ПРИЛОЖЕНИЕ

Кейсы под «Сэндвич 2.0»

Кейс №1. «Ошибка в контрольной по математике» (4 класс)

Ребенок: отличница Маша получила первую в жизни пятерку, сидит, готова расплакаться, сжалась в комок.

Психологическая картина: Гипервозбуждение (стыд, страх отвержения), фрустрация потребности в компетентности («я плохая, я не справляюсь»).

Реакция:

1. Садимся рядом, тихий голос: «Маша, я вижу, как ты расстроена. Для меня это сигнал, что тебе очень важны твои результаты. Это здорово – иметь такое отношение к учебе» (работа со связанностью – я на твоей стороне, даже когда ты плачешь; признание ценности ее чувств).

2. «Давай посмотрим на эту работу не как на приговор, а как на рентгеновский снимок. Он показывает не то, что ты «плохая», а то, где именно кость сломалась, чтобы мы могли ее вылечить. Смотри, вот здесь примеры на новое правило все верные (компетентность есть!), а ошибка пошла там, где нужно было вспомнить таблицу умножения за 2 класс. Это провал в памяти, а не провал в способностях» (снимаем стигму с ошибки, работаем с компетентностью через анализ).

3. «Значит, у нас есть план. Тебе нужно просто «подтянуть» таблицу. Как тебе будет удобнее: я дам тебе веселую таблицу-раскраску на перемене или ты сама повторишь с мамой? Я не сомневаюсь, что в следующей работе ты учтешь этот «рентгеновский снимок» (план, вера, поддержка. Возвращаем чувство контроля).

Кейс №2. «Грубость подростка на уроке» (8 класс)

Ситуация: Дима на замечание учителя огрызнулся: «Отстаньте, я устал, ничего не хочу делать».

Психологическая картина: фрустрация автономии (учитель навязывает действие, у Димы нет выбора), возможно, гиповозбуждение (усталость) или защитная реакция.

Реакция (после урока, индивидуально):

1. «Дима, я хочу поговорить о том, что случилось на уроке. Не для того, чтобы ругать. Я знаю тебя как человека, который умеет держать удар и который не позволяет себе просто так хамить. Значит, случилось что-то, что тебя выбило». (Признание ценности его личности и его самоконтроля, даем аванс доверия).

2. «Твоя реакция была резкой, и учителю (или мне) было неприятно. Но мне важнее понять, что стоит за этой резкостью. Ты сказал «я устал». Это правда? Или тебе было обидно, что тебя дергают, когда ты был занят своими мыслями? Давай назовем настоящую причину, потому что от этого зависит, как нам строить

отношения дальше» (конфронтация с заботой: мы не отрицаем факт грубости, но ищем причину, отделяем поведение от чувства).

3. «Я тебя услышала про усталость. Давай договоримся: если тебе совсем невмоготу, у нас есть правило – ты можешь взять «стоп-карту» (заранее обговоренный знак) и выйти на 5 минут в туалет умыться, вместо того чтобы взрываться. А если ты чувствуешь, что я или другой учитель нарушаем твои границы, мы можем научиться говорить об этом по-другому. Ты важен для этого класса, и я хочу, чтобы тебе здесь было не больно. Что скажешь?» (план на будущее, уважение к автономии, укрепление связанности).

Кейс №3. «Тихий мальчик, которого не слышно» (Теория потребностей + Связанность)

Ситуация: Витя, 6 класс. На уроках молчит, даже если знает. В итоге его перестали спрашивать. Он стал «пустым местом».

Психологическая картина: фрустрация потребности в связанности и компетентности (я никому не нужен, я невидимка).

Решение: Использовать «Коробку храбрости» (почта) и дать ему роль. Вите дали задание быть «хранителем времени» на групповой работе. Его задача – следить по часам и говорить, сколько осталось. В этой роли ему пришлось заговорить. Сначала формально, потом его мнение стало востребовано. Через месяц он уже тянул руку на уроке. Удовлетворение потребности в компетентности через новую, безопасную роль запустило механизм включения.

Кейс №4. «Конфликт на грани драки» (окно толерантности)

Ситуация: два мальчика в 7 классе сцепились в коридоре. Классный руководитель пытается их успокоить словами: «Успокойтесь сейчас же! Прекратите! Что вы как маленькие!»

Ошибка: ребята уже в гипервозбуждении, кора отключена. Слова и увещевания бесполезны, они воспринимаются как дополнительный шум и угроза.

Решение (с позиции психолога): нужно вернуть их в «окно». Сильное, спокойное физическое присутствие. Развести их, не читая нотаций. Дать каждому стакан холодной воды. Посадить. И только когда дыхание выровняется, начинать разбираться. Навык: видеть состояние, а не только поведение.

Кейс №5. «Класс против учителя» (теория привязанности)

Ситуация: молодой учитель пришел в 9 класс. Класс его «тестирует»: срывает уроки, игнорирует.

Глубинная причина: класс (как организм) проверяет нового «вожака» на надежность. Слабый лидер – угроза безопасности стаи.

Решение (стратегия): учителю нужно стать «надежной базой». Не через крик и власть (это усилит сопротивление), а через предсказуемость, твердость и уважение. Начать с ритуала «Круг». Показать, что он их видит, слышит, но правила едины для всех. Пройти эту «проверку» достойно – значит укрепить привязанность. Через месяц класс принимает его, потому что он доказал свою устойчивость.