий, которые важны для работы. Вы должны быть особенно внимательны к своим собственным проекциям и предубеждениям.

Немецкий язык

Вы можете работать и с немецкими детьми. Психологические механизмы те же: страхи, семейные конфликты, травля, потеря мотивации. Культурный контекст другой, но суть работы не меняется.

Работа с немецкими детьми требует:

- понимания немецкой школьной системы;
- знания немецких культурных норм;
- умения говорить с родителями на их языке;
- понимания, как немецкие дети переживают учебные трудности.

Специалист, который работает с немецкими детьми, должен быть особенно внимателен к культурным различиям. То, что работает в русскоязычной семье, может не работать в немецкой. Нормы общения, ожидания, роли - всё это может отличаться.

Другие языки

Вы можете работать с детьми из других двуязычных семей. Вы не обязаны знать все языки, но Вы должны понимать общие закономерности двуязычия:

- как язык влияет на идентичность;
- как потеря языка влияет на отношения в семье;
- как культурные ожидания влияют на учебную мотивацию;
- как работать с переводчиком, если это необходимо.

Это делает Вашу профессию более универсальной и востребованной.

Работа с переводчиком

Если ребёнок или родители не говорят на языке, на котором Вы работаете, может потребоваться переводчик. Важно:

- переводчик не должен быть членом семьи или знакомым;
- переводчик должен соблюдать конфиденциальность;
- переводчик переводит точно, а не интерпретирует;
- Вы сохраняете контакт с ребёнком и родителями, даже если говорите через переводчика.

Работа с переводчиком имеет свои сложности. Перевод может искажать смысл. Переводчик может не понимать психологических нюансов. Вы должны уметь работать с этими сложностями и не терять контакт с клиентом.

Язык и психологические отношения

Язык - это не просто инструмент. Это часть психологических отношений. Когда ребёнок и родители говорят на родном языке, они чувствуют себя безопаснее, свободнее, честнее. Когда они говорят на неродном языке, они могут быть более напряжёнными, более осторожными.

Вы должны учитывать это. Вы можете переключаться между языками, если это помогает. Вы можете использовать родной язык для эмоционально значимых тем и немецкий для обсуждения школьных реалий. Вы можете помочь семье найти баланс между языками.

1.8. Профессиональная идентичность

Psychologischer Lerncoach

Кто Вы в этой профессии

Профессиональная идентичность - это ответ на вопрос «кто я как специалист». Для Psychologischer Lerncoach этот ответ включает несколько элементов.

- ✓ **Вы - психолог.** Ваша работа - психологическая. Вы работаете с внутренним миром ребёнка, с эмоциями, с отношениями, с мотивацией. Вы не учитель и не врач.
- ✓ **Вы - консультант.** Вы не лечите и не ставите диагнозы. Вы консультируете, поддерживаете, помогаете понять и изменить.
- ✓ **Вы - специалист по учебным трудностям.** Ваша область - учёба, школа, отношение ребёнка к учёбе. Вы понимаете, как устроена школьная жизнь, какие требования предъявляются, какие трудности возникают.
- ✓ **Вы - партнёр семьи.** Вы работаете вместе с родителями, а не вместо них. Вы уважаете их роль и помогаете им справляться.
- ✓ **Вы - часть системы помощи.** Вы работаете в сети специалистов. Вы знаете свои границы и умеете направлять к другим.
- ✓ **Вы - профессионал.** Вы соблюдаете этические нормы, конфиденциальность, границы. Вы постоянно учитесь и развиваетесь.

Профессиональные роли

В Вашей работе можно выделить несколько ролей, которые Вы выполняете.

- ✓ **Слушатель.** Вы слушаете ребёнка и родителей. Вы слышите не только слова, но и чувства, и потребности, и страхи.
- ✓ **Исследователь.** Вы задаёте вопросы, ищете причины, собираете информацию. Вы не принимаете ничего на веру, Вы проверяете и уточняете.
- ✓ **Помощник.** Вы помогаете ребёнку и семье понять ситуацию, увидеть возможности, найти решение. Вы не решаете за них, Вы помогаете им решить.
- ✓ **Защитник.** Вы защищаете интересы ребёнка. Если ребёнку плохо, если его обижают, если ему нужна помощь, Вы действуете.
- ✓ **Посредник.** Вы помогаете наладить общение между ребёнком и родителями, между семьёй и школой. Вы переводите с языка одной стороны на язык другой.
- ✓ **Наставник.** Вы помогаете родителям и учителям увидеть ситуацию по-новому. Вы делитесь знаниями, но не навязываете их.

Профессиональное развитие

Вы постоянно развиваетесь. Это не профессия, в которой можно остановиться. Мир меняется, дети меняются, школы меняются. Вы должны меняться вместе с ними.

Профессиональное развитие включает:

- чтение профессиональной литературы;
- участие в семинарах и конференциях;
- супервизию;
- обмен опытом с коллегами;
- рефлексию собственной практики;
- работу над собственными слепыми зонами.

Профессиональная поддержка

Вы не должны работать в одиночку. Профессиональная поддержка - это не роскошь, а необходимость.

- ✓ **Супервизия.** Регулярные встречи с более опытным коллегой, который помогает разобрать сложные случаи, увидеть слепые зоны, справиться с эмоциями.
- ✓ **Интервизия.** Обмен опытом с коллегами равного уровня. Обсуждение случаев, методов, трудностей.
- ✓ **Балинт-группы.** Группы, где специалисты обсуждают свои отношения с клиентами, свои реакции, свои трудности.
- ✓ **Личная психологическая работа.** Вы тоже человек. У Вас есть свои истории, свои травмы, свои реакции. Личная работа помогает не переносить их на клиентов.

Профилактика выгорания

Работа с детьми и семьями может быть эмоционально тяжёлой. Вы сталкиваетесь с болью, страхом, отчаянием. Если Вы не заботитесь о себе, Вы можете выгореть.

Профилактика выгорания включает:

- установление границ в работе;
- ограничение количества клиентов;
- регулярные перерывы;
- физическая активность;
- хобби и интересы вне работы;
- поддержка близких;
- профессиональная супервизия;
- внимание к собственным сигналам усталости.

Итоги модуля 1

Модуль 1 закладывает основы понимания профессии Psychologischer Lerncoach в рамках курса **PSYCHOLOGISCHER LERNCOACH - УСПЕХ ЧЕРЕЗ ПСИХОЛОГИЮ**.

Вы узнали:

- что Psychologischer Lerncoach - это психологическая, а не организационная работа;
- чем Вы отличаетесь от репетитора, учителя, врача, психотерапевта;
- где Вы работаете и какие у Вас правовые границы;
- кто есть кто вокруг ребёнка и как со всеми взаимодействовать;
- как культурный и языковой контекст влияет на учебные трудности;
- как формируется Ваша профессиональная идентичность и как заботиться о себе.

Этот модуль - фундамент. Все последующие модули будут опираться на понимание, заложенное здесь. Без чёткого понимания своей роли и границ невозможно эффективно помогать детям и семьям.

Главная идея курса - **успех через психологию**. Это значит, что Вы помогаете ребёнку не «подтянуть» предмет, а обрести внутреннюю опору, из которой рождается настоящий, устойчивый успех в школе и в жизни.

Модуль 1. Практика

Как устроена практическая часть

Практика этого модуля состоит из двух частей.

Первая часть - разбор реальных ситуаций.

Вы разберёте два случая, с которыми чаще всего приходят родители. Это не абстрактные примеры, а живые ситуации, в которых Вы будете учиться видеть психологическую причину за внешней жалобой.

Вторая часть - карта Вашей будущей роли.

Вы составите для себя чёткий документ, в котором определите, что входит в Вашу работу, что не входит, и кого Вы подключаете в сложных случаях.

Работайте не спеша. Не ищите «правильный» ответ. Ищите свой ответ. Практика нужна не для оценки, а для того, чтобы знания стали Вашими.

Часть 1. Разбор реальных ситуаций

Как работать с разбором

Для каждого случая Вы будете проходить пять шагов.

- ✓ **Шаг 1. Прочитайте ситуацию.** Не торопитесь. Прочитайте дважды.
- ✓ **Шаг 2. Отделите симптом от причины.** Что бросается в глаза сразу - это симптом. Что может стоять за ним - это причина.
- ✓ **Шаг 3. Задайте вопросы.** Какие вопросы Вы задали бы маме? Какие вопросы Вы задали бы ребёнку?
- ✓ **Шаг 4. Определите свою роль.** Что в этой ситуации входит в Вашу работу? Что не входит? Кого нужно подключить?
- ✓ **Шаг 5. Запишите свои размышления.** Письменно. Это важно - письмо помогает думать.

Ситуация 1.

«Мама говорит, что учитель предвзят»

Описание ситуации

К Вам обращается мама мальчика 11 лет. Он учится в 5 классе немецкой школы. Мама говорит: *«Учительница его невзлюбила. Она всегда придирается именно к нему. Другие могут то же самое, и ничего, а ему сразу замечание. Оценки занижает. Мой сын не глупый, он способный, но она его просто не переносит. Я уже ходила в школу, но ничего не изменилось. Помогите, что делать?»*.

В разговоре выясняется: мальчик на уроках молчит, отвечает только когда спросят. Дома всё чаще раздражается, огрызается. Учиться стал хуже, чем в прошлом году. На вопрос *«Как дела в школе?»* отвечает: *«Нормально»*, и уходит в свою комнату.

Шаг 1. Что Вы видите сразу

Мама приходит с готовой версией: «учитель предвзят». Это её объяснение. Но за этим объяснением может стоять многое.

Обратите внимание на детали:

- на уроках мальчик молчит, отвечает только когда спросят;
- дома раздражается, огрызается;
- учиться стал хуже по сравнению с прошлым годом;
- на вопросы о школе отвечает уклончиво.

Это уже не просто «предвзятость учителя». Это картина, в которой много слоёв.

Шаг 2. Симптом и возможные причины

Симптом: мама жалуется на предвзятость учителя.

Возможные причины:

- **Отношения с учителем.** Возможно, действительно есть конфликт. Но конфликт почти никогда не бывает односторонним. Что происходит между мальчиком и учителем? Как он ведёт себя на уроках? Как она реагирует?
- **Молчание на уроках.** Мальчик молчит, хотя знает. Почему? Возможно, боится ошибиться. Возможно, чувствует себя неуверенно в классе. Возможно, есть опыт, когда его высмеяли.
- **Раздражение дома.** Это сигнал. Если ребёнок огрызается и уходит в комнату, значит, ему плохо. Что-то накопилось. Это может быть связано со школой, а может - с чем-то другим.
- **Ухудшение учёбы.** Что изменилось за год? Может быть, усложнилась программа. Может быть, ухудшились отношения с одноклассниками. Может быть, что-то произошло в семье.
- **Мамина тревога.** Мама пришла с готовым объяснением. Это может означать, что она сама чувствует беспомощность и ищет виноватого. Это не значит, что она неправа - но это значит, что её версия не единственная.

Шаг 3. Вопросы, которые Вы задаёте

Маме:

- *Что именно делает учительница? Можете привести конкретные примеры?*
- *Как Ваш сын ведёт себя на уроках? Что говорит учительница о его поведении?*
- *Что изменилось за последний год? Когда Вы заметили, что стало хуже?*
- *Как Ваш сын говорит о школе дома? Что он рассказывает?*
- *Что происходит в семье? Что-то изменилось за последнее время?*
- *Как он общается с одноклассниками? Есть ли друзья?*
- *Что он говорит, когда Вы спрашиваете о школе?*
- *Как давно он перестал делиться?*

Ребёнку (мягко, без давления):

- *Как тебе в школе?*
- *Какой предмет тебе нравится больше всего?*
- *Что происходит, когда учительница тебя спрашивает?*
- *Есть ли кто-то в классе, с кем ты дружишь?*
- *Что ты делаешь на переменах?*
- *Бывает, что тебе не хочется идти в школу? Почему?*
- *Что бы ты хотел, чтобы изменилось?*



Важно: с ребёнком не начинайте с проблемы. Начинайте с нейтрального. Дайте ему почувствовать, что Вы не будете давить и не будете осуждать.

Шаг 4. Ваша роль в этой ситуации

✓ Что входит в Вашу работу:

- ✓ выслушать маму и помочь ей отделить факты от интерпретаций;
- ✓ поговорить с мальчиком и понять, что происходит с ним;
- ✓ помочь мальчику назвать свои чувства и трудности;
- ✓ поработать с его молчанием на уроках, со страхом ошибиться, с неуверенностью;
- ✓ помочь маме увидеть ситуацию шире, чем «предвзятость учителя»;
- ✓ помочь маме выстроить конструктивный разговор с учителем, если это нужно;
- ✓ работать с его раздражением дома - что за ним стоит.

✗ Что не входит в Вашу работу:

- × оценивать, права ли мама насчёт учителя;
- × разбираться, справедливы ли оценки;
- × писать жалобы на учителя;
- × требовать от школы изменений;
- × разговаривать с учителем от имени мамы без её согласия;
- × ставить диагнозы мальчику или учителю.



Кого можно подключить:

- **Школьного психолога** - если конфликт с учителем серьёзный и нужно вмешательство внутри школы.
- **Классного руководителя** - чтобы понять, как мальчик ведёт себя в классе.
- **Социального работника школы** - если есть вопросы адаптации и интеграции.
- **Семейного консультанта** - если напряжение есть не только в школе, но и дома.

Шаг 5. Возможные направления работы

Первое, что Вы делаете, - снимаете с мамы груз готового объяснения. Не спорите с ней, но мягко показываете: *«Возможно, Вы правы. Но давайте посмотрим на всю картину, чтобы понять, что происходит с Вашим сыном»*.

Дальше Вы работаете с мальчиком. Его молчание, раздражение, уход в комнату - это не про учителя. Это про что-то внутри него. Возможно, страх, одиночество, ощущение «я здесь чужой». Ваша задача - дать ему пространство, где он сможет это назвать.

Параллельно Вы помогаете маме увидеть, что её тревога передаётся сыну. Чем сильнее она ищет виноватого, тем меньше у мальчика шансов открыться.

Если действительно есть проблема с учителем, Вы помогаете маме выстроить разговор с ним без обвинений. Это может быть полезно, но только после того, как Вы поймёте, что происходит с самим мальчиком.

Что важно помнить



«Учитель предвзят» - это не диагноз и не факт.

Это версия. Ваша работа - не подтвердить и не опровергнуть её, а увидеть, что стоит за ней. Почти всегда за такой жалобой стоит что-то большее, чем один конфликт.



Задание 1: Разговор с мамой

Напишите текст Вашего разговора с мамой.

Используйте структуру.

Шаг 1. Признать чувство мамы.

Не спорьте. Не говорите «учитель не может быть предвзят». Признайте, что ей тяжело и она хочет помочь сыну.

Шаг 2. Мягко отделить версию от фактов.

Не опровергайте её версию. Предложите посмотреть на конкретные моменты: что именно происходит, когда, при каких обстоятельствах.

Шаг 3. Задать вопросы о ребёнке.

Переведите фокус с учителя на сына. Что происходит с ним? Как он ведёт себя? Что он говорит? Что изменилось за последний год?

Шаг 4. Предложить гипотезу, не навязывая её.

Например: *«Иногда то, что выглядит как предвзятость, может быть связано с тем, что ребёнок сам закрылся, и учитель не знает, как к нему подойти».* Или: *«Может быть, он переживает что-то, что мешает ему участвовать в классе».*

Шаг 5. Предложить конкретные шаги.

Не *«поговорите с учителем»* (это она уже пробовала), а *«давайте сначала поймём, что происходит с Вашим сыном. А потом решим, что делать со школой».*

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Ситуация 2.

«Ребёнок не хочет идти в школу»

Описание ситуации

К Вам обращается папа девочки 8 лет. Она учится во 2 классе. Папа говорит: *«Каждое утро одно и то же. Она плачет, говорит, что у неё болит живот, что она не пойдёт. Мы уже не знаем, что делать. Педиатр говорит, что она здорова. Учительница говорит, что в школе она спокойная, ничего особенного. А дома - истерика каждое утро. Что это может быть?»*.

В разговоре выясняется: девочка пошла в первый класс в прошлом году. Первый год прошёл нормально. А в этом году начались проблемы. В классе появилась новая девочка, которая стала лидером. Старые подруги теперь дружат с ней. Ваша девочка часто остаётся одна. Дома она об этом не рассказывает. Мама думает, что это просто капризы.

Шаг 1. Что Вы видите сразу

Папа приходит с симптомом: *«Не хочет идти в школу»*. Но за этим симптомом стоит что-то конкретное.

Обратите внимание:

- проблемы начались во втором классе, а не сразу;
- утром - плач, боли в животе;
- педиатр говорит, что она здорова;
- в школе ведёт себя спокойно;
- в классе появилась новая девочка-лидер;
- подруги перешли к ней;
- девочка остаётся одна;
- дома о школе не рассказывает;
- мама считает это капризами.

Это картина не капризов, а одиночества и, возможно, начала социального исключения.

Шаг 2. Симптом и возможные причины

Симптом: утренний плач, боли в животе, отказ идти в школу.

Возможные причины:

- **Социальная ситуация в классе.** Появление новой девочки изменило расстановку сил. Ваша девочка потеряла подруг. Это для ребёнка 8 лет - огромная потеря.
- **Одиночество.** Она одна на переменах. Ей не с кем играть. Это может ощущаться как отвержение.
- **Телесные проявления.** Боль в животе - это не притворство. Психосоматика у детей работает именно так. Тело говорит то, что ребёнок не может сказать словами.
- **Нежелание говорить дома.** Она не рассказывает родителям. Почему? Возможно, боится, что не поймут. Возможно, стыдится. Возможно, не хватает слов.
- **Реакция родителей.** Мама считает это капризами. Возможно, девочка чувствует, что её не понимают, и закрывается ещё сильнее.
- **Что-то ещё.** Нужно проверить и другие возможные причины: отношения с учителем, страх перед конкретным уроком, что-то, что произошло и о чём она молчит.

Шаг 3. Вопросы, которые Вы задаёте

Папе:

- Когда именно начались эти утренние слёзы? Что происходило в тот период?
- Что она говорит, когда плачет? Какими словами объясняет?
- Что она рассказывает о классе? О девочках? О переменах?
- Есть ли у неё друзья? С кем она играет?
- Как она ведёт себя после школы? В выходные?
- Что она говорит, когда Вы спрашиваете о школе?
- Как давно она перестала рассказывать о школе?
- Что изменилось в семье за последнее время?
- Как мама реагирует на её слёзы?
- Пробовали ли Вы поговорить с учительницей о том, как она общается с детьми?

Девочке (мягко, через игру или рисунок):

- Как тебе в школе?
- С кем ты сидишь? С кем играешь на переменах?
- Что тебе нравится в школе? Что не нравится?
- Бывает, что тебе грустно в школе?
- Что происходит утром, когда надо идти в школу?
- Что бы ты хотела, чтобы изменилось?
- Если бы у тебя была волшебная палочка, что бы ты изменила?



Важно: с девочкой 8 лет не говорите прямо о проблеме. Используйте рисунки, игру, метафоры. Она может не суметь сказать словами, но сможет показать.

Шаг 4. Ваша роль в этой ситуации

✓ Что входит в Вашу работу:

- ✓ помочь папе и маме увидеть, что это не капризы, а сигнал;
- ✓ поговорить с девочкой и понять, что происходит;
- ✓ дать ей пространство, где она может рассказать о своей боли;
- ✓ помочь ей назвать чувства: грусть, одиночество, страх;
- ✓ поработать с её самооценкой и уверенностью;
- ✓ помочь родителям изменить реакцию: не давить, не обесценивать, а поддержать;
- ✓ помочь родителям поговорить с учительницей о ситуации в классе;
- ✓ поддержать девочку в поиске новых друзей или в налаживании старых отношений;
- ✓ работать с телесными проявлениями через снижение тревоги.

✗ Что не входит в Вашу работу:

- × ставить диагноз «психосоматика» - это работа врача;
- × лечить боли в животе;
- × заставлять девочку идти в школу;
- × разбираться с новой девочкой-лидером;
- × наказывать или стыдить девочку за слёзы;
- × решать конфликты в классе вместо учителя.



Кого можно подключить:

- **Учительницу** - чтобы понять, что происходит в классе, и попросить её обратить внимание на ситуацию.
- **Школьного психолога** - если ситуация в классе требует вмешательства.
- **Социального работника школы** - если нужно работать с классом в целом.
- **Педиатра** - чтобы исключить медицинские причины болей (уже подключён).
- **Детского психиатра** - если тревога усиливается и не поддаётся поддержке.

Шаг 5. Возможные направления работы

Первое - снять с родителей установку «это капризы». Объяснить им: то, что девочка не может сказать словами, говорит её тело. Плач и боль в животе - это не манипуляция. Это крик о помощи.

Дальше Вы работаете с девочкой. Ваша задача - дать ей безопасное пространство, где она сможет рассказать о том, что происходит. Возможно, через рисунок, через игру, через сказку. Постепенно она сможет назвать своё одиночество и боль.

Параллельно Вы помогаете родителям изменить утреннюю ситуацию. Не *«соберись, ты должна идти»*, а *«я вижу, что тебе тяжело. Давай подумаем вместе, что можно сделать»*. Это снижает тревогу и даёт девочке ощущение, что её понимают.

Если ситуация в классе действительно тяжёлая, Вы помогаете родителям обратиться к учительнице. Но важно: не с жалобой, а с просьбой о помощи. *«Наша дочь переживает, мы хотим понять, что происходит в классе, и вместе подумать, как ей помочь»*.

Если Вы видите, что девочка теряет вес, не спит, отказывается от еды, говорит о смерти - это сигнал, что ситуация выходит за Вашу компетенцию. Тогда Вы направляете к детскому психиатру.

Что важно помнить



Боль в животе у ребёнка - это не притворство и не капризы. Это язык тела. Ваша задача - не убрать симптом, а понять, что за ним стоит. За утренними слезами почти всегда стоит что-то реальное, что ребёнок не может выразить словами.



- Как Вы постройте разговор?
- Что будете спрашивать?
- Что не будете делать?
- Как создадите безопасное пространство?

[illegible]