

М. ГРИНДЕР

ИСПРАВЛЕНИЕ ШКОЛЬНОГО КОНВЕЙЕРА

НЬЮ - ЙОРК 1989 Г.

“По моему мнению, Майкл Гриндер изложил нечто экстраординарное в этой книге. Он прекрасно представил некоторые репрезентативные паттерны, смоделированные в НЛП - технологии, и существенно усовершенствовал их для конкретного контекста образования. Читателю представлены точные описания техник активного и пассивного наблюдений, классификация стилей научения учеников и техники адаптации учителя к ученику. Результат - не только улучшение успеваемости, но и улучшение взаимоотношений с учениками. Поэтому я с удовольствием рекомендую всем, кто хочет самосовершенствоваться, овладеть паттернами, представленными в этой книге. Оказывая в написании книги минимальную помощь, я получил огромное удовольствие, и надеюсь, что представленная в этой книге информация будет доступна для большей части читателей. - Прекрасно, брат Майкл. Я отдаю должное тому, что эти паттерны могут сделать в образовании моих детей, твоих и всех желающих учиться!”

Джон Гриндер.

ВВЕДЕНИЕ

Методы и техники, используемые без понимания лежащего в их основе способа организации учебного процесса, почти наверняка обречены на короткую жизнь, как любая причуда образования. Это дает возможность понять феномен, когда каждые 5-10 лет одни и те же методы и техники появляются под разными названиями. При поверхностном взгляде нейро-лингвистическое программирование может восприниматься как новое название старых вещей. Однако это не так. Есть все основания утверждать, что идеи и техники НЛП представляют собой точную модель ВОСПРИЯТИИ, ОПЫТА, СТРАТЕГИИ МЫШЛЕНИЯ.

В выборе названия НЛП сыграло роль то, что связь “мышление -тело” организуется через нейронную сеть и формируется внутри нее. “Нейро” означает также способ организации нашего опыта благодаря сенсорным каналам. А “лингвистическое” указывает на тот факт, что этот опыт кодируется мозгом (психикой) с помощью языка в словах. Буквально НЛП изучает “слова и нервы”. С проникновением НЛП в сферу образования наметилась тенденция использовать психотерапевтические шаблоны для обучения в работе с учащимися. Однако эти техники предполагали, как правило, стиль работы “один на один”, в отличие от класса с его 28-ю учениками. Вследствие этого возникла необходимость такой реорганизации техник НЛП, которая бы соответствовала групповым занятиям и специфике образования.

Мой опыт образования охватывает 17 лет стажа и все три образовательных уровня. Последние 5 лет я потратил на то, чтобы привести его в соответствие с НЛП. Для этого мы организовали большую группу учителей, наблюдали за работой друг друга, помогали советами и замечаниями, а если это было уместно, то и демонстрацией своих методов обучения. Побывав в 100 различных классах, я имел возможность наблюдать паттерны (установившиеся правила, шаблоны поведения - прим. перев.), приносящие успех учителя в классе или группе. Часть этих паттернов представлена в этой книге и является результатом продолжающихся исследований.

Поскольку читатель знает, что названия - это просто “полезные соглашения”, операционные определения реальности, давайте договоримся о названиях в этой книге. Например, термины “визуальный ученик”, “аудиальный ученик”, “кинестетический ученик” используются в книге так, как если бы на самом деле ученик мог быть описан только в этих категориях. Однако читатель никогда не найдет ученика, имеющего только одну модальность.

ГЛАВА 1. КУЛЬТУРА ОБРАЗОВАНИЯ.

Школа имеет свою собственную уникальную культуру, в рамках которой имеется несколько субкультур с собственными паттернами процесса обучения и невербальной коммуникации (невербальная - несловесная, то есть осуществляемая посредством жестов, мимики). Поскольку образовательные уровни школы естественно дифференцированы, каждый порождает собственные паттерны эффективных обучающих стилей. Уровни группируются в следующие категории:

начальные(третьи - четвертые) классы, подростки, старшие классы, специальное образование.

УЧЕНИКИ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ.

Как только детям исполняется 5 лет, они покидают детский сад и начинают свое путешествие по образовательному конвейеру. Они поступают в первый класс преимущественно как кинестетические создания. Учителя знают, что их подопечные воспринимают реальность, прикасаясь (на ощупь), обоняя (на запахах), на вкус, толкая, кидая и разбирая мир на части. Обычная практика начальной школы - "идти через" процедуры: большая часть времени тратится на кинестетическое обучение учеников.

УЧЕНИКИ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ.

Между третьим и четвертым классом способ обучения меняется с кинестетического на аудиальный. Учеников, не адаптировавшихся к такому переходу, убирают со "школьного конвейера" и отправляют в "коридор" (доучивание, переучивание, спецклассы...).

УЧЕНИКИ СТАРШИХ КЛАССОВ.

По мере продвижения к старшим классам стиль школьного конвейера снова меняется и определяется преимущественно как визуальный. Содержание становится более абстрактным, символическим, графическим. Неспособные перестроиться на визуальную форму обучения ученики выпадают из конвейера и попадают в коридор, собирающий преимущественно аудиалов и кинестетиков.

УЧЕНИКИ И УЧИТЕЛЯ ПОДРОСТКОВЫХ КЛАССОВ.

Эта образовательная структура самая сложная. Очень редко встречаешь учителя, который действительно хотел бы учить 12 – 15-летних. Человек с юмором усомнится в психическом здоровье людей, желающих учить "гормональный клуб Америки" - детей, чьи химические реакции проходят настолько быстро и непредсказуемо, что они чувствуют себя как бы живущими в другом теле.

Откуда же приходят учителя, обучающие эти "эмоциональные вулканы школьного конвейера"? Из двух других структур. Имеющие, опыт работы в начальных классах несут свою любовь, внимание... -все, что отражает их стиль обучения. Другие учителя ожидают вакансий в старших классах или в высшей школе.

Успешный учитель этого уровня знает, что его работа - самая сложная и эмоциональная. НЛП предоставляет учителям этого уровня помощь в самых необходимых областях: установление раппорта (особое состояние успешной коммуникации), управление стрессом, установление дисциплины. Учитель должен делать постоянный упор на заботу, разговаривая с учеником и даже просто слушая.

УЧИТЕЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ.

Учителя старших классов мотивируют себя в своей работе углублением знаний учеников и приходящей с этим мудростью. Фокус деятельности смещается на обучение, и учителя часто склонны воспроизводить профессорский стиль. Подготовка учителей старших классов наиболее академична. НЛП поможет этим учителям усилить сохранение содержания, определить целесообразные для учеников дополнительные курсы, глубже понять, как стили научения влияют на восприятие учеников.

КОНВЕЙЕР И КОРИДОР.

Как уже было замечено ранее, неуспевающие по программе конвейера отправляются в "коридор" со специальными программами и классами. Коридор - это место, где развивается отстающая модальность учащегося. Или: коридор ориентирован на процесс, а конвейер - на содержание.

Когда акцент делается на содержании, учитель должен использовать многосенсорные техники, чтобы каждый учащийся мог сам выбирать привычный для него процесс. Однако чаще всего конвейерный учитель обучает в одной модальности, и тогда коридорному учителю необходимо совершенно индивидуально подобрать нужный подход к каждому коридорному ученику. Способность определить подходящий стиль научения - основа успеха.

<p>КОНВЕЙЕР Фокус на классе как целом. Многосенсорное обучение. Ориентация на новое содержание. Успех основан на технике подачи</p>	<p>КОРИДОР Фокус на отдельном учащемся. Ориентация на новый процесс Первоначальное обучение каждого в его модальности. Успех основан на соответствии модальности восприятия и подачи информации.</p>
--	---

Какова связь между коридором конвейером в вашей школе? Как вы можете повлиять на нее?

ГЛАВА 2. МОДАЛЬНОСТИ. НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА СТИЛИ ОБУЧЕНИЯ.

В обычном классе из 30-ти учеников в среднем у 22-х достаточно развиты визуальные, аудиальные и кинестетические способности. На другом конце спектра находятся 2-3 ученика, испытывающие трудности обучения по причинам, не связанным с особенностями восприятия (психологическая ситуация дома и т.д.). Остальные 4-6 учащихся, так называемые “трансляторы” - это преимущественно визуалы (В), или аудиалы (А), или кинестетики (К). Опыт изучения таких “детей риска” показал, что большинство из “отсева” составляют кинестетики.

Некоторое время трансляторы работают достаточно функционально, но часть времени им необходимо прилагать значительные усилия. Предпочитая одну модальность, они очень слабы в других.

Любая информация, идущая через их нервную систему, должна предварительно транслироваться в ведущую единственную модальность памяти, понимания. Когда инструкция (информация) совпадает с их ведущей модальностью (репрезентативной системой), они справляются прекрасно и хорошо запоминают эту часть урока. Когда учитель переключается с ведущей модальности “транслятора” на другую, ученик вынужден транслировать информацию обратно в свою модальность. Такая трансляция требует временного отключения от реальности (ученик в это время не слышит учителя). В результате у ученика появляется серия пробелов в информации, что выявляется чаще всего при повторении и на контрольных работах.

Примеры: К-ученик легко выполняет практическую часть лабораторной работы, но он теряет, когда читает об этом в учебнике. Наоборот, В-ученик затрудняется в лабораторном эксперименте, в то время как чтение учебника дает ему полную картину эксперимента. А-ученик прекрасно работает, когда на уроке используется фонетический подход.

НАБЛЮДЕНИЕ СТИЛЕЙ ОБУЧЕНИЯ.

Когда мы учим, используя ВИДЕНИЕ, СЛЫШАНИЕ, ПРИКОСНОВЕНИЕ, класс в целом получает информацию по одному или нескольким каналам восприятия. Попробуйте с добровольного согласия коллег понаблюдать на их уроках, как это происходит. Опишите впечатления:

Какие сенсорные каналы предпочитались учителем? Использовались ли соответствующие предикаты? Какая категория учеников справлялась легко? испытывала затруднения?

Сколько учеников используют один, два, три сенсорных канала? Какие отличия вы заметили от вашего стиля обучения?

Заметили ли вы, как “трансляторы” теряют временами внимание на трансляцию?

Если вы затрудняетесь в проведении такого рода наблюдений, внимательно проработайте следующий раздел книги.

ИНДИКАТОРЫ.

Имеются внешние индикаторы (признаки), указывающие, какую часть мозга (сенсорную систему) - аудиальную, визуальную, кинестетическую - использует ученик. Они приведены ниже в таблице.

Нейрологические индикаторы .

Глаза	Движения внутренних процессов (голос)	Скорость процесса	Локализация	Предикаты
		Визуальный		
(^	Неподвижный	Самая быстрая	Вокруг глаз: мигание, прищуривание нахмуренные брови	смотреть, видеть, наблюдать ясный картина
		Кинестетический		
^	Множество движений	Самая медленная	Изменения и движения от шеи и ниже	схватывать чувствовать трогать прилежаться
		Аудиальный		
00		Ритм метронома	Движения и изменения вокруг рта, ушей; звуки “а”, “гм	слушать ритм подобные речи звуки ”

ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ИНДИКАТОРЫ (по Свассинг)

Визуальные	Аудиальные	Кинестетические
Организован	Разговаривает сам с собой	Отвечает на физическое вознаграждение

Опрятный и дисциплинированный	Легко отвлекается	Стоит близко, касается людей
Наблюдателен	Шевелит губами, проговаривает слова при чтении	Ориентирован физически
Спокойный (не шумный)	Легко повторяет услышанное	Обилие движений
Ориентирован на внешний вид	Более предпочитает счет и письмо	Богатые физические реакции
Более осмотрительный	Легко осваивает языки 1	Раннее физическое развитие
Хороший рассказчик! Запоминает картины С трудом запоминает словесные инструкции	< Говорит ритмическими Обучается, слушая Любит музыку и	Обучается, делая. Запоминает, гуляя При чтении водит пальцами
Меньше отвлекается на шум	Может имитировать тон, высоту голоса	Много жестикулирует
Помнит то, что видел	Помнит то, что обсуждал	Помнит общее впечатление
Испытывает замешательство, читая слова, которые раньше не видел	Самый разговорчивый! любит дискуссии, рассказывает всю слс последовательность	и. Лаконичен, тактичен, использует активные зва, движения
При разговоре подбородок вверх, голос высокий	Внимание к интонации голоса	и Подбородок вниз, голос ниже
В чтении силен, успешен, скор	Хорошо читает новые слова	Любит книги, ориентированные на
Живая, образная Сильный интуитор, фантазия	Слышит звуки, голоса	1 слаб в деталях

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ МОДАЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ. (ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА)

Пользуясь приведенными выше таблицами, сделайте описание трех учеников разных модальностей: преимущественно визуального, преимущественно кинестетика, преимущественно аудиального. Это могут быть ученики вашего класса или класса вашего коллеги.

Примеры: Визуальная ученица. Инициалы М.И. Всегда смотрит вверх, когда я говорю, будто видит то, что я рассказываю. Когда я читаю учебник, М.И. всегда читает сама, не полагаясь на мое чтение. Ее тетрадь по английскому языку - самая аккуратная во всем классе. Каждая часть пронумерована и отделена. Придает большое значение своему внешнему виду и порядку на парте. В рабочих таблицах отмечает то, что важно ей. Всегда пропускает одно - два сложных слова на диктанте.

Аудиальный ученик. Инициалы И.С. Когда И.С. читает текст, он приговаривает, пришептывает про себя. Гораздо чаще отвлекается, чем его более способные визуальные соседи. И.С. - прекрасный имитатор. Он способен повторить все слово в слово (даже когда он, казалось бы, не слушал). У него затруднения с вычислениями, поскольку при этом требуется удерживать отдельные числа в уме. Он часто садится в классе на последнюю парту в углу класса, если ему предстоит серьезная работа, так как он легко отвлекается даже на шепот. В письменных работах его слог и пунктуация страдают. Он расскажет свое сочинение лучше, чем напишет.

Кинестетический ученик. Инициалы К.П. Он обычно вскакивает, чтобы по моей просьбе раздать детям ручки. Когда я хожу по классу, помогая ученикам, К.П. никогда не поднимет руку, а ждет моего приближения и старается дотянуться до меня, схватить за запястье, рубашку. Когда я читаю инструкции, он смотрит в книгу и водит пальцем по строчкам. Этот ребенок не может выучить грамматическое правило, пока я не придумаю для него "игру", где он может участвовать вместе с товарищами и изображать связь между словами, частями речи. Он постоянно тянется к тому, что перед ним, над головой, над партой. Прикасается к другим детям. Если ему повезет и его сосед окажется также кинестетиком, то у них будет минимум две потасовки за урок.

ДИАГНОСТИКА АКТИВНОСТИ "ВХОД-ВЫХОД" (ПО СВАССИНТ И БАРБ)

Существует много учебных ситуаций, где недостаточна ранее рассмотренная модель модальностей стилей научения. Особенно это касается анализа работы детей с ярлыком "неспособные". Для них необходимо учитывать различие модальностей в системе "вход-выход" или "вход - память - выход".

Цель этого подхода - определить различие в легкости запоминания и восстановления информации в разных модальностях. Имеется 9 возможных комбинаций системы "вход-выход". У ученика имеются комбинации, которые значительно сильнее/слабее других. (Никакое сравнение интеллектов учащихся здесь не подразумевается).

Большинство диагностических тестов основывается на визуальном выходе информации (вы знаете подобные тесты: "Выберите соответствующую фигуру, нарисованную ..."). Поэтому то, что обычно расценивается в таких упражнениях как слабость, является в действительности неподготовленностью

визуального выхода. ^

Потренируйтесь в диагностике модальностей “входа-выхода” со своими коллегами по приведенной ниже инструкции.

Модальностью “входа” будем называть сенсорный канал, по которому поступает информация. Модальность “выхода” - сенсорный канал, по которому демонстрируется запоминание (понимание) данной информации. Пример: В/вход - А/выход.

Инструкция:

1. Вместе с партнером выберите предметы, которые легко определяются как визуально, так и кинестетически (например: монетки, скрепки, пуговицы ... каждого по два).

2. Разделите этот набор на две одинаковые части. Сядьте за стол лицом друг к Другу, поставьте на стол ширму-перегородку (например, большую книгу).

3. Положите любые 4 предмета перед ширмой. Убрав на непродолжительное время ширму/перегородку, покажите партнеру свой набор предметов и попросите запомнить их. После этого закройте ширмой свои предметы и попросите партнера сложить (из своего набора) те же предметы в том же порядке. Когда партнер закончит, уберите перегородку и проверьте качество работы. Вы таким образом имитировали ситуацию В/вход -К/выход.

Понаблюдайте ключи, указывающие на репрезентативную систему, которую использует партнер во время запоминания информации. Если он справляется слишком легко и вы не успеваете заметить их, усложните ситуацию, увеличив количество предметов или уменьшив время, в течение которого предметы можно видеть.

4. Повторите шаг 3, имитируя А/вход - А выход, то есть расскажите партнеру последовательность предметов перед ширмой и попросите его рассказать об этой последовательности.

5. Теперь имитируйте ситуацию В/вход - А/выход (он смотрит, затем говорит.)

6. А/вход - К/выход (он слушает вас, затем сам складывает).

7. К/вход - А/выход (он ощупывает, затем рассказывает).

8. Наконец, К/вход - К/выход (он ощупывает, не глядя, затем сам складывает).

Проанализируйте полученные результаты. Помните, что цель этого упражнения - определить одну или несколько самых сильных комбинаций, или самую слабую.

Мы только что работали с партнером один на один. А как происходит трансляция от входа к выходу в целом классе, когда они занимаются в одной модальности, а вынуждены демонстрировать запоминание в другой? Большинство учеников могут воспринимать информацию в одном канале (аудиально - слушая то, что говорит учитель) и демонстрировать полученную информацию в другом (визуально и кинестетически - записывая).

Понаблюдайте сами на уроках в течение недели и запишите три примера отличающихся модальностей входа-выхода. Кто из учащихся испытывает затруднения? Сравните с этой точки зрения “успевающих и “неуспевающих” учеников.

СТИЛИ ОБУЧЕНИЯ.

Чем более мы осознаем наши стили обучения, тем “глубже мы понимаем качество или уровень своей эффективности в работе с учениками. Конечно, желательно учить многосенсорно. Однако бывают случаи, когда мы используем свой предпочитаемый стиль. Зная точно стиль преподавания, можно правильнее заметить, какие ученики из класса испытывают затруднения, и сделать соответствующие поправки. Цель этого раздела - помочь вам заметить мельчайшие намеки на учительский стиль. Ниже приведена сводная таблица описаний внешних и функциональных признаков стиля обучения учителя. Однако в ней нет замечаний о внешнем виде учителя-аудиала. Поскольку такие учителя в школе малочисленны, у автора было мало возможностей наблюдать их. Вероятно, их стиль обучения представляет собой смесь аудиальных и кинестетических характеристик.

ВНЕШНИЕ ПРИЗНАКИ

	ВИЗУАЛЬНЫЙ	КИНЕСТЕТИЧЕСКИЙ
Комната (кабинет) Внешний вид	Опрятная, колоритная. Выглядит опрятно.	Масса материалов, несколько рабочих мест,
Рабочее место	Организовано, упорядочено в соответствии с размером, цветом, вещи расположены в вертикальном порядке	все организовано функционально Любит демонстрировать работы учеников, оставляет таблицы, вещи
Таблицы	Периодически меняют	1 на стендах долго после окончания работы с ними
Одежда	Аккуратно подобран цвет, приоритетен внешний вид.	Удобна, предполагает комфорт, а не внешний

ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИНСТРУКЦИИ (ИНФОРМАЦИИ)

ВИЗУАЛЬНЫЙ	КИНЕСТЕТИЧЕСКИЙ	АУДИАЛЬНЫЙ
------------	-----------------	------------

<p>Говорит быстро, использует визуальные указатели (поверх головы, доска). Хочет охватывать большой объем содержания, придает цельность форме. Не теряет обратной реальной связи в языке учеников.</p>	<p>Говорит медленно. Использует манипуляции (передает, берет). Вовлекает учеников в проекты, игры, сценарии. Придает больше важности содержанию. В оценке учеников ориентируется на то, что они умеют делать. Дает ученикам сов-</p>	<p>Говорит ритмично. Любит дискуссии в классе. Учитель или ученик читают на уроке. Склонен повторять комментарии учеников. Любит поучения, начинающиеся со слов "Сколько раз ...". Отвлекается от темы</p>
	<p>местную работу в группах, использует массу демонстраций.</p>	<p>Урока. Комментирует словами "хорошо", "гм".</p>

Используя характеристики из этих таблиц, выявите в школе трех учителей, демонстрирующих предпочтение одной модальности. Чаще всего учителя проявляют визуальную и кинестетическую модальность одновременно с преобладанием одной из них.

ОБУЧЕНИЕ И ПЕРЕОБУЧЕНИЕ.

Обучая, мы претендуем на многосенсорное представление информации. Такой подход будет воздействовать на большую часть учеников и позволит им получать информацию, выбрав свой ВХОДНОЙ канал. Кроме того, многосенсорное обучение подкрепляет запоминание, ибо чем больше информационных каналов, тем лучше живая память. Естественно, многосенсорное обучение усиливает дополнительные сенсорные каналы учеников.

Закончив обучение и оставшись перед доской/кафедрой для индивидуальной помощи ученикам, мы переходим к переобучению. Прикладные исследования показывают, что 65 % времени переобучения тратится на 4-6 детей "трансляторов", не располагающих достаточной многосенсорностью, чтобы научиться в процессе нашего ОБУЧЕНИЯ. Им необходима информация, представленная в ИХ входном канале.

Очень полезно потренироваться в переобучении со своими коллегами. Предположим, что мы работаем с тремя учениками: первый - только визуальный, второй - только аудиальный, третий - только кинестетик. "Раздайте" своим коллегам роли В, А и К учеников. Подберите известную вам информацию, и "переобучайте" их в течение двух-трех минут.

1. Попробуйте представить эту информацию визуальному ученику, используя слова, описывающие цвет, размер, форму, местоположение с характерной для их стиля скоростью. Убедитесь, что когда вы стоите перед ним, ваше тело неподвижно. Выделяйте цветом различные пункты или аспекты содержания. Запишите ваши действия.

2. Попробуйте представить ту же самую информацию аудиальному ученику, используя вариации голоса (громкость, паузы, высоту) и предикаты. Отражайте телом ритм метронома (особенно головой) со скоростью, характерной для этого стиля. Запишите все ваши действия.

3. Попробуйте представить этот материал кинестетику, используя место, предикаты, жесты, прикосновения и типичную для них скорость. Помните, что кинестетики обучаются посредством мышечной памяти. Проведите их через содержание снова и снова. Чем больше преувеличение, тем это лучше для их запоминания. Позвольте им играть роль различных частей из вашей информации. Все запишите.."

ПЕРЕОБУЧЕНИЕ В ПРАКТИКЕ.

Сделав предварительно подготовку с коллегами (см. выше), используйте далее навыки - в классе с учениками, имеющими одну модальность. В действительности, вероятно, у переобучаемых вами учеников окажется более одного открытого канала. Запишите ваши действия и наблюдайте эффект.

Помните, что переобучение - очень полезный процесс и для вас, так как усилит "блеск" вашего следующего выступления (урока), когда вы будете преподносить эту информацию.

ГЛАВА 3. ГЕМИСФЕРОЛОГИЯ. V ПОЛУШАРНАЯ МОДЕЛЬ.

Между моделью (а НЛП - это модель человеческого опыта и мышления) и реальностью всегда существуют пробелы. Чем большим числом моделей располагает человек, тем он более опытен, тем более уместную модель он может подобрать для конкретного случая.

Мой опыт подтверждает, что нейрологические индикаторы НЛП и поведенческие индикаторы по Свассинг и Барб хорошо коррелируют с опытом, но есть и исключения. Например: ученик X может определяться как "визуальный" по НЛП-нейрологическим глазным ключам и "кинестетиком" по поведенческим признакам Свассинг и Барб.

Рассмотрим еще одну модель. Она возникла на основе успехов гемисферологии - области медицины, изучающей функции каждого полушария мозга. Во время операции на мозге было впервые сделано открытие, что кинестетические навыки локализованы в правом полушарии. С тех пор список навыков и способностей полушарий серьезно изучался и значительно расширен. Модель, основанную на гемисферологии, называют полушарной моделью. Наглядно основные принципы полушарной модели приведены в следующих таблицах.

ОБЛАСТИ СОЗНАНИЯ

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ	"ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ
логическое последовательное линейное, символическое " основано на реальности вербальное временное дискретное	интуитивное хаотическое абстрактное холистическое ориентировано на фантазии невербальное вневременное аналоговое

НАВЫКИ, СВЯЗАННЫЕ С ПОЛУШАРНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИЕЙ

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ	ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ
письмо символы язык чтение фонетика расположение деталей разговор и декламрование, Аудиальные ассоциации	случайное осознание пространственные связи формы и паттерны математические вычисления цветовая чувствительность пение, музыка артистичность, чувства и эмоции

КОРРЕЛЯЦИЯ МЕЖДУ ПОЛУШАРНОЙ МОДЕЛЬЮ И НЛП

ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ	ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ
Аудиальное левовизуальное	кинестетическое правовизуальное

Анализ приведенной модели показывает, что основной образовательный поток (конвейер) - это "окультуривание" учеников преимущественно к левополушарным навыкам. Видно также, что "коридорные" ученики - преимущественно правополушарные.

Учитель, натренированный в определении нейрологических признаков, сможет легко узнать визуальную способность учащегося. Вопрос - в определении правовизуального или левовизуального предпочтения. Поскольку нейрологические глазные ключи у них одинаковы, с целью различения нужно добавить поведенческие индикаторы (признаки). Если ученик демонстрирует визуальные нейрологические глазные признаки и кинестетические поведенческие, он преимущественно ПРАВОПОЛУШАРНОГО типа. Если ученик демонстрирует визуальные нейрологические и поведенческие признаки, он ЛЕВОВИЗУАЛЬНОГО ПОЛУШАРНОГО типа.

В нейролог. индик. + В поведенч. индик. = Левое полушарие

В нейролог. индик. + К поведенч. индик. = Правое полушарие "

Различия между двумя полушарными типами демонстрируются в следующем примере.

Два ребенка, Джаннёт и Фред, были определены учительницей как нуждающиеся в переобучении. Когда мы вошли в класс, Фред сразу же заметил нас и продолжал наблюдать за нами (отвлекаемость - высоко-правополушарный, визуально-кинестетический). Джаннёт тоже заметила нас, но вернула свое внимание к учительнице (ориентирована на реальность - левовизуальна).

Мы были в классе около 15 минут, и Фред постоянно двигался, ко всему прикасаясь и шумя (саморазвлечение, правое полушарие). Джаннёт, напротив, выказывала огромную сосредоточенность на учительнице (левое полушарие), но ее лоб наморщился, когда учительница стала быстро говорить о задании на самостоятельную работу. Левовизуальный ученик нуждается в ясных, конкретных, письменных инструкциях.

Учительница ходила по классу, помогая ученикам. Когда она подошла к Фреду, чтобы спросить его, знает ли он, что надо сделать, Фред ответил: "Нет". Учительница взглянула на него и прикоснулась к

плечу, повторяя инструкцию. (Правое полушарие отвечает гораздо лучше на межличностные отношения, чем на авторитарные, и прикосновение к плечу существенно подкрепляет получение информации).

Часть работы включала собственные примеры учеников по изучаемому вопросу. Фреду нравилась эта часть (правовизуалы любят самостоятельный выбор). А Джаннёт именно в этой части обращалась за помощью к учительнице (левовизуалы имеют неоспоримое преимущество в воспроизведении фактической информации и чувствуют дискомфорт, если нужно что-то придумать).

ЧТЕНИЕ

Последними исследованиями достоверно установлено, что чтение задействует оба полушария мозга: левое кодирует печатные символы, называемые языком, а правое находит значение декодируемому. Визуальные правые и визуальные левые ученики читают по-разному. Левовизуалы оценивают и читают слова, "атакуя" их. Для этих учащихся идеален фонетический/дискретный подход, они обучаются от части к целому. Правовизуалы, напротив, обучаются от целого к части.

Правополушарный метод чтения использует ключи контекста. Но основные методы учителей в научении чтению рутинно используют только левополушарный подход. Таким образом, не удивительно, что отстающими учениками в чтении оказываются правополушарные.

Примеры: Мисс Петти Пар использует в своем классе на уроке чтения смесь левовизуального и правовизуального подходов. Начиная изучать на уроке три новых слова, она заготавливает таблички, где эти слова написаны и нарисованы. Кроме того, когда она переходит к предложению с новыми словами, она разрешает более кинестетичным, правовизуальным ученикам сначала читать "прочерк" на месте нового слова, пытаясь понять контекст (смысл) предложения.

Мистер Сэм Снейл в третьем классе, когда учит детей новому слову "урожай", надевает на шею красный платок, на голову соломенную шляпу, кричит детям: "Несите мне сено!". Потом берет у них из рук это "сено", складывает на стол, говорит, что это будет амбар для хранения урожая и т.д. Сэм каждый год требует от директора больших ассигнований на экскурсии с учениками, на прокат автомобиля, чтобы дети испытали реальность раньше, чем прочитали о ней.

Однажды меня попросили понаблюдать "загадочного" Эрика. Как только я вошел в класс, я увидел его парту, выдвинутую далеко от парт его товарищей. Эрик что-то бормотал про себя, пытаясь использовать колпачок от ручки как плевательную ракетную установку. Его глаза никогда не останавливались на учителе, он не работал в классе. Если Эрика окликали, он часто знал ответ, но иногда вообще не слышал, что его спрашивают. Я сразу спросил у сопровождающего меня директора, как Эрик читает. Читал он выше среднего. Я уже знал к тому времени, что если ученик выказывает правовизуальное предпочтение и при этом хорошо читает (развиты левополушарные способности), перед нами задатки гения или, по крайней мере, талантливый и одаренный ученик (ТиО). Индивидуальное поведение таких детей может резко отличаться от средних учеников. Например, стандартное требование к ученикам - смотреть на лектора - им не подходит. Поскольку ТиО чаще всего многосенсорны, для них оскорбительно использовать визуальные навыки при слушании. Они предпочитают использовать один сенсорный канал, чтобы остальные использовать в другом, что обычно и происходит, когда нужно выполнить упражнение из учебника. Вернемся к Эрику. Как оказалось, отметки Эрика ниже, чем у товарищей в течение недели, но выше к концу недели. То же самое для квартальных и годовых отметок. Эрик настолько умен, что сохраняет все представленные учителем части информации (левополушарный подход), не обращая на них внимания, пока не получит к концу этапа обучения целое (правополушарный подход). Несомненно, это "гений".

МАТЕМАТИКА.

Подобно чтению, математика - одна из лучших областей для демонстрации различия в обучении правополушарного и левополушарного мозга. Когда классу предоставляется выбор возможных ответов, та правополушарные ученики, склонные к догадкам, имеют больше шансов. Полагаясь на интуицию, они часто находят правильный вариант. А доказательства может дать только "левый" мозг. Примеры этого имеются на всех образовательных уровнях. Младшие проверяют вычитание сложением двух меньших чисел. Ученики старших классов могут проверять ответ, помещая его в уравнение. Интересно, что левополушарные ученики действительно любят проверки своих работ, в то время как половина правополушарных находят, что это не интересно, и их нужно заставлять это делать.

Другой впечатляющий пример из математики - различие между пониманием алгебры и геометрии. Благодаря пространственной природе геометрии многие правополушарные ученики, считающиеся слабыми, будут блистать в сравнении с их левополушарными товарищами. Напротив, алгебра требует логически последовательного мышления, что является преимуществом левого полушария.

ТЕСТЫ.

Нужно отметить, что большая часть тестов ориентирована на правовизуальную способность. Тестируемому предлагается конфигурация в левом поле и предлагается три выбора в правом, один из которых соответствует левой конфигурации. По мнению автора, обычная школьная подготовка левовизуальна настолько левовизуальна, что корреляция между продемонстрированной в тестах правовизуальной способностью и успеваемостью в школе может быть очень слабой.

ВЫЯВЛЕНИЕ ЛЕВОВИЗУАЛЬНЫХ И ПРАВОВИЗУАЛЬНЫХ УЧЕНИКОВ.

ЛЕВОПОЛУШАРНЫЙ УЧЕНИК	ПРАВООПЛУШАРНЫЙ УЧЕНИК.
Видит символы (буквы, слова). Оценки выше тройки. Выказывает визуальные НЛП “ • индикаторы и визуальные поведенческие индикаторы. Необходимы ясные письменные инструкции. Повторяет фактическую информацию. Дискомфорт с незавершенными творческими инструкциями. Любит проверять работу. Любит информацию в письменной форме. Фокусирован внутренне. Анализирует от части к целому. Переживает реальность после чтения о ней. о ней. Любит смотреть фильм после чтения книги.	Видит конкретные объекты и рискует отставать в чтении. Выказывает визуальные НЛП индикаторы и кинестетические поведенческие индикаторы. Отвлекаемость, способность, к саморазвлечению. Отвечает на личностные отношения, а не авторитарные. Любит самостоятельный выбор. Использует интуицию. Не любит проверять работу. Любит информацию^ в виде графиков, карт, демонстраций. Фокусирован на внешнее. Анализирует от целого к части. Переживает реальность до чтения Любит смотреть фильм до чтения книги.

При наблюдении учеников в школе неподвижность их тел указывает на способность к внутренней фокусировке. Чем дольше, продолжительнее пристальный взгляд или фиксированная поза, тем более развита способность к концентрации. (Внутреннее включает и “грезы наяву” с пристальным взглядом).

Используйте всю эту информацию для наблюдения и анализа особенностей поведения и научения учеников. Попрактикуйтесь с разрешения учителя в незнакомом классе. Запишите свои наблюдения.

ГЛАВА 4. КОММУНИКАЦИЯ С УВАЖЕНИЕМ.

Представление о ВИЗУАЛЬНОМ, АУДИАЛЬНОМ, КИНЕСТЕТИЧЕСКОМ, правом/левом мозге - все это подобно инструментам на верстаке. Их функциональная полезность зависит от мастера.

Одна из задач НЛП - персонализировать наш подход к каждому ученику, вот почему эта глава начинается замечаниями о различных тонкостях, особенностях использования некрологических индикаторов.

СЕЙЧАС ДОСТУПНАЯ И СЕЙЧАС НЕДОСТУПНАЯ ИНФОРМАЦИЯ.

Чтобы использовать в процессе разговора (коммуникации) некрологические индикаторы как основу для определения модальности человека, необходимо учитывать, что информация, о которой мы спрашиваем, может быть "СЕЙЧАС ДОСТУПНОЙ" и "СЕЙЧАС НЕДОСТУПНОЙ". Доступная информация не требует ПОИСКА в момент ответа или поиск будет незначительным, соответственно нейрологические индикаторы могут отсутствовать. Недоступная сейчас информация требует поиска и позволяет наблюдать нейрологические индикаторы.

РАЗДЕЛЕНИЕ КУЛЬТУРАЛЬНЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРИЗНАКОВ.

Люди демонстрируют поведение, являющееся комбинацией как индивидуальных предпочтений, так и культуральных привычек. Культура рассматривается здесь в широком смысле, это характеристика человека как члена группы, действующей определенным образом. Без разделения этих двух элементов мы рискуем неправильно прочесть предпочитаемую модальность. Например, человек может быстро говорить, потому что он приехал с Восточного побережья, а другой говорит медленно, потому что приехал с Южного. В этом случае скорость речи - культурный индикатор и не определяет модальности. (Культурной группой может быть и семья).

Понаблюдайте двух людей из одной культурной группы, опишите общее поведение, свойственное культуре. Заметьте, как каждый из них проявляет общее и отличное поведение. Например, итальянцы обычно близко стоят друг к другу, но стоящий ближе - более кинестетичен, чем другие. Данный пример предотвратит подгонку людей под определенные модальности, и, напротив, стимулирует сравнивать их с другими. Фраза "более кинестетик" гораздо более полезна, чем "кинестетик", особенно в таких межличностных отношениях, как супружеские. Опишите поведение наблюдаемых вами людей с этой точки зрения.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ ПО АУДИАЛАМ.

Согласно исследованиям Свассинг и Барб, только 22% учеников средней школы предпочитают получение информации по аудиальному сенсорному каналу. Несмотря на возрастание лекционного характера обучения в школе, количество людей, предпочитающих аудиальную модальность, не увеличивается.

С другой стороны, подростковое население городов в основном -аудиально-кинестетическое. (Музыка, выражение, сопровождающее рукопожатие - "дай пять" - символизирует аудиальную и кинестетическую культуру.) Как культурная группа, подростки находятся в аудиальной форме развития. Интересно, что у учеников в школе входной аудиальный канал отстает от аудиального выхода. Другими словами, они не могут вспомнить, что говорил учитель, но сами всячески стремятся рассказывать.

Чтобы использовать (успешно учитывать) природу подростков, нужна особая гибкость. Этот возраст менее всего склонен к взаимодействию со взрослыми. До 15% не считаются с условиями дисциплины, они не мотивированы ни вознаграждениями, ни наказаниями. С такими учениками нужно устанавливать контакт один на один.

Обратите внимание, что в мире взрослых - аудиальных людей меньшинство. На всевозможных встречах люди обычно открывают бумажники и показывают фотографии семьи. Поскольку визуальная модальность у меня не является предпочтительной, я могу гораздо лучше осознавать звуки, чем другие визуально ориентированные люди. Когда на вечеринке мой друг показывает фотографию внука с собакой, я со смехом включаю магнитофон: "Не хочешь ли послушать мою дочь?" или: "Это наша Драмми лает на грузовик".

Чаще всего учительский штат из 20 и более человек включает одного аудиала, с которым опасно вступать в спор. Помните, что для него не существует риторических вопросов. Спрашивая из вежливости аудиального-человека, как он провел выходные, вы рискуете потерять 10 минут, а если это был трехдневный праздник, то вы можете слушать 15 минут. •

СТРАТЕГИЯ ИЗВЛЕЧЕНИЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МОДАЛЬНОСТЕЙ.

Следующий подход известен как "стратегия извлечения" - и полезен, когда при работе с учениками, родителями, коллегами, инструкторами вам необходимо знать, в какой последовательности (с точки зрения использования модальностей) представить информацию.

1. Установить в процессе предварительного разговора раппорт с собеседником ("присоединение" к его внутренней организации, состоянию) путем правильного отображения:

- отражать 100 % тона, высоты, скорости голоса другого человека, если вы члены одной культуры;
- отражать на 75 % выражение его лица;
- отражать на 50 % движения и положения тела;

- отражать 100 % жестов;

"••• Цель раппорта в том, что чем лучше раппорт, тем более ресурсным становится состояние другого человека. Чем более оно ресурсное, тем больше у них доступ к сенсорным системам, и соответственно - большее оживление индикаторов. В результате раппорта вы сможете определить индикаторы, а люди смогут более успешно развивать свои мозги.

Начинайте с общих вводных предложений: "Босс, прекрасно, что вы заглянули ко мне во время подготовки, чтобы обсудить идею о том, как ..." " или что-то другое. Предложите вопрос с "недоступной" информацией. Пауза перед началом ответа будет включать один или несколько нейрологических индикаторов. Последовательность их проявления указывает на действительную последовательность извлечения информации. Например, начальник смотрит вверх, а затем произносит: "Гм, так". Эта последовательность - визуально-аудиальная. Напротив, человек,двигающийся и раздумывающий перед началом разговора, выказывает кинестетически-визуальную последовательность.

Уже имея представление о последовательности репрезентаций человека, сделайте утверждение, включающее предикаты аналогичных модальностей и в аналогичной последовательности. Например: "Если я вас правильно понял, лучший способ обсуждения данной идеи в том, что вы представите мне картину (В) и Затем мы обсудим ее (А)". Цель такого утверждения - увидеть, насколько точно ваше определение процесса (последовательности модальностей). Точность определяется конгруэнтностью ответа человека сразу после вашего предложения. (Конгруэнтность - соответствие внутреннего и внешнего состояний человека). Например, увеличение наклона головы и спокойное дыхание указывают на конгруэнтное согласие; сдерживание дыхания или сморщивание лба укажут на недостаток вашей точности в определении последовательности модальностей.

ДЕТИ РИСКА.

Исследования по образованию показывают, что мы тратим почти половину времени на базовые навыки. Ясно, что выход не в том, чтобы не работать, а в том, чтобы работать эффективнее. Показатель будет только увеличиваться, если система поощрения и поддержки станет более чувствительной к "детям риска". "Дети риска" - это ярлык, прикрывающий детей двух групп: тех, кто квалифицируется по психологическим причинам, и тех, кто квалифицируется в связи с трудностями научения, соответствующими преимущественно визуальной модальности, правополушарному мышлению. Сложности с "детьми риска" можно существенно облегчить.

О важности визуализации и необходимости индивидуального переобучения мы уже говорили. Кроме того, надо обратить внимание на:

1) специальное обучение правого полушария, 2) использование невербальной коммуникации и установление раппорта для успешного научения и дисциплинирования.

Раппорт можно определить как присоединение человека к миру другого. Учителя старших классов - наиболее левополушарные из всех уровней школьного конвейера, но в работе с правополушарными учениками нам нужно войти в их правополушарный мир (присоединиться). Затем учитель может использовать установленный раппорт, чтобы повести ученика в высокоструктурированную, последовательную и логическую левополушарную атмосферу школы.

Оставшаяся часть главы посвящена тому, как глубже понять правополушарных учеников и развить свою гибкость посредством раппорта и сенситивности (чувствительности).

ВЕРБАЛЬНЫЙ И НЕВЕРБАЛЬНЫЙ РАППОРТ С ТРУДНОУПРАВЛЯЕМЫМИ УЧЕНИКАМИ.

1. Выявите учеников более или менее неуправляемых стандартной системой дисциплины (обычно это правополушарные ученики).

2. Опишите поведение учеников этой категории.

3. Действуя в неавторитарной ситуации (в холле, во время отдыха), найдите 2-3 позитивные темы, интересные для учеников. Запишите их.

4. В ситуации обучения и переобучения "приправьте" свою речь словами, фразами из интересных для учеников областей, чтобы сохранить их внимание. Выпишите примеры, как вы это сделали.

5. Запишите, возматало ли внимание учеников.

Поскольку невербальный уровень наиболее эффективен, проиллюстрируем как вербальное, так и невербальное присоединение. Качественное присоединение характеризуется тем, что ученик не осознает, что вы отражаете его психологию и поведение.

Выберите трудноуправляемого ученика и проведите присоединение:

1. Найдите интересную для него тему.

2. Определите модальности и их последовательность при обсуждении интересующей его темы. (За помощью вернитесь назад к "Стратегии извлечения".)

3. Отклонитесь от интервьюирования и поболтайте, используя аналогичную последовательность модальностей. (Наблюдайте нейрологические индикаторы.) Запишите использованные вами предложения.

4. Убедитесь, что вы постепенно и качественно отражали тело другого человека. Запишите, какие аспекты невербального поведения вы отражали.

5. Опишите развитие раппорта.

ПОЗИТИВНОЕ ПОДКРЕПЛЕНИЕ.

Позитивное подкрепление (поощрение, так называемое "поглаживание") часто дает лучший эффект в дисциплинировании, чем негативное подкрепление (выговор). Например, учитель перед проектором призывает учеников смотреть на экран. Он благоразумно помещает Сэма (самого кинестетического ученика) впереди, чтобы удержать его в работе, используя различные способы выравнивания его

неуместного поведения. Сэм работает примерно 30-40 секунд, и учителю приходится вмешиваться каждые 60-90 секунд для очередного замечания. Если же учитель дает периодически позитивное подкрепление (жестами, взглядом, прикосновением), продолжительность времени вовлеченности Сэма в работу возрастает. На практике вам помогут следующие упражнения:

1. Опишите ученика, демонстрирующего неуместное поведение.
2. Проведите обычное дисциплинированно.
3. Как долго ученик остается в работе?
4. Выполните шаг 2, а затем похвалите ученика за то, что он работает, не отвлекаясь.
5. Возросла ли продолжительность работы без отвлечения? Запишите свои наблюдения.

НЕВЕРБАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ В ДИСЦИПЛИНИРОВАНИИ.

Почему нам желательно усилить невербальные сообщения при дисциплинировании (когда мы хотим бороться с отвлекающим поведением)? 1. Правое полушарие более чувствительно и быстрее реагирует, чем левое. 2. Чтобы избежать перегрузки аудиального канала учеников.

Потренируйтесь в классе. В течение 6 дней попробуйте прерывать отвлечение ученика невербально. Причем первые 2 дня используйте визуальные сигналы (без прикосновения и издавания звуков). Например, посмотрите с нахмуренными бровями, руки в карманах. Затем 2 дня используйте только кинестетические сигналы, а последние 2 дня - аудиальные сигналы. Это самое трудное, поскольку невербальное аудиальное сообщение передается посредством силы голоса, тембра, паузы, - всего, что слышится помимо слов. Запишите все, что вы делали, и результаты этого.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЖЕСТОВ ДЛЯ СИМВОЛИЗАЦИИ СОДЕРЖАНИЯ. .

Мы знаем, что чем младше ребенок, тем он кинестетичнее и лучше научается посредством мышечной памяти. Это позволяет нам использовать набор жестов учителя и повторение их учениками вместе с усвоением содержания.

Например, учитель обучает класс четным и нечетным числам. Он опускает левую руку вдоль тела и спокойным голосом говорит:

“Один”. Качая правой рукой, он гораздо громче говорит: “Два”. Продолжая так же с другими числами, он обучает учеников использовать символические жесты.

Подобная методика подходит для младших школьников, а дальше можете переходить к широкому использованию демонстраций.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕСТЕТИЧЕСКИХ ПРЕДИКАТОВ.

Когда ученики слышат используемые учителем кинестетические предикаты (в противоположность визуальным и аудиальным), то их тела активируются. С активированием тела СЛЫШАНИЕ качественно ухудшается. Когда учитель говорит: “Возьмите книгу и откройте ее на странице 33”, - слова “возьмите...” будут побуждать учеников взять с парт свои книги. Но они могут не услышать номер страницы, и учитель будет вынужден повторить. Можно избежать этого. По мере возможности употребляйте кинестетические предикаты в конце предложений: “На странице 33 вашей книги вы найдете задание...”.

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ТРЕВОГИ.

Когда мы сообщаем информацию для осмысления, а затем демонстрируем результат, то кинестетики испытывают замешательство, поскольку они не могут “видеть” движение информации от одной части к другой. Информация для них появляется, исчезает и появляется вновь в другом виде. Если убрать эту область исчезновения, то кинестетик в классе испытает облегчение. Лучше покажем это на примерах:

Мы просим ученика определить подлежащее и сказуемое в предложении, выписывая их справа в колонке, соответствующей каждой категории.

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПОДЛЕЖАЩЕЕ СКАЗУЕМОЕ

(исчезновение информации) мальчик бежит
(появление информации) (появление упорядоченной информации) информации)

Если ученику предоставить возможность определять подлежащее и сказуемое в активном предложении, использовать при этом пространственные ключи (подлежащее обычно перед сказуемым), он гораздо лучше справится с заданием.

Кинестетические ученики имеют более низкие оценки при работе с тестами, когда на карточке, в вопроснике, на дисплее компьютера нужно (не вдаваясь в процесс “как”) выдать ответ (“да”, “нет”, число или номер ответа). Это для них - максимальное проявление “исчезновения” информации. Гораздо лучше для кинестетика, если он может описать свой ответ.

Когда мы прерываем читающего вслух ученика, делая комментарий, а затем возвращаем его к тексту, кинестетик со слабой способностью к визуализации бывает фрустрирован (испытывает тревогу, замешательство), пытаясь найти место, где его прервали.

Сложно для них превращение дроби в десятичное число:

4/5.....0,8

появление ИСЧЕЗНОВЕНИЕ появление в новом виде

Особенно если мы используем только доску или экран. Для кинестетиков желательно манипулировать осязаемыми объектами -карточки с цифрами (на доске это могут быть карточки с магнитиками). Кроме

того, математические символы могут вызывать фрустрацию, поскольку требуют включения как правого так и левого полушария. В таком случае нужно описывать процесс словами, а над ними писать общепринятые символы: “умножить на” (x), “равняется” (=), и т.д..

Чтобы “видеть движение информации”, часто целесообразно использовать цветовое кодирование, например, в решении уравнения:

$$X + 4 = 10$$

$$X = 10 - 4 \text{ (“4” слева и справа писать другим цветом)}$$

Можно применить и дополнительное кинестетическое усиление:

писать 4 справа правой рукой, а 4 слева - левой рукой.

Попробуйте все это проделать в своем классе. Запишите ваши действия и решения.

ДИАГНОСТИКА ВИЗУАЛЬНОЙ СПОСОБНОСТИ.

Большинство учеников владеют визуализацией - различие в том, левополушарная это способность (“видеть слова глазами мозга”) или правополушарная (способность видеть конкретные объекты). Первая группа обычно успеваеет в школе, вторая - отстает. Учителю необходимо потренироваться в определении визуальных способностей детей в целом и предпочитаемой модальности. Кстати, в стрессовой ситуации человек склонен закрываться в одном сенсорном канале. Мы выбрасываем за борт наши ценности (способности во всех модальностях) и цепляемся за предпочитаемую модальность. Если человек расслаблен или полон энергии, он открывает все свои каналы. Наша задача - научить человека (ученика) делать это.

Выберите 3-5 учеников с разной успеваемостью и попробуйте выяснить их визуальные способности, модальную ориентацию. Каждому задавайте вопросы по интересующей его теме.

Например о мотокроссе: Попросите представить любимую модель, спросите о цвете, форме, дистанции, проверьте аудиальную и кинестетическую способности, спросив о звуках, скорости, температуре. Испытывает ли ученик замешательство при использовании какой-либо модальности?

Допустим, вы выяснили правополушарную визуализацию. Попробуйте теперь “повести” ученика в левовизуальную обдатель, попросите его сфокусироваться на конкретном. Пусть он расскажет о торговой марке, где она находится, какие буквы там написаны. Это поможет ученику развить способности к левополушарному видению - видеть буквы, слова, символы.

Запишите все свои действия и полученную информацию. Попробуйте заметить связь успеваемости ученика и его визуальной, модальной ориентации.

знаем, что это создает трудности аудиалу. В сущности, система окончательных отметок (особенно, если требуется визуально-кинестетический выход) основывается на том, запомнил ли ученик информацию аудиально или визуально, а не на том, запомнил ли он ее вообще.

Какие же характеристики визуальной памяти позволяют мозгу так хорошо справляться с тестами? Это - скорость и движение в одном направлении.

Что касается кинестетической памяти - это мышечная память ^{та1<ов0} ее определение и основное свойство.

Обобщим все сказанное. Мы исследовали вход, память (хранение) и выход. Мои собственный опыт показывает, что мы только тогда реализуем значимость “стилей научения”, когда сфокусируемся на менее всего понятном, но самом ценном аспекте – памяти

ГЛАВА 6. ВАЖНОСТЬ ВИЗУАЛИЗАЦИИ.

В предыдущей главе говорилось о преимуществах визуальной гибкости. Уже с четвертого класса способность “видеть слова глазами мозга” – основной ключ к академическому успеху. (Здесь использовано выражение из “Гамлета” - на вопрос, как Гамлет может видеть невидимого другим призрака, он отвечает: “Я вижу его глазами своего разума” - прим. ред.) Данный навык можно тренировать еще в дошкольном учреждении. Эта глава будет охватывать следующие области:

1. Как ученики “видят глазами мозга”?
2. Как развить визуальную способность “невидящих” детей?
3. Повторение - это движение от аудиально записанной информации к визуальной форме (при подготовке к экзамену/тесту).
4. Примеры визуализации (чтение, чтение по слогам, счет).

КАК УЧЕНИКИ ВИДЯТ?

Ученики, имеющие сложности с системой образовательного конвейера - это ученики, которые не могут перевести услышанную информацию (вход) во внутреннюю визуальную форму (память/ хранение), то есть осуществить визуализацию. Самый простой путь - выполнить это посредством записи.

Существуют 4 способа врожденной визуализации, от наиболее распространенного до наименее используемого, но самого искусного:

1. Самый распространенный стиль демонстрируется учениками, посещающими лекции и делающими записи того, что слышат.

(Внешний аудиальный переход через записи к внутреннему визуальному.)

2. Второй популярный стиль демонстрируется учениками, которые читают книгу, делают записи, затем смотрят на них и воспроизводят картину в мозгу.

(Внешний визуальный переход через записи к внутреннему визуальному.)

Некоторые ученики могут составлять внутренние визуальные картины без предварительной записи. Эта возможность соединяет еще два вида визуализации.

3. Внешний визуальный без записи к внутреннему визуальному.
4. Внешний аудиальный без записи к внутреннему визуальному. Ученики, использующие любую из первых трех модальностей памяти, легко учатся в школе по сравнению с теми, кто запоминает информацию в аудиальной модальности. Ученики, которые услышав, могут сразу заполнить визуально, часто воспринимаются как талантливые и одаренные.

РАЗВИТИЕ ВИЗУАЛЬНОЙ СПОСОБНОСТИ.

Как развить визуальную способность у тех, кто плохо видит глазами мозга? Работа эта требует, от учителя большого мастерства и старания. Необходимо иметь прекрасные навыки установления раппорта с учениками, введения их в ресурсное состояние, состояние заинтересованности. Вначале желательнее потратить 2-4 недели на правополушарную визуализацию, а затем перейти к левополушарной визуализации. И еще, согласно исследованиям, невербальное поведение учителя в огромной степени влияет на научение. Когда мы стремимся, чтобы ученики на занятии ВИДЕЛИ, то классу поможет следующее невербальное поведение учителя: неподвижное тело/ руки, мягкий спокойный голос, медленная речь, увеличение длины предложений.

В главе 5 мы исследовали корреляцию оценок учащихся с предпочитаемой модальностью памяти - визуальной или аудиальной. Напомним, что для аудиальных учеников может возникнуть проблема, если заключительные вопросы в конце главы представлены в одной последовательности, а вопросы теста (проверки) - в другой. Учителю необходимо знать визуальные способности своих детей, позволяющее запоминать информацию. Прекрасно, если мы можем опрашивать своих учеников в предпочитаемой ими модальности. Однако общий успех и завершение образования на школьном конвейере будет в прямой зависимости от их визуальных способностей. Это самый значимый фактор, начиная с четвертого класса. Как помочь ученику перейти с аудиального запоминания информации на визуальное

ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ВВЕДЕНИЕ КЛАССА В ВИЗУАЛИЗАЦИЮ.

1. Учитель предоставляет ученикам простую сцену без описаний (предложение с простым подлежащим и сказуемым, например: “Мальчик и собака вышли.”)

2. Учитель просит учеников дополнить описание конкретными визуальными деталями и характеристиками. Ученики добавляют такие прилагательные, как “большой”, “коричневый”, наречия “быстро” и т.д. Во время представления своих картин можно попросить учеников закрыть глаза.

3. Предложите ученикам обменяться конкретными визуальными характеристиками.

Проводите такие занятия каждый день в течение 2-4 недель. Обратите внимание, какие изменения произошли за первую неделю, как изменились ответы через две недели.

УПРАЖНЕНИЯ НА ВИЗУАЛИЗАЦИЮ.

1. Начните с визуализации цветов. Заполните свой мозг красным, зеленым, голубым... Сконцентрируйте все ваше внимание на сохранении цвета ярким и чистым. Если созданные вами цвета кажутся вам неясными, сфокусируйтесь (привяжитесь) для каждого цвета к какой-нибудь позе. Это может не сразу получаться.

2. Затем попробуйте визуализировать знакомые геометрические фигуры, такие как круг, квадрат,

треугольник. Попробуйте изменить размер, форму и цвет объекта. Попробуйте поворачивать объект в вашем мозгу. Если вы испытываете затруднения, не отчаивайтесь и не разочаровывайтесь в упражнении. Многим людям труднее представить абстрактные фигуры, чем реальные объекты и лица.

3. Визуализируйте трехмерный объект: стул, мяч, помидор, чашку. Поместите образ на расстоянии нескольких футов перед собой, расслабьтесь и изучайте его. Закройте глаза и еще раз визуализируйте, пытаясь как можно больше включить детали в ваш образ. Еще более расслабьтесь и позвольте вашему мозгу создать образ без критической оценки.

4. Визуализируйте образ знакомого человека. Сконцентрируйтесь на лице, позвольте изменяться перспективе и рассматривать лицо справа, слева, издалека, близко. Вы можете приблизиться к деталям лица или охватить его взглядом.

5. Визуализируйте знакомый дом, здание. Представьте себя открывающим дверь и входящим. Изучите пол под собой, картины на стенах, мебель, проемы в другие комнаты...

6. Представьте себя удобно лежащим в кровати. Мысленно исследуйте знакомые объекты и отделку комнаты. Мысленно взгляните на окно и почувствуйте себя плывущим к нему, затем выплывающим из него. Поднимайтесь выше и выше над вашим домом, изучите дом соседей, деревья, перспективу улицы. Затем мягко приземлитесь и ощутите, что стоите на ногах.

7. Визуализируйте конкретное место и представьте, что вы находитесь там. Это может быть любимое место отдыха или место, которое вы хотите посетить, или воображаемое место: мягкое, располагающее к отдыху и очень приятное место. Исследуйте его мысленно, изучите окружение. Если это на природе, почувствуйте тепло солнечных лучей, дуновение ветра. Замечайте запахи и звуки. Возможно, вы пожелаете посетить это место в будущем. Визуализируйте себя идущим на это место для отдыха, для работы над проблемой, или для практики в других упражнениях.

“Визуализируйте конкретное место и вообразите встречу с очень мудрым человеком, наставником (если вы верующий - с Богом). Выразите ему свою дружбу, Признательность. Представьте себя спрашивающим у него ответы на интересующие вас вопросы, проблему. Внимательно слушайте, что он говорит.

Наконец, представьте другое конкретное место, рабочее место, содержащее все приборы, инструменты, которые могут потребоваться для решения вашей проблемы. Представьте экран, на котором могут появляться любые образы по вашему выбору. Ваш наставник обязательно посетит вас там, когда вам потребуется помощь.

Это начальные упражнения. Если вы поупражняетесь в каждом ' около недели и используете релаксированное состояние на практике, вы увидите впечатляющие результаты.

ВИЗУАЛЬНЫЕ КОНФИГУРАЦИИ ПЕЧАТНОГО МАТЕРИАЛА.

Следующая серия упражнений помогает учащимся в создании картины печатного материала. Мы помним, что ученики, владеющие левополушарной визуализацией (видение слов), хорошо учатся в школе.

Ученики открывают указанную страницу книги, вкладывают закладку или палец и закрывают книгу.

По команде учителя ученики с закрытыми глазами переводят закладку на следующую страницу. Учитель просит открыть глаза и книгу - пауза - закрыть глаза и книгу. Это визуальный вход. Продолжительность между командами “открыть”, “закрыть” может варьироваться.

Учитель говорит: “Нарисуйте пальцем на парте то, что вы увидели и запомнили (термины, фигуры, графики)”. Это кинестетический выход.

Повторите 2 и 3 с новой страницей и попросите детей рассказать соседу общую схему/план страницы. Это аудиальный выход.

Повторите 2 и 4 с новой страницей, но пусть ученики с помощью карандашей рисуют (воспроизводят) страницу, визуализируя ее. Это визуально-кинестетический выход.

Обсудите с учениками, что было легче. Понаблюдайте, какие у учеников есть отличия, какие у них предпочтения. Возможно, с некоторыми учениками придется работать один на один.

Повторите вышеуказанные упражнения, но каждый раз разрешайте после визуализации заглянуть в книгу и затем дополнить (уточнить) свою визуализацию. Повторить заглядывание можно 3-4 раза. Это улучшает визуальное запоминание.

Следующее упражнение. Выберите на странице слова, отличающиеся от остальных (термины, годы, даты) и попросите учеников искать их на скорость. Это упражнение может быть забавным.

Еще одно полезное упражнение - работа с “кубиками”. Особенно для кинестетиков. Страница с равными конфигурациями разрезается, ученик должен ее сложить.

УПРАЖНЕНИЕ НА ЛОКАЛИЗАЦИЮ ИНФОРМАЦИИ.

Выберите отрывок с параграфами, содержащими различную, но достаточно точную информацию. Чем больше различий в каждом параграфе, тем лучше. Другими словами, выберите сообщение, где автор описывает по одной концепции в каждом параграфе. Попросите класс прочитать вслух или про себя. Перед учениками имеется собственная копия страницы. После чтения попросите их закрыть книгу и задавайте вопросы, ответы на которые можно найти только в первом параграфе. Ученики отмечают соответствующий параграф на своей странице. Продолжайте задавать вопросы, пока не будут рассмотрены все 6-7 параграфов. Затем вы можете провести дальнейшую локализацию. Задавайте классу эти же вопросы в хаотическом порядке. Попросите учеников отмечать на своей странице соответствующий параграф. Подобное упражнение можно практиковать ежедневно.

Попросите учеников посмотреть на значимую единицу информации на доске или в книге. Используя невербальное поведение, скажите детям: “Закройте глаза или уставьтесь на какой-нибудь предмет и постарайтесь увидеть эту информацию. Медленно поднимайте голову, показывая, что вы можете видеть.”... Попросите класс посмотреть на следующую единицу информации и воспроизвести ее внутренним взором. То же самое с третьей единицей информации. Можете добавить слова: “Мысленно

вернитесь в ваше любимое место и смотрите.” Такой словесный прием быстро якорит (термин НЛП, т.е. связывает) сразу “ваше любимое место” с состоянием, которое ученики могут использовать вовремя повторения: после того, как они овладели информацией и запомнили её для теста/экзамена. Конечно, в процессе тестирования напомните им об использовании “любимого места” для восстановления информации.

ТЕСТИРОВАНИЕ.

Когда ученики выполняют ежедневную работу, вопросы в конце главы представлены в той же последовательности, что и информация, заложенная в этой главе. Такая работа не создает проблем для аудиального мозга. На окончательном экзамене вопросы обычно не совпадают с последовательностью информации. В результате ученики “с кассетами в мозгу” терпят неудачу. Проверьте это на своих учениках.

Сейчас мы сконцентрируемся на различиях и результатах между аудиальными и визуальными учениками и выявим, как извлекается информация при тестировании, и как это влияет на различие в оценках.

- Выявите в своем классе очень визуальных учеников.
- Выберите высокоаудиальных учеников.
- Посмотрите на тест и определите характер вопросов. Какие из них задействуют визуальный канал (информация только из учебника), какие задействуют аудиальный канал (лекции)? Какая информация обсуждалась в дискуссиях?...
- После проверки тестов и выявления отметок вернитесь к тестам визуальных и аудиальных учеников. Отметьте, как справляются визуальные ученики с визуальными вопросами, аудиальными вопросами. Отметьте, как аудиальные ученики справились с визуальными и аудиальными вопросами.

СОРТИРОВКА СОДЕРЖАНИЯ В ВИЗУАЛЬНЫЕ И АУДИАЛЬНЫЕ КАТЕГОРИИ.

Цель данной работы - отсортировать тот материал, который будет понят и запомнится визуально и тот, что аудиально. (Характеристики аудиальной памяти - последовательность и целые звенья, характеристика визуальной памяти - скорость и извлечение информации в любом направлении.) Как вы проводите сортировку? Запишите модальные характеристики какой-либо информации. Например:

6 x 4 = 24 Такое содержание целесообразно для аудиального запоминания, так как хорошо накладывается на ритм голоса.

8 x 7 = 56 Данное выражение целесообразно для визуальной памяти. Ритма здесь нет, но эти числа распределяются в визуальной последовательности (5, 6, 7, 8).

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЧТЕНИЯ.

Поскольку одна из характеристик визуальной памяти - скорость, то с возрастанием объема материала возрастает необходимость в визуализации. Чтобы проверить способность класса к чтению, распределите материал на два уровня. Сначала пусть дети читают с обычной для них скоростью. Определите время, необходимое среднему ученику на страницу. Затем ученики начинают читать по сигналу со скоростью несколько выше. Позвольте ученикам прочитать небольшой раздел, затем прервите их и обсудите, как они представляют сцену. Чтение. Пауза. Картина.

Известно, что чтение задействует оба полушария мозга: левое специализируется на кодировании и декодировании, правое - на понимании или общем значении. Использование этих операционных различий позволяет учителю выявить полушарный дефицит ученика при определении навыков чтения и сформулировать предварительный план развития. Если ученик кодирует и произносит слова непропорционально их пониманию, то левое полушарие работает в ущерб правому. Этот ущерб особенно заметен, когда вы работаете с учеником, учившимся ранее в школе с фонетическим уклоном преподавания (Левый мозг). Для таких учеников будут полезны следующие упражнения.

Убедитесь, что дети вообще могут визуализировать. Попросите их посмотреть на парту (или закрыть глаза) и представить свою комнату, стены с окнами, обстановку. Это упражнение убедит вас, что дети представляют картины левым полушарием.

Дайте детям прочесть короткий фрагмент. Для некоторых учеников это слово, для других предложение.

Как только ученики закончили, прервите их и попросите пристально посмотреть на что-либо (или закрыть глаза) и представить то, что описывает предложение. (Убедитесь, что в предложении используются только конкретные существительные и активные глаголы, поскольку абстрактные существительные и такие глаголы, как “быть”, препятствуют работе правого полушария.)

Попросите учеников описать цвет, размеры, форму, передний план того, о чем прочитали. Если к этому предложению есть картинка, то после визуализации покажите ее ученикам и сравните с тем, что они «увидели»

Поработав с 1 - 4, ваша следующая цель - выяснить, сколько предметов дети могут включать в картину до того, как они перейдут к следующей. Одновременно мозг может включать от 5 до 9 единиц информации. Когда объем информации выходит за рамки его возможностей, мозг опускает предварительно полученную информацию, чтобы освободить место для другой порции. Классический пример этому - учение таблицы умножения. Ученики запоминают определенное количество таблиц, но по мере увеличения их числа забывают предыдущие. Поэтому ученику необходимо повторять его собственные картины: первую, вторую, третью... Это и есть понимание, запоминание.

ВЫБОР КНИГ ДЛЯ ВИЗУАЛЬНОГО, АУДИАЛЬНОГО, КИНЕСТЕТИЧЕСКОГО ЧИТАТЕЛЯ.

В классе из 30 человек от 4 до 6 учеников - “трансляторы” - ученики, использующие одну модальность.

Они нуждаются в адаптации материала в процессе научения. Именно о них полезно знать, что им в книге привлекательно и интересно.

Из трех компонентов любой литературы (сюжет, декорации и характеры) только визуал способен оценить и заинтересоваться описанием декораций, обстановки и т.д. Невизуальный читатель не заметит этого.

Аудиалы любят диалоги, поскольку могут слышать голоса разных персонажей. Кинестетик - любитель ориентированного на действие сюжета. Его в меньшей степени волнуют описания и внутренняя сущность героев. Он любит только внешние действия героя.

При анализе книги, откройте страницу и бегло просмотрите абзацы. Чем короче абзац, тем больше вероятность, что вы найдете здесь диалоги. Чем длиннее абзац, тем он более визуален, с продолжительными описаниями. Один опытный библиотекарь маркировал корешки книг цветовым кодом: голубой цвет для кинестети-ков, зеленый для аудиалов. Визуальные книги он оставлял нетронутыми, поскольку визуалы любят порядок.

Выберите в своем классе А-учеников, В-учеников и К-учеников. Опросите, какие книги им нравятся, по какой причине. Сравните их причины с информацией, полученной выше.

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ОРФОГРАФИИ.

ПРИМЕР 1.

1: Выписав на доске слово, скажите классу: "Как только увидите буквы, произнесите их вслух". (Невербально задайте им темп произношения каждой буквы, например, щелчками пальцев). Затем попросите детей закрыть глаза (не смотреть на доску), но визуализировать буквы (увидеть их) и прочитать вслух, используя те же невербальные ключи. Повторите несколько раз.

2. Попросите учеников снова посмотреть на доску, увидеть буквы и прочитать их в обратном порядке. Затем попросите, не смотря на доску, представить слово и произнести буквы в обратном порядке.

ПРИМЕР 2.

1. Выберите и напишите на доске слово с большим числом букв.

2. Попросите учеников, проводя пальцем перед глазами вдоль слова, постепенно передвигать его к периферии зрения.

3. Скажите: "Посмотрите на среднюю букву". (Например "с" в слове "доска".)

4. Когда вы смотрите на среднюю букву, увидите еще и букву справа (т.е. "о"), затем слева (т.е. "к").

5. Продолжайте упражнение, добавляя по букве справа и слева, пока не получите все слово целиком. (Техника сканирования.)

Примечание: все это делается только визуально - не надо проговаривать про себя слово и буквы. Подобные упражнения нужно проводить ежедневно в течение нескольких дней. Регистрируйте результаты.

Далее необходимо специальными упражнениями добиваться снижения количества картин в мозгу при видении слова.

СНИЖЕНИЕ КОЛИЧЕСТВА КАРТИН ПРИ ВИЗУАЛИЗАЦИИ СЛОВА.

Важно заметить, что мы при видении слова разбиваем его на слоги, и с каждым слогом связана отдельная картина. Задача в том, чтобы расширить количество букв, которые можно одновременно увидеть в "картине". Желательно научиться видеть все слово в одной картине.

Например, возьмем слово ВАШИНГТОН. Скорее всего ученикам нужно три картины, чтобы, последовательно переводя внутренний взор,, увидеть все. слово: ВАШ - ИНГ - ТОН. Проверьте это. Затем старайтесь уменьшить количество картин.

1. Попросите детей посмотреть первую картину и назвать последнюю букву этой первой картины. Это буква Ш.

2. Когда они смогут ясно увидеть вторую картину, попросите их назвать первую букву второй картины. Это буква И. Попросите тогда из последней буквы первой картины и первой буквы второй картины создать слог ШИ.

3. Снова попросите учеников мысленно увидеть слова. Спросите, сколько у них теперь картин для него. Конечно, наша цель получить две картины ВАШИНГ - ТОН.

4. Теперь пусть посмотрят на последнюю букву этой новой первой картины, и первую букву второй, и создадут слог ГТ. Спросите их снова, сколько картин им требуется для всего слова. Некоторые ученики смогут увидеть все слово в одной картине, но другим нужно будет две как в п. 3.

ВИЗУАЛИЗАЦИЯ СЧЕТА.

Когда ученики научаются сложению, эта информация используется позднее и при изучении следующего материала - вычитания. Кумулятивная природа счета трудна для учеников, запоминающих информацию только аудиально. Аудиально запомнивший $3 + 1 = 4$, не может использовать эту информацию для решения, чему равно $4 + 1$, потому что вычитание меняет последовательный порядок сложения. Чтобы можно было использовать ранее полученную информацию, измените линейный порядок $3 + 1 = 4$, придав ему треугольную форму.

4

3+1

Ученик научается сразу "семье" из трех чисел. Закрывая последовательно цифры в вершине треугольника, спрашивайте ученика, как ее получить.

Примечание: постоянно помните аксиому - "Новый процесс (в данном случае визуализация) лучше всего выполнять со знакомым содержанием." В нашем примере предполагается, что класс уже знает что $3 + 1 = 4$. Придумайте и запишите свои примеры.

Обобщение!. С четвертого класса письменные тесты требуют от учеников восстановления информации в другом порядке, чем она давалась и запоминалась. Мы только сейчас начинаем понимать, насколько восстановление информации отличается от навыков первоначального научения. Секрет лежит в понимании того, как запоминается информация. Это ключ к спокойному восстановлению. Чтобы обучить процессу визуализации, нам необходимо работать с большим количеством материала и очень медленно. Большинство учащихся видят объекты глазами мозга (правое полушарие), мы должны научить их видеть и слова (левое полушарие). Способ, которым успевающие ученики работают с тестом - увидеть вопросы на бумаге, вызвать картину ответа в мозгу и записать извлеченный ответ.

ГЛАВА 7. МОДЕЛЬ “БЛАГОПОЛУЧИЯ”.

“Опыт не гарантирует мудрости. Последняя исходит из пересмотра прошлого и репетиции на будущее.”

Джон Гриндер

ОБЗОР ГЛАВЫ.

Профконсультанты солидарны в мнении, что существуют три вида профессий и их комбинаций: работа руками, работа с идеями, работа с людьми. Статистически последняя категория наиболее подвержена стрессу.

Преподаватели - “люди бизнеса” (по количеству стрессовых ситуаций). Наше самочувствие подобно автомобильному аккумулятору. У нас есть 12 баллонов (месяцев) и, проживая их один за другим, нам нужно мудро тратить их и знать, как восполнить.

В этой главе будут рассмотрены следствия и побочные результаты ресурсного состояния (хорошего самочувствия). Природа стресса. Различие между хроническим и внезапным (травма) стрессами. Понимание взаимоотношений между мышлением и телом даст нам больше шансов в координации и улучшении взаимодействия между обеими частями.

АССОЦИАЦИЯ/ДИССОЦИАЦИЯ.

Когда вы ассоциированы, вы внутри вашего тела и смотрите вовне. Вы можете видеть и двигаться и знать в этот момент, что вы чувствуете. Когда вы диссоциированы, вы находитесь вне своего тела и можете видеть его со стороны. Вы можете слушать звуки и наблюдать движения вашего тела, но доступ к собственным ощущениям резко снижен или почти невозможен. Как в профессиональной, так и в личной жизни существует прямая зависимость между самочувствием и возможностью переходить из ассоциированного состояния в диссоциированное и наоборот.

ПРИРОДА ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА.

Напряжение: Как утверждают специалисты, в жизненном балансе мышление/тело чередуются периоды напряжения и релаксации (восстановления), причем для мозга значимы обе фазы.

Напряжение, согласно исследованиям - это сокращение мышц тела, означающее “гримасу”. Крик тоже можно рассматривать как напряжение. Согласно статистике, аналогичное напряжение возникает, когда человек на свадьбе или похоронах, получает повышение к зарплате на 50000 долларов или понижение, женится или получает развод. Степень напряжения эквивалентна адаптации центральной нервной системы к событиям. Поскольку напряжение есть напряжение тела, очень важно, как мозг интерпретирует этот опыт тела.

Тело - барометр мышления и подобно системе раннего реагирования для мозга. Такая метафора подтверждается медицинскими исследованиями. Например, у людей, склонных к мигрени, имеется хотя бы три ранних сигнала - предвестника, при игнорировании которых развивается мигрень. Вот почему тело является барометром. Это не рационализация, а способ управления хорошим самочувствием человека. Чем раньше выявляются сигналы напряжения, тем легче они устраняются. Согласно медицинской интерпретации: чем раньше примете аспирин, тем он эффективнее.

Как группа, учителя выбирают свою карьеру, чтобы служить другим. Вот почему у них огромная мотивация и развитое чувство долга. Мы склонны игнорировать напряжение и поэтому продолжаем его получать. Энтузиазм и энергия учителей начальных классов в этом отношении безупречны. В сентябре они берут гораздо больше обязательств и устают уже в ноябре, в отличие от учителей средних классов, склонных думать о “своих правах”.

Учителя - “сезонные работники”, они только не мигрируют. Обязательность, альтруизм, энергия первой недели существенно отличаются от периода за две недели до каникул.

“Батарейка” необходима постоянная подзарядка. Человек, знающий себя, свои потребности и способы их удовлетворения, имеет выбор систематического восполнения энергии. Нам необходима реанимация/восстановление, а работающие в специальном образовании с отстающими учениками должны быть более здоровы, чем остальные.

Упражнение:

1. Выполните 3-5 видов деятельности, при которых вы себя хорошо чувствуете.
2. Опросите себя и найдите значимые компоненты, придающие удовлетворение при этой деятельности. Запишите их. (Выполняется ли она в одиночестве или с другими людьми? Место, окружающие факторы. Является ли она преимущественно аудиальной, визуальной или кинестетической? Внутренний /внешний фокус. Какие из ваших чувств реанимируются или подкрепляются этой деятельностью? Какие аргументы необходимы вам, чтобы заставить себя или других заниматься этим?...). Цель этого упражнения - отказаться от представления о том, что нас восполняет только определенный вид деятельности. Находя общие компоненты в “восстановлении деятельности”, вы сможете подбирать занятия, содержащие некоторые из значимых для вас компонентов.

АССОЦИАЦИЯ И ДИССОЦИАЦИЯ - ДВА СОСТОЯНИЯ В УПРАВЛЕНИИ СТРЕССОМ.

Каждое состояние имеет ценные качества, которые при целесообразном использовании экономят энергию.

Вспомните о приятном событии в прошлом (отпуск, праздник). Можете вы увидеть себя

диссоциированным или ассоциированным, вспоминая опыт (вне себя или внутри)? Оживите в памяти ваши воспоминания с различной эмоциональной окраской. У всех нас имеется опыт, когда можно увидеть себя со стороны. В других случаях мы воспринимаем себя внутри своего тела. Есть и третий вариант - когда в одном и том же опыте мы можем переходить от ассоциированного состояния в диссоциированное и наоборот. Сейчас нам с вами важно понять, что мы уже имеем опыт как ассоциированного так и диссоциированного состояний. Тогда перед нами возникает два вопроса: "Когда мне желательно использовать эти состояния?" и "Как я это могу сделать по команде?"

МЕТОДЫ АССОЦИИИ.

Наш профессиональный мир без особой необходимости часто принуждает нас быть диссоциированными (мы не должны чувствовать, когда мы принимаем решения, вызывающие стресс). Единственный способ восполнить себя после такой диссоциации, известный мне - ассоциироваться с приятным опытом. Для процесса восстановления нужно и то и другое. Представленные с целью практики упражнения - не единственный способ. Для склонных к гемисферо-логии заметим, что левое полушарие специализируется в назывании, интерпретировании, отцеживании, отфильтровании и придании реальности, в то время, как правый мозг склонен переживать реальность, не называя ее. Собственно основная часть упражнений задействует правый мозг.

1. Установите свободное время для каждого дня (примерно 5 минут). Закройте глаза, что снизит внутреннее и внешнее зрение, так что появится возможность усилить другие органы чувств, интенсивность опыта этих чувств. Начните с глубокого дыхания и релаксации. Позвольте всем запахам к звукам проходить через ваши органы чувств не отфильтрованными и одновременно оставайтесь в настоящем (полезно сидеть При этом перед дверью). Опишите, насколько вы сможете сконцентрировать свое внимание, когда ваш мозг создает картины и называет (идентифицирует) их. Заметьте, сможете ли вы еще больше концентрироваться на внешних стимулах, снижая тем самым левополушарную деятельность мозга. Запишите ощущения.

2. Вероятно, наиболее важное условие ассоциации - безопасность. Для следующего упражнения выберите человека, с которым вы чувствуете себя максимально комфортно (это может быть ваш супруг/супруга). Попросите его подготовить продукты так, чтобы вы не знали какие именно. Закрыв глаза, вы просите его далее в течение 7 минут, общаясь с вами только невербально (без слов), кормить вас. Попросите его предоставить вам широкий набор "вкусов", консистенций, температур, и все это с неизменным уважением. Цель - попробовать сконцентрироваться на запахах и вкусах. Если ваш мозг склонен идентифицировать, знайте, что работает левая сторона. Попробуйте проигнорировать ее, работая только правым полушарием, Только чувствовать, ощущать. Запишите впечатления, результаты.

3. Аналогично п.2 попросите друга взять вас на свою прогулку, где он предоставляет вам ощущать окружение, используя только аудиальные и кинестетические возможности. Чтобы усилить работу правого полушария, можно попробовать "занять делом" левое, например, считать от 189 в обратном порядке. Прокомментируйте, возросла ли способность замечать ощущения.

ПОЧЕМУ Я МОГУ ЖЕЛАТЬ ДИССОЦИИРОВАТЬСЯ?

Учителя выбирают свою работу, желая участвовать в будущем поколения, в развитии, овладении и знакомстве с навыками и отношениями. В какие-то дни вы, даже устав в конце дня, чувствуете себя успешными. Как сказал мне один старый учитель: "Это хорошая усталость." В другие дни, когда дисциплина в классе оставляет желать лучшего, ваша энергия рассеяна, неустойчива и низка. Если у вас несколько таких дней подряд, вы начинаете думать, что "Постарели и лучше поискать другую работу. В общем учителя не склонны к строгой дисциплине. Это дни "плохой усталости". Если мы найдем способ диссоциироваться во время и для дисциплинирования то получим своего рода эмоциональную амнезию и возможность, находясь вне своего тела логически, а не эмоционально, определить целесообразный образ действий.

Многие учителя дисциплинируют из ассоциированного состояния. Тогда они используют внутреннюю шкалу справедливости, но стараясь не сердиться, что приводит к обратному результату. Таким образом, ассоциированный учитель более склонен к фрустрации, чем к эффективному дисциплинированию. Эффективная дисциплина - когда мы действуем, исходя из того, как нам необходимо действовать, а не из того, что мы чувствуем. Другой побочный продукт фрустрации ассоциированного учителя в последующем чувстве вины. Это осложняет ситуацию из-за неконгруэнтности, отражаемой затем классом.

ПРОЦЕСС ДИССОЦИИИ ПО КОМАНДЕ.

Прочитайте описание процесса диссоциации. Вы можете запомнить его, можете попросить кого-то читать вам вслух или прослушайте магнитофонную запись.

ШАГ 1. Сядьте удобно и сделайте два глубоких вдоха. Постепенно закройте свои глаза и рассматривайте что-нибудь... Если вы собираетесь переместиться в другое место, можете ли вы выбрать его справа... слева... напротив себя? Может ли оно быть выше... ниже вашего места? По мере того, как у вас появится ощущение места или движения к нему, слегка поднимите вашу голову... С нового места осмотритесь или получите ощущение того, где находится ваше тело. Затем постепенно вернитесь назад в свое тело. Когда вы почувствуете прикосновение к креслу, медленно откройте глаза и потянитесь, как это делает кошка, встряхивающаяся от сна.

Данное упражнение доступно каждому. Чтобы увеличить скорость, сделайте следующее:

ШАГ 2. После строчки "с нового места осмотритесь и получите ощущение того, где находится ваше тело", слегка поднимайте голову по мере того, как вы начинаете чувствовать дистанцию между вашим новым местом и вашим телом. Вы можете говорить себе: "Он сидит в дальнем конце дивана на рассеянии десяти футов от окна." В этом случае легче удерживать дистанцию.

ШАГ 3. Сейчас из диссоциированного состояния сделайте следующее: “Как только я снова посмотрю на свое тело, я расширю обзор так, что смогу увидеть больше объектов в комнате.” Всякий раз, упражняясь в этом, вы расширяете веру панорамное видение, получая более широкую перспективу происходящего.

ШАГ 4. Теперь добавьте аудиальные компоненты со следующими словами: “Из моего диссоциированного состояния я могу слышать звуки.”

ШАГ 5. Сейчас, поскольку мы знакомы с диссоциацией, можете увеличить скорость: “За секунду я закрою глаза и оставлю их некоторое время закрытыми, чтобы диссоциироваться и посмотреть на свое тело из диссоциированного состояния.”

ШАГ 6. Когда вы овладеете этими навыками, выполняйте упражнение с открытыми глазами. Затем научитесь делать это двигаясь и, наконец, разговаривая.

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРИМЕР.

Один учитель, который был переведен в новый класс, приходил в школу три дня подряд заранее до назначенного времени. Взяв ключ у секретаря, он садился в углу комнаты и определял желательное для него место диссоциации. Это был угол рядом с окном. Отсюда в течение 20 минут он наблюдал видеозапись своего урока (в мозгу). Покидая новую классную комнату, он знал, что сохранит те аспекты, которые желательно связать с новым классом. На второй день он закорил (связал) воспоминание о самом лучшем моменте эффективного дисциплинирования и управления классом. На третий день визуализировал самого трудноуправляемого ученика из имеющихся у него и применил технику, описанную в части “пересмотр и репетиция”.

ПЕРЕХОД ОТ ДИССОЦИАЦИИ К АССОЦИАЦИИ.

При работе с людьми или в неприятных ситуациях более целесообразна диссоциация. Есть и приятные ситуации, когда полезно это состояние. Например, вы выполняете ответственную и интересную работу. Вы можете так диссоциироваться, что не будете знать о полном мочевом пузыре, голоде, жажде.

При переходе из диссоциированного в ассоциированное состояние скорость перехода должна соответствовать вашему внутреннему стилю. Отчуждение эмоции в диссоциированном состоянии прямо пропорциональны тому, что вы получите в ассоциативном состоянии. Эмоции могут просто захлестнуть вас подобно воде, сорвавшей дамбу.

Большинство людей испытывали подобные ситуации в момент внезапного стресса (несчастный случай, инцидент), когда необходимо действовать быстро, логически и рационально. Только после того, как опасность миновала (человек уже получил помощь), мы начинаем испытывать то, что мы чувствуем по этому поводу.

Я помню, как мы с Джейн услышали крики нашего сына Келли у крыльца. Найдя его с разбитым в кровь лбом (он упал на цементный пол), мы сразу сделали все необходимое: остановили кровь, промыли рану, вызвали скорую помощь. Только после того, как через несколько минут Келли вернулся на улицу, мы поняли, как могло все плохо закончиться.

Чем больше эмоциональной энергии мы получаем при переходе в ассоциированное состояние, тем осторожнее надо выпускать воду через заслонку.

Работники скорой помощи, охраны порядка, учителя диссоциированы большую часть рабочего времени. Поэтому переход должен происходить в целесообразной для них манере. Позднее это будет подробно рассматриваться.

Дополнительное замечание: Все мы время от времени считаем, что наша профессиональная жизнь требует диссоциации, а отпуск вдали от работы и дома необходим для восстановления. Имея трех детей, я уверяю, что иногда ассоциироваться дома гораздо полезнее.

Нам необходимо разделить личную и профессиональную жизнь достаточно четко. Переход от диссоциированной (профессиональной) жизни к ассоциированной (личной) рекомендуется совершать ритуально. Смена одежды, чашка кофе, чтение газеты.

Иногда, если диссоциация очень интенсивна и продолжительна, уместен более длительный переход. Для меня целесообразно диссоциироваться во время стресса или в относительно приятной ситуации, когда я профессионально более компетентен, оставаясь диссоциированным. Например, если я выступаю перед аудиторией или работаю один на один, состояние диссоциации уместно. Когда мне желательно очень медленно пересмотреть то, что произошло, и отрепетировать будущие варианты, тогда я могу медленно прогуляться, потратить время на дыхание, сидя в автомобиле до того, как я включу зажигание, или проехать 5 миль медленнее: чем обычно. Вы можете найти собственные варианты переходного состояния и особенно важные дни.

ДИССОЦИАЦИИ ДОМА.

Иногда после рабочего дня в диссоциированном состоянии, достигнув дома, я совершаю переход, ожидая получить все удовольствие от ассоциированного состояния, но часто разочаровываюсь. Более целесообразно хотя бы частично оставаться диссоциированным, когда входишь в дверь. Иногда мне кажется, что я оставляю свою профессиональную шляпу на вешалке вместе с моей способностью коммутировать, воспринимать, отвечать за других. Один из сигналов, что это произошло, обычно ощущение: “Почему я...?” Если у вас есть нечто похожее, заметьте, что осознав это, вы сможете программировать себя на более целесообразное поведение в будущем, оставаясь еще некоторое время диссоциированным и зная, как быстро вернуться в диссоциированное состояние.

ИГРА В “ТРЕВОГУ”.

Данные упражнения предназначены, чтобы сбросить вашу энергию, когда вы ощущаете тревогу.

1. Прикиньте, как часто и как долго вы думаете об этом в течение дня?
2. Выберите время и место для ваших переживаний. Можете в конце каждого занятия устанавливать время и место для следующего раза. Как это ни забавно, но 10 - 15 минут вполне достаточно для ваших переживаний.
3. В это “тревожное” время думайте только о негативном сценарии, это самое важное условие успеха. Наш мозг склонен думать- “Да, плохо, но...” и искать что-то оправдывающее. Не поддавайтесь! Все время только на тревогу. Цель - ассоциировавшись, локализовать тревогу в определенном месте и времени. Оказывается, трудно в течение более двух минут прокручивать все более и более худшие варианты. В результате тревога, отнимавшая так много времени, займет не более 5-10 минут. Можно выполнять “тревожную игру” с доверенным лицом, убедившись, что он контролирует ситуацию.

ПРИРОДА ВНЕЗАПНОГО СТРЕССА.

На предыдущих страницах мы работали с хроническим стрессом. Имеется много моделей, работающих с этой формой напряжения. Минимум два издания в год посвящены этой теме. Однако бывают случаи, когда изначальные условия стресса настолько неожиданны, что мы оказываемся шокированы.

Мы внезапно обнаруживаем себя “размазанными по стенке” и так быстро, что не успеваем опомниться. Мы чувствуем нехватку дыхания и ресурсов. Способы управления хроническим стрессом неэффективны в этом случае. Каковы успешные составляющие успешного управления внезапным стрессом?

Связь между мышлением и телом такова, что в такой ситуации выделяется много химических реагентов, повреждающих внутренние системы организма. После повреждения необходимо время на восстановление. Процесс выделения, повреждения и восстановления полезен во многих угрожающих жизни ситуациях. Однако часто первоначальное высвобождение веществ может быть больше, чем оправдано ситуацией, а в результате возникает излишняя травма. \ Как можно изменить свои реакции? Искажая, замедляя время, мы замедляем наши реакции и получаем больше выборов. (Под словами “замедление времени” подразумевается, конечно, не физическое замедление, а психологическое замедление в мозгу. - прим. перев.) Секрет управления стрессом в СПОСОБНОСТИ ИСКАЖАТЬ РЕАЛЬНОСТЬ так, что появляется больше времени между первоначальным напряжением и ресурсным ответом на внешнее воздействие.

Случаи ИСКАЖЕНИЯ РЕАЛЬНОСТИ, ЗАМЕДЛЕНИЯ ВРЕМЕНИ у некоторых людей в некоторых случаях известны.

Баскетболист Тэд Вильям считает, что может замедлять движение мяча, летящего к корзине, и видеть каждое его малейшее движение. Никто не может победить его.

Многие из нас замечали, что в момент трагической ситуации время для нас “останавливалось”.

Техника “искажения реальности” разработана в Западном Поведенческом институте, применяется для обучения управлению стрессом на семинарах по НЛП. Из-за сложности и эмоциональности этих упражнений их рекомендуется применять под руководством опытного в навыках психолога.

1. Участники игры/тренинга разбиваются на четверки, распределяя следующие роли: обучаемый, помощник и два актера (играющих роль коллег, учеников, начальников, родителей - соответственно придуманной стрессовой ситуации).

2. Каждый из обучаемых вспоминает сильное позитивное состояние из прошлого (здесь называемое “ресурсным кругом”).

3. Помощник отводит обучаемого от актеров и просит подумать о человеке, чей внешний вид, тон голоса, фразы могут немедленно вызвать нехватку ресурсов - внезапный стресс.

4. Когда обучаемый вспомнил человека, являющегося источником стресса, он возвращается к актерам и действует/ведет себя в манере, свойственной для этой ситуации. Актеры отражают его (поддерживают своей игрой данное состояние).

5. Помощник наблюдает за обучаемым. Как только обучаемый полностью вовлечен в игру, помощник сразу отводит его, а актеры прекращают играть роли.

6. Обучаемый делает дополнительный шаг в установленное ранее позитивное состояние (ресурсный круг). Помощник тщательно напоминает ему сделать вдох, затем второй. Несомненно, кислород проникает в тело и все жизненные органы, поддерживая их вживание и функционирование. Мозг получает максимальное количество кислорода по сравнению с другими органами - соответственно имеется прямая зависимость между дыханием и ресурсностью организма. Поговорка “Дышите глубже” отчасти верна.

7. Обучаемый продолжает стоять в стороне от актеров, но делает шаг из круга, оставляя там ресурсы, и затем подходит лицом к лицу к актерам.

8. Актеры демонстрируют поведение, досаждающее обучаемому.

9. Как только обучаемый ощущает напряжение, он отходит от актеров и возвращается в ресурсное состояние. Помощник напоминает сделать два вдоха, затем спрашивает: “Где первоначальное место напряжения?” Определив его, обучаемый готов перейти к п. 10.

10. Обучаемый снова перед актерами, и достаточно долго, чтобы почувствовать не только первоначальное напряжение, но и последующее.

11. Как только обучаемый почувствует второе напряжение, он отходит от актеров, шагает к позитивному, ресурсному кругу и делает два вдоха. Помощник спрашивает: “Это то же самое место, что было вначале или нет?”

Оказывается, что человек определяет первоначальное место между его десятым и пятнадцатым шагом. Это подтверждает способность мозга экранироваться и терять контакт с телом. Второе имеет место разрыв между видением и слышанием внешнего стрессового раздражителя и последовательным движением от одного места к другому.

ДИСЦИПЛИНА С КОМФОРТОМ.

Этот параграф не является панацеей или завершенной системой, он лишь комментирует общие паттерны дисциплинарных ситуаций.

Ранее уже давалось оперативное определение дисциплины: учитель дисциплинирует в соответствии с тем, что необходимо ученикам, а не в соответствии с тем, что он чувствует. Будет ли дисциплинированно эффективным или нет, зависит от учительского умения управлять стрессом.

Цель дисциплинирования - прервать нарушения, чтобы продолжить процесс обучения и научения. Различие между дисциплинированным и дискуссией (беседой с классом на эту тему) в том, что дисциплинирование фокусируется на поведении и • пытается его погасить. Дискуссия же основывается на анализе возникновения нецелесообразностей, полагая, что они позитивны на некотором уровне. Признание позитивности и попытка переориентировать - более разумный путь, но требуется гораздо больше времени. В некоторой степени дисциплина фокусируется на атмосфере управления, целесообразной для всего класса, а дискуссия на индивидуумах.

Посетив класс, предназначенный для самых недисциплинированных (будем называть их Вилли Вигл), мы сразу же узнаем уровень навыков управления учителя. Если Вилли Вигл сидит ближе к центру, то мы знаем две вещи: успешность работы учителя зависит от того, удержит ли он Вилли Вигл в занятии, иначе все визуалы будут смотреть на Вилли Вигл и не смогут сосредоточиться. Вот почему чаще всего Вилли Вигл сидит в конце классной комнаты. Прекрасные учителя могут одновременно руководить Вилли 1 и Вилли 2 в одном классе, но если будет еще Вилли 3, это выливается в хаос.

Все ветераны, учившие Вилли 2, говорят, что второй Вилли не больше, чем дополнение первого. Однажды я слышал, как два учителя, в классах которых было много Вилли, за ленчем весело обсуждали свой утренний опыт, как нечто гораздо большее, чем военная зона. Один спросил другого: "Каков был ваш бункер сегодня?" Другой учитель говорил: "Странно, их руки так кинестетичны, почему они не болеют и не остаются дома?"

Основное правило: дисциплинировать можно авторитарно, но дискуссия осуществляется только посредством раппорта (т.е. в условиях взаимопонимания и расположенности друг к другу обеих сторон).

Дисциплинирование имеет дело непосредственно с поведением. Его цель, например, - прервать пререкания, чтобы продолжать обучение. Иногда мы используем чисто авторитарную форму дисциплинирования (Потому что я так сказал. Ты будешь виноват, если...), иногда - это взгляд, прикосновение, голос.

Дискуссия имеет дело с замыслом вне поведения. Цель дискуссии - признать позицию учеников позитивной, но переориентировать их к альтернативному поведению, более приемлемому в классе.

(Из своего опыта вспомните два случая вашего дисциплинирования. Какое поведение вы пытались прервать и какими методами? Вспомните два случая организации вами дискуссии. Как вы сумели помочь им найти более приемлемое поведение, чтобы удовлетворить замысел?)

Если цель дисциплинирования - прекратить какое-то действие, то лучше всего прервать его с самого первого сигнала неуместного поведения ученика. Но быстро остановиться (даже на середине фразы), как только ученик прекращает неуместное поведение. При этом мы предполагаем, что ученик не осознает неуместности своего поведения, и насколько быстро он прерывается, настолько быстро прерываемся и мы, продолжая обучение. В образах дня у ученика будут картины обучения, а не картины дисциплинирования.

(Разберитесь в собственном опыте. Насколько быстро вы можете прерывать неуместное поведение в классе? Замечайте: что делал ученик? Было ли ваше вмешательство визуальным, аудиальным или кинестетическим? Что именно послужило сигналом для прерывания? Каков промежуток времени между прекращением неуместного поведения ученика и прекращением вашего вмешательства?)

ПРОЯСНЕНИЕ ДВОЙНЫХ СООБЩЕНИЙ.

Моя книга намеренно фиксирует ваше внимание на невербальном аспекте коммуникации (он, как уже упоминалось, составляет 82 % коммуникации). Тем более сомнительно ожидать, что следующая часть книги будет концентрироваться на вербальной коммуникации.

"Сколько раз я должен тебе говорить...?" Иногда кажется, что мы получаем именно то, чего хотим избежать. Как-то получается?

Часть нашего мозга понимает СМЫСЛ произнесенного предложения, другая понимает БУКВАЛЬНО то, что сказано. Например, кто-то говорит: "Не думай о голубом." О каком цвете вы думаете? Смысловая часть мозга думает о сером или зеленом, но другая часть обязательно думает о голубом. Сообщения с отрицанием (прекрати, перестань...) порождают в мозгу два намерения вместо одного.

Для осознания существования таких двойных сообщений-указаний наблюдайте за собой в течение недели. Запишите эти указания и найдите их БУКВАЛЬНОЕ значение. Например:

"Не разговаривай" - "Разговаривай"

Еще неделя вам потребуется, чтобы улавливать начало использования отрицаний и научиться их исправлять. Остановитесь в самом начале фразы. Используйте невербальные ключи для поддержки своей дальнейшей коммуникации (сойдите с места, вздохните, измените голос), мягко скажите: "Я хотел сказать..." и закончите предложение правильно - "Помолчите, ... спокойнее..."

ПОЗИТИВНЫЕ И НЕГАТИВНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ.

Через две недели упражнений по выявлению "двойных сообщений" встает вопрос, когда нам можно использовать негатив? (в нашем тексте "негатив" означает поведение, нежелательное для других, а "позитив" - желательное поведение.) Ниже приводятся возможные варианты предложений с комментариями.

1. ТОЛЬКО НЕГАТИВНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ. Очень много разговоров в классе.

Комментарий: Если вы произнесли негативное предложение, ваш энергетический уровень ниже, чем при позитивном. При таком сообщении затрачивается много энергии и учителя и учеников, и они запоминают этот день, как неприятный. Избегайте таких предложений.

2. ПОЗИТИВ ИДЕТ ПЕРЕД НЕГАТИВОМ. Например: Я хочу, чтобы вы слушали. Слишком много разговоров в классе.

Комментарий: Класс запомнит последнее предложение. Не зря в армии принято говорить: начинайте выполнять с последней команды - в памяти последнее впечатление гораздо более живо, чем предшествующее.

3. ПОЗИТИВ СЛЕДУЕТ ПОСЛЕ НЕГАТИВА. Например: Как много разговоров. Класс, я хочу, чтобы вы слушали.

Комментарий: Такая фраза может быть применена, если класс не осознает своего неуместного поведения (не специально шумит). Говорить нужно спокойно, в нейтральном голосовом паттерне. Это действенно и ведет к желаемому результату.

4. ТОЛЬКО ПОЗИТИВ. Например: Тишина! (Мне нужна тишина). Комментарий: Если отношения учителя с классом таковы, что у детей развито чувство ответственности, то они охотно слушаются таких указаний.

5. ОТ ПОЗИТИВА К ЕЩЕ БОЛЬШЕМУ ПОЗИТИВУ. Например: Мы проигрываем ноты (на уроке музыки) хорошо, давайте сделаем это еще лучше, сядем прямее и немного потише.

Комментарий: Этот прием называется "присоединение" (к тому, что они делают) и "ведение" (к тому, что вы хотите, чтобы они делали). Такие предложения уместны, когда вы хотите поощрить класс за хорошую работу и их старание для последующей работы.

6. ПОЗИТИВ - НЕГАТИВ - ПОЗИТИВ. Например: Мне нужна тишина в классе. Очень много разговоров. Поднимите глаза и слушайте.

Комментарий: Преимущество этой фразы в противопоставлении негатив - позитив. Это позволяет нам начать все-таки с описания желаемого поведения и немного повысить энергетический уровень.

Данная концепция очень важна, потому что какая-то часть мозга, как мы уже говорили, понимает все буквально. Если вы говорите кому-то "не сердись", то чтобы понять сообщение, человек должен сначала подумать о "сердись". Поэтому описание неуместного поведения должно делаться только по необходимости.

В течение следующей недели найдите в своей практике по три примера из каждой категории предложений.

ГРУППОВАЯ ДИСЦИПЛИНА.

Чтобы разделить дисциплинированно и обучение, в классе должны быть два места: одно для дисциплинирования, другое для обучения. Посредственные учителя имеют одинаковый подход к дисциплинированию и обучению.

Если есть место, сигнализирующее классу о групповой дисциплине, то, как только учитель входит в него, дисциплинированно уже совершается. Учитель может использовать особое выражение лица, тон голоса, положение тела в этом месте, и каждый знает, что происходит дисциплинирование. Такой способ позволяет учителю и ученикам "локализовать" дисциплинирование (похоже на игру в "тревогу"). С окончанием дисциплинирования учитель и класс могут вернуться к обучению. В конце дня ученики помнят об обучении и не помнят о дисциплинировании.

Какова дистанция между местами обучения и дисциплинирования? Правило "большого пальца": чем больше кинестетичны ученики (и более низкая успеваемость), тем больше дистанция. Может быть у вас есть доска объявлений со школьными правилами? Это место подойдет. Но кинестетики, концентрируясь на дистанции, могут легко отвлекаться, поэтому вы должны делать передвижение очень быстро и резко. Один учитель очень кинестетического второго класса придумал такой способ: В углу комнаты был поставлен металлический ящик для мусора. Позади него, но так, чтобы дети не видели, была куча камней. Когда поведение класса становилось неуместным, он подходил к ящику, брал камень и, подняв над головой, бросал в ящик со звуком "бум". Это означало, что одна минута учебного времени потеряна. В другом конце комнаты перед классом была доска с цветными подвижными звездочками, отмечающими хорошую работу учеников, так что они снова могли вернуть минуту или получить вознаграждение (воздушная кукуруза, дополнительный перерыв...).

Другой очень опытный в авторитарной дисциплине учитель понимал, что список фамилий штрафников на доске смешивает обучающее и дисциплинирующее место, и сделал следующее. Он разделил доску на две части, создав два места. Поскольку это было на Северном побережье, где любимый вид спорта детей - хоккей, он написал "пенальти" наверху штрафной полосы доски. Учитель *м-р* Родес устроил световые сигналы: красный, зеленый и желтый.

"Стоп" сигнал включался в конце комнаты. Как только учитель направлялся к этому месту, ученики знали, что он хочет переключить свет и реагировали целесообразно случаем.

Еще раз напомним, чтобы вас воспринимали как постоянного и справедливого человека, необходимо учитывать невербальный аспект дисциплинарной системы. Всякий раз, услышав свой голос, собирающийся сказать: "Сколько раз я должен...", подумайте, как вы можете выразить это невербально (т.е. вообще без слов), ведь невербальное общение - это 82% вашей коммуникации.

Еще несколько замечаний и примеров по использованию "места дисциплинирования":

Если у вас есть два места (для обучения и дисциплинирования), то необходим и переход от одного к другому. Как для транспорта, так и в классе нужны не только красный и зеленый цвет, но и желтый. Мистер Родес никогда сразу не включал красный сигнал. Он переключал зеленый сначала на желтый, давая возможность классу исправиться.

Один учитель пятого класса принес куклу-игрушку Хилдебрум, ставшую классным прокурором. Когда учитель шел к "месту", а класс не замечал, он переключался на голос Хилдебрума и говорил: "Посмотрите, посмотрите, он уже идет!"

Место в конце концов не гарантирует, что класс узнает о предстоящем дисциплинировании. Место - это только один из невербальных сигналов дисциплинирования. Еще важно выражение лица, голосовые особенности, поза. Чем больше различий в том, как вы выглядите в месте дисциплинирования по сравнению с местом обучения, тем больше успех. Поупражняйтесь в этом.

Одно из самых важных преимуществ места дисциплинирования в том, что оно является якорем вашей собственной диссоциации, которая так важна при дисциплинировании. Если вы дисциплинируете в разных местах, вам труднее диссоциироваться и соответственно изменить свое поведение.

Чтобы как можно реже использовать место дисциплинирования, важно произвести там "незабываемое впечатление". Когда вы закончите свою фразу, замрите. Некоторые учителя находят полезным молча окидывать класс взглядом. Насколько долго стоит продолжать неподвижность, паузу? Для третьеклассников это примерно время на произнесение (про себя) 1001, С учениками старших классов вы можете помолчать дольше - считайте: 1001, 1002, 1003.

М-р Маркер решил установить для класса ежедневное правило читать про себя на уроке. В первый день он сел за стол с книгой, но сам наблюдал за классом. Как только на четвертом минуте началась волна беспокойства, он спокойно заметил классу, что можно на минуту отвлечься. На второй, третий, четвертый день он делал то же самое, но оттягивал немного замечание. Таким образом через три недели продолжительность концентрации увеличилась до необходимых 10 минут.

Известно, что мышление и тело взаимосвязаны и влияют друг на друга. Дыхание один из сильнейших элементов, влияющих на мышление, и важный аспект в использовании места. Будьте тщательны в распределении времени возвращения из места дисциплинирования в место обучения. Сначала расслабьтесь, затем вздохните один раз, успеете обязательно сделать второй вздох прежде, чем вы войдете в место обучения. Потренируйтесь с коллегами. Почему это важно? Когда учитель сдерживает дыхание в дисциплинарном месте, осматривая класс, ученики тоже сдерживают дыхание. Как только учитель начинает расслаблять тело и дышать, класс будет делать аналогичное. Это имеет сильный эффект: все вместе дышат и все вместе восстанавливают забытую часть. Помните, что ассоциация и "дыхание важны как для группового дисциплинирования, так и индивидуального.

Место можно разнообразно использовать, поскольку классу необходимы изменения в каждой ситуации. Понятно, что гнев и препирательство - очень узкая перспектива дисциплинирования. Могут быть продемонстрированы самые разные эмоции: разочарование, замешательство и т.д. Например, один учитель шел к месту очень застенчиво и говорил, робко глядя на класс: "Моя жена спрашивала меня, как я работаю в новом классе..." И после паузы закончил: "Я сказал ей, что у нас масса ресурсов."

ТОЧКИ ВАКУУМА.

Если вы наблюдаете за неуместным поведением ученика (плохое поведение), вы заметите, что он находится в постоянном движении, но с небольшими паузами в 5-30 секунд. Во время этих пауз в его мозгу вакуум. Если вмешаться в этот момент (т.е. в точке вакуума), то ученик очень чувствителен к ведению. Специалисты НЛП называют этот маневр паттерном "прерывания". Вмешаться можно посредством взгляда, звука, прикосновения. Чаще всего используются А и К каналы. Поскольку цель дисциплинирования - прервать нарушение и продолжить обучение, точки вакуума - многообещающая возможность.

Поскольку техника использования точек вакуума основана главным образом на восприятии (состояния ученика), то настоятельно рекомендуется тренинг.

ГЛАВА 8. НЕВЕРБАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ.

Исследования, опубликованные Национальной Ассоциацией Образования, указывают:

- Процесс образования определяется процессом коммуникации.
- Коммуникация состоит из двух компонентов - вербального (словесного) и невербального (без слов).
- Люди используют невербальную коммуникацию по следующим причинам:
 - а) Слова имеют ограничения. б) Невербальные сигналы более действенны.
 - в) Невербальные отношения, вероятно, более искренние.
 - г) Невербальные отношения могут выражать очень сложные чувства.
 - д) Для отправления сложных эмоциональных сообщений необходим отдельный канал коммуникации.
- Поза, движения тела и другие невербальные сигналы - инструменты, развитые потому, что слова оказались неэффективны.
- Если между вербальным и невербальным сообщениями появляется неконгруэнтность (несоответствие), то невербальное сообщение одержит победу.
- Последние клинические и нейробиологические исследования показали, что левое полушарие мозга главным образом вовлечено в вербальные и другие аналитические функции, в то время как правое полушарие ответственно за пространственные и невербальные процессы.

ЯКОРЕНИЕ.

Если учитель постоянно использует определенные невербальные сигналы в совокупности с идеей или каким-то содержанием, то в дальнейшем эти невербальные сигналы и содержание становятся связанными.

Одна из основных целей НЛП в образовании - научить учителя восстанавливать созданное ранее ментальное состояние вместо того, чтобы создавать его заново. Это экономит время и энергию. Когда учитель действует в определенном месте, в определенной позе, определенным голосом..., ученик автоматически восстанавливает определенное ментальное состояние. С установлением устойчивой связи между невербальными сигналами и содержанием считается, что оно (содержание) "заякорилось".

Изучение и использование якорей - самый быстрый и действенный путь понимания невербальной коммуникации.

ЕСТЕСТВЕННЫЕ ЯКОРЯ.

В определенном смысле НЛП, не изобрело ничего нового, открыв паттерны эффективной коммуникации и способы передачи их от владеющих к желающим приобрести. Наш мир наполнен естественными якорями: визуальными, аудиальными, кинестетическими и любой их комбинацией. И нет недостатка в примерах: от воя пожарной машины до вспышки красного цвета на зеркале заднего обзора или визита к зубному врачу. Вопрос не в том, существуют они или нет. Они работают в каждой классной комнате. Вопрос в том, как их использовать целенаправленно и постоянно. Любое поведение учителя, вызывающее постоянный отклик в классе, является якорением.

УЗНАВАНИЕ СУЩЕСТВУЮЩИХ ЯКОРЕЙ.

Естественные якоря - это уже существующие внутри людей якоря. Вопрос - каких желательно избегать? (негативные), какие использовать? (позитивные). Некоторые примеры выявления естественных якорей:

Родительское собрание. Одна из целей общения с родителями учеников, с которыми желательно улучшить отношения, - узнать, какие невербальные якоря демонстрируются родителями и насколько они эффективны. Например, м-р Джеймс, учитель средней школы, встречается с родителями Салли. Джеймс просит Салли присутствовать на встрече, чтобы наблюдать ее взаимодействие с родителями. Когда Салли с родителями начинают "ворошить мусор", Джеймс замечает, что как только мама сердится и начинает говорить быстрее, Салли "закрывается". И напротив, внимательно слушает папу, когда тот, хотя и беспокоится, но говорит медленно. Джеймс запоминает, как говорит папа (скорость, паузы, тон...) и в будущем, когда Салли не будет "слышать" Джеймса, он может переходить на папин "стиль" и избегать маминого.

ЯКОРЯ ПРЕДШЕСТВУЮЩИХ УЧИТЕЛЕЙ.

В течение своего первого года работы в классе м-р Джонс заметил, что когда он входит в дисциплинарное место и начинает эмоциональное (громкое) обращение, четыре ученика не реагируют на это. Размышляя о причинах, он вспомнил, что все они учились у одного учителя. Во время подготовки на следующую неделю Джонс сделал себе заметку заглянуть между прочим в класс этого учителя. М-р Джонс обнаружил в среднем две вспышки крика учителя за этот период. Он сделал вывод: чтобы "выжить", ученики научились "замирать" на громкий, эмоциональный взрыв мужчины-учителя. Поэтому, когда м-р Джонс в своей практике переключился на более спокойные тона, весь класс стал отвечать соответственно.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРЕДШЕСТВУЮЩИХ ЯКОРЕЙ.

Я начал свою учительскую деятельность в школе, давшей направление в изучении недирективного терапевтического подхода Карла Роджерса в применении к образованию. Используя этот опыт, я разработал массу взаимодействующих техник для класса. Когда я переехал в новый школьный район, то

обнаружил, что ученики одного класса невнимательны во время любой классной дискуссии, но очень внимательны, когда переписывают записи учителя с доски. Я решил использовать их якорь. Если они начинали отвлекаться на обсуждении, я мог перейти к доске и что-нибудь написать. Когда я вновь получал их внимание, я мог остановиться и вернуться к диалогу. В результате я перевел детей из существующего состояния в желаемое.

Есть ли в вашей школе естественные якоря, позволяющие вам сделать аналогичное?

СОТИРОВКА ЯКОРЕЙ.

М-р Верн - консультант старших классов, он же замещает директора в его отсутствие. Некоторые из учеников, которых он "прорабатывал" как заместитель директора, получали у него консультативную помощь по предмету. Верн заметил, что после дисциплинирования ученик не может с ним работать как с консультантом. Понимая различия в позициях консультанта и директора, он использовал следующий подход. Когда он действовал как директор, он виделся с учеником не в своем кабинете, а в директорском. Определив на подсознательном уровне различие между состоянием директора и консультанта, он перенимал манеры директора (голос, указующий палец, ношение закладки в галстук).

Бывают ли в вашей школе ситуации, когда вы функционируете не в соответствии с вашими основными обязанностями? Как вы можете отсортировать якоря, связанные с вашей деятельностью, от якорей дополнительной деятельности?

ПЕРЕКРЫВАЮЩИЕСЯ ЯКОРЯ.

Однажды мне понадобилось найти себе замену на неделю. Я выбрал человека с похожими манерами. В течение двух месяцев до замены мы могли встречаться в школе на несколько минут, чтобы прорепетировать мои манеры и найти место для различной деятельности. Через неделю он так хорошо подражал, что заслужил комплименты. Ученики говорили: "О, вы точно, как мистер Г." Приходя в класс любого эффективного учителя, особенно впервые, я всегда в первые дни копирую этого учителя. Тогда хорошее отношение, доверие и раппорт этого учителя переносятся и на меня.

В моей школе ученики изучают специальные курсы. Такие, как музыка и мастерские. Я часто прихожу в класс на эти занятия в первые дни семестра, затем в течение нескольких недель я "внезапно" появляюсь в классе. Тогда мои хорошие отношения с классом переносятся и на специалиста, особенно, если я копирую его за 10 минут до конца моего урока.

У каких еще учителей учатся ваши ученики? Какие примеры перекрывания или сортировки якорей у вас были? Что вы извлекли из родительских собраний и что можете сказать о домашних якорях?

Помните о трех элементах, определяющих силу якоря:

1. Уникальность.
2. Якорение - на пике опыта.
3. Точность воспроизведения.

ПРАВОПОЛУШАРНЫЕ ДНИ. КОГДА РАЗРУШАЮТСЯ ПРИВЫЧНЫЕ ЯКОРЯ.

Все мы создаем привычки. В течение школьного года есть периоды, когда мы максимально предсказуемы, демонстрируя обычное поведение и привычки. В другое время привычки и связанные с ними якоря разрушаются. Соответственно и привычные пути управления классом ослабевают. (Неделя перед Рождеством, весенние каникулы, конец года, резкие перемены погоды, первый снег.)

Далее мы остановимся на аспектах: когда они происходят, как они связаны с полушариями мозга и как их использовать?

Когда применяется обычный порядок, у детей активизируется левое полушарие мозга. Когда же обычный порядок изменяется, активизируется правое полушарие. В такие "правополушарные" дни учитель должен усилить или ослабить определенные стили обучения.

ОСЛАБИТЬ	УСИЛИТЬ
Опора на учителя	Групповое взаимодействие
Лекции	Деятельность
Новый материал	повторение
Опора на авторитарное Управление	Опора на раппорт
Логическое мышление,	Творческое мышление

В младших классах можно продолжать использование старых якорей для управления без особого труда. Однако в средних классах учителя часто отказываются от некоторых якорей, чтобы сохранить их эффективность для обычных левополушарных дней.

ПРИМЕРЫ. Начальное обучение.

Мэри работает с детьми второго класса в течение 15 лет и сохраняет энтузиазм первого года. Коллеги называют ее Исключительная Мэри. В начале года Мэри всегда тратит определенное время, чтобы установить порядок ухода и возвращения с перемен. Ученики должны научиться молчать, как только входят в дверь класса с игровой площадки. Это свято, хотя она и знает, что дети возбуждены играми. Мэри имеет несколько выборов: она может усилить авторитарность, стоя у двери; вербально и невербально призвать детей к молчанию (приложив палец к губам: "Тс-сс"); вывести учеников опять за дверь, тем самым сохранив за ней якорь.

Средние классы.

Мистер У., учитель новейшей истории, всегда проводит переключку в определенном месте класса и начинает урок с кафедры. Ученики очень внимательны, потому что он полон энтузиазма и прекрасно

руководит классом. Учитель знает, что за неделю до Рождества, дети не ведут себя в обычной манере. Если он продолжит обычный стиль, то рискует погасить якоря. Тогда он переходит на другое место и предлагает охватить меньший материал и повторить информацию из двух последних параграфов. Чтобы повторение было интересным, мистер У. планирует игру-лото по вопросам...

Старшие классы.

У мисс Лит, преподавателя литературы в старших классах, есть правило: Понедельник предназначен для словаря и обзора литературы за неделю, Вторник - чтение в классе. Среда - письменное повторение, Четверг - дискуссия по сюжету, характерам постановки, а в пятницу - контрольная. Вчера была среда, но школа закрылась из-за погоды. А сегодня утром занятия задержались на два часа. Мисс Лит предвидела, что ученики изменятся из-за смены распорядка. Мисс Лит начала урок, как обычно, но не получила ответного внимания. Через три минуты она разочарованно отложила книгу, отошла подальше от доски и сказала: "Класс, я надеюсь, вы не против, если мы займемся чем-нибудь другим сегодня?" (пауза, удивление в классе). Она предложила альтернативу к обычной процедуре: "Сейчас ученики, желающие играть А, могут выбрать персонажи этой истории..."

Комментарии.

В приведенных примерах учителя создают переход в ментальных состояниях учеников от левополушарного к правополушарному. Но бывает и не так. Очень часто за ленточкой слышишь жалобы учителей, что они не могут получить новых идей от своих учеников. В другой раз этот же учитель жалуются: "Они не слушают. Я им говорю, а они не слушают меня." В первом случае ученики в левом полушарии, учитель хочет, чтобы они действовали, как в правом. В последнем случае, наоборот, учитель хочет, чтобы они были в левом, хотя они функционируют в правом. Используйте преимущество правополушарных детей для творчества!

В какие дни/времена года установленный порядок нарушается в вашей школе? Какую правополушарную деятельность вы используете в такие дни? Посмотрите на таблицу Усиление - Ослабление и выберите аспекты, соответствующие вашему предмету и классу.

ПОСТАНОВКА "НЕДЕЛИ ДО".

Мы знаем, что за неделю до любой перемены, как Рождество, весенние и летние каникулы, ученики переключаются на правую половину мозга и их правополушарные возможности преобладают над левополушарными. В центре внимания параграфа - как выявить и использовать эти возможности.

Давайте исследуем две недели до весенних каникул. В этот период у учеников будет высокий энергетический уровень. Они в состоянии творческой активности, их мозг хорошо обобщает, благодаря ассоциативному мышлению. Это позитивные качества. Негативные качества - отвлекаемость, недостаток внутреннего контроля, неспособность усваивать аудиальную информацию (лекции), новую информацию, снижение ответственности.

Предположим, что в течение этих двух недель вы планируете разобрать три большие концепции и повторить каждую из них. Традиционно мы поступаем так: обучаем первой концепции (О К1), повторяем ее (П К1), затем переходим к обучению второй теме (О К2) и повторению второй темы (П К2), аналогично с третьей: (О К3), (О П3). То есть порядок таков:

О К1 П К1 О К2 П К2 О К3 П К3 _____ каникулы

Предлагаем обучить всем трем темам за одну неделю, а затем в течение одной недели повторить три темы:

О К1 О К2 О К3 П К1 П К2 П К3 _____ каникулы

Учитывая усиленный характер работы мозга в это время, мы можем дать в это время междисциплинарные (межпредметные) связи, причем чем больше, тем лучше. Например, выставление отметок за грамотность в естественно - научных работах, или задания на художественные рисунки, графику, посвященные историческим событиям. Объединять подобные работы "за неделю до" очень целесообразно для детей, начиная с третьего класса. Такое совместное обучение гораздо полезнее, чем случайная удача в правополушарные дни.

СЕЗОННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ЭНЕРГИЕЙ.

Мы уже говорили, что учителя - немигрирующие сезонные рабочие. В энергетическом смысле у нас есть горы и долины. К счастью, одно из преимуществ профессии в том, что мы можем предсказывать происходящее.

Составьте картину рабочего сезона и вашего энергетического уровня. Например, карта периода сентябрь - Рождество, январь -весенние каникулы, весенние каникулы - июнь. В правополушарные дни большинство учителей испытывают потребность в большой энергии по сравнению с левополушарными. Левополушарные дни привычны, и многие решения принимаются автоматически. Напротив, в правополушарные дни класс нестандартен, но это может быть и преимуществом (см. "Постановка недели до"). Ментальное состояние учителя должно быть хорошим. Придумайте действия перед правополушарными днями, сделайте заметки в ежедневнике.

Вспомните медицинские данные о том, что снижает вашу энергию. Питайтесь рационально и достаточно спите. Несомненно прогулки на свежем воздухе повышают наш энергетический уровень. В правополушарные дни поведение и занятия учеников отличаются от обычных, в результате учитель чаще испытывает стресс. Один учитель всегда говорил следующую фразу: "Когда устаеете от левополушарных дней - гуляйте, когда устаеете от правополушарных - хорошо бы вздрем-

ПРАВОПОЛУШАРНЫЕ ДНИ. УПРАВЛЕНИЕ.

В правополушарные дни ученики особенно отличаются от традиционных дней. Как в эти дни быть эффективными, уважая себя и учеников? Мы упорно работаем весь год, устанавливая правила и порядки

управления. В правополушарные дни нам необходимо отложить эти навыки и переключиться на что-нибудь другое, чтобы сохранить наши левополушарные традиции. С возвращением обычных дней дети автоматически перейдут к установленному порядку. Первое правило: Сохраняйте традиции, отложив их на время. Второе правило: Измените невербальное поведение. Если мы будем форсировать левополушарные правила в правополушарные дни, они будут потом менее эффективны.

Чтобы ученики неосознанно приняли происходящее, измените ваше невербальное поведение насколько возможно. Например, если вы обычно носите галстук, придите без него, если вы носите обычно платье (женщины), оденьте брюки. Поскольку обучающее место обычно перед доской, оставьте его для левополушарных дней, а воспользуйтесь плакатом на стене. Работайте в другой стороне комнаты. Чем сильнее невербальные различия между правополушарными и левополушарными днями, тем больше вы сохраните левополушарное управление.

Опишите ваше место и обычный порядок левополушарного управления. Опишите изменение невербального поведения в правополушарные дни. Попробуйте в эти дни провести “присоединение и ведение”.

ДНИ УДИВЛЕНИЯ.

Мы определили правополушарные дни. (Каникулы, праздники...) Однако правополушарные дни могут подкрасться и внезапно. Что делать учителю?

А. Необходимо удостовериться, что это действительно правополушарный день (или даже полдень). Один из методов определения следующий: Как только поведение класса отличается хотя бы в течение часа, учитель выходит в холл и слушает голоса из других классных комнат. Если и там не все в порядке (шум, громкий учительский голос), значит это действительно правополушарный день. Многие знают, что даже резкие перепады атмосферного давления могут менять настроение в сторону правополушарного мышления.

Б. Определить необходимые изменения в поведении и управлении (см. таблицу “усиление - ослабление”). Чтобы изменить процесс, нужно очень хорошо владеть содержанием.

В. Помните: Чтобы сохранить правила, отложите их и измените невербальное поведение.

ЯКОРЕНИЕ С МЕТАФОРАМИ.

Когда якорь устанавливается под прикрытием метафоры, то ментальное состояние распространяется на обе половины мозга.

ПРИМЕР. Дисциплинарная метафора “Любите друг друга”.

Работая в старших классах школы в течение 11 лет, первые два года я был шокирован ненормальным количеством подростков, нечувствительных друг к другу. Поскольку я знал, что многое в их поведении не осознается ими, то размышлял, как дать классу гуманные установки. Я выбрал день, когда ученики были особенно черствы друг к другу. Я поставил стул на стол и осмотрел лампы потолка. Поскольку это было непривычно, ученики внимательно следили за тем, что я делаю. Я встал на стол прямо под лампой. В классе воцарилась тишина, все глаза были прикованы к этому зрелищу. Спокойно, почти шепотом, я начал: “Исторически люди часто собирались после обеда поговорить и послушать других. Две категории людей особенно любили эти большие собрания: политики и проповедники. Чтобы все видели оратора, люди приносили из ближайшего дома достаточно крепкую коробку, и оратор вставал на нее. Проповедники говорили о том, что необходимо делать в жизни и как вести себя по отношению друг к другу. Громовым голосом, потрясая кулаком, с красным лицом они говорили: “Люди должны любить друг друга! Быть добрыми.”... Затем я поблагодарил учеников за то поведение, которое они демонстрировали и которое я ожидал. Поскольку в такой момент они были очень восприимчивы, все сообщения должны быть для них значимыми и позитивными.

Класс был временно в замешательстве, ошеломленный необычным поведением. Закончив, я осматривал комнату, стоя неподвижно и молча считая: “ 1001, 1002, 1003”. Я начал глубоко дышать, медленно сходя со стола на стул, а затем на пол, дыша еще глубже. После этого вернулся к доске и продолжал урок более низким голосом. Ученики следили за содержанием и часто оглядывались на стол, где недавно стоял странный проповедник.

Комментарий. Важно учить, что это был 8 класс, и это могло быть совершенно неуместно в другой возрастной группе. Помните:

“Не целесообразно охотиться на мышшь с винтовкой на слона”. В данном случае “внутри себя” я был разочарован, фрустрирован и менее способен замечать изменения. Поэтому мне нужно было диссоциироваться, чтобы уклониться от чувств во время дисциплинирования. Ученики, оглядывающиеся на стол с “проповедником”, а затем смотревшие на меня у доски, знали, какого человека они хотели бы иметь в качестве учителя.

Один мой коллега с моего разрешения использовал мой якорь таким образом: Всякий раз, когда он хотел спокойствия в классе, он подходил к стене, разделявшей наши классы, и говорил: “Мальчишки, вам повезло, что ваш учитель не мистер Г.” Ученики вспоминали мои крики (они слышали через стенку) и выбирали более уместное поведение.

АКАДЕМИЧЕСКИЕ ЯКОРЯ ПОВТОРЕНИЯ.

Существует два вида якорения в школе. Первый якорь используется в текущей работе, другой - для ТРУДНОГО И ВАЖНОГО СОДЕРЖАНИЯ.

В местном колледже инструктор по вычислительной технике так использовал невербальную коммуникацию. Теоретический материал он начинал в одной части класса, надев форменную фуражку и говоря высоким голосом. Затем в середине класса он снимал фуражку, надевал кепку и более низким голосом объяснял задание на сегодня, а затем подходил к компьютеру, засучив рукава, и показывал все

на машине и отвечал на всевозможные вопросы. Уже через несколько дней ученики знали, когда нужно просто слушать теорию, когда можно спрашивать, легко переключались на следующую деятельность.

ВАЖНОЕ ТРУДНОЕ СОДЕРЖАНИЕ (ВТС). ОБУЧЕНИЕ ОТ ИЗВЕСТНОГО К НЕИЗВЕСТНОМУ.

В анализе содержания, важного для учителя и трудного для класса, имеется несколько последовательных шагов. Первое: будем ли мы учить от известного к неизвестному? Поскольку процесс образования вовлекает в основном левополушарный, последовательный, логичный, обучающий малыми звеньями отчасти к целому стиль, то нам часто не хватает фантазии и простоты правополушарного метода. Правое полушарие -ассоциативный мозг. Когда мы учим от известного к неизвестному, то используем правую половину мозга. Учитель может спросить себя: "Какие ассоциации уже есть в мозгу учеников относительно предлагаемого им материала?" Особенно это целесообразно делать, если мы работаем с важным и трудным содержанием.

ПРИМЕР. Учитель разработал обычный левополушарный подход для объяснения понятия "с четвертью", "без четверти" (определение времени по часам) в третьем классе. Он объяснял сначала, что четверть - это одна четвертая часть часа (шестидесяти минут), затем переходя к длительному процессу (несколько дней) использования понятия четверти в разных случаях.

Для использования правого мозга учитель придумал такой подход. Он в первый день пометил реальную четверть на часах (т.е. на цифрах 9 и 3). Еще не понимая, что это такое относительно времени, дети знали, что если минутная стрелка на 9 - это называется "без четверти", а если на 3 - "с четвертью". А дальше он перешел к конкретному понятию времени и использованию выражений.

Используйте эти идеи применительно к вашей обстановке. Определите ключевые слова, которые вы используете при объяснении какого-то материала. Проведите теперь правомозговой шторм - найдите ассоциации этим словам или другие варианты, которые могли бы быть знакомы ученикам. Обучая в правополушарном стиле, отметьте учеников, хорошо справляющихся с правополушарным подходом. Испытывают ли они трудности с левополушарным? Вы должны выяснить также, какой подход более приемлем в вашем классе, исходя из потребностей большинства, и для кого будет необходимо переучивание в другом стиле.

РАЗВИТИЕ МИНИМАЛЬНО ИСПОЛЪЗУЕМЫХ СЕНСОРНЫХ КАНАЛОВ.

1. Выпишите Важное и Трудное содержание.
2. Как вы обычно обучаете содержанию, задействуя визуалов, аудиалов, кинестетиков?
3. Развивайте визуальный канал, рассматривая размеры, цвета, формы, расстояния. Развивайте аудиальный канал, используя размер паузы, громкость голоса, звуки. Развивайте кинестетику, используя температуру, движение, вес. Опишите, как вы смогли улучшить минимально развитые органы чувств?
4. Запишите результаты. Отметьте учеников, которые получили пользу от такого подхода, и каким он бесполезен.

ПРИМЕР. Учитель начальных классов объяснял детям время окончания первой перемены 8 часов 50 минут. Ученики обычно называли это время 9.50, так как минутная стрелка при этом находится ближе к 9, чем к 8.

После обсуждения с коллегами идеи развития органов чувств для Важного и Трудного содержания, учитель провел объяснение следующим образом: Двенадцать учеников сели в большой круг в комнате с макетами чисел в руках, изображая циферблат часов. Учитель с двумя учениками встали внутри круга, один держал измерительную линейку, другой метелку, которая была на треть длиннее линейки - стрелки часов. Ученик с часовой стрелкой (линейкой) был проинструктирован переходить к следующему числу только тогда, когда метелка (минутная стрелка) достигнет цифры 12. Когда метелка сравняется с 12, а линейка оказывается напротив какого-то числа, ученик отзванивает колокольчиком означенное время. Весь класс вслух считает каждый звонок. Когда метелка движется к интересующей цифре (для случая 8.50 - это 11), учитель напоминает: "Так сколько -звончков вы уже слышали?" Затем они для закрепления понимания отзванивают и называют другие моменты времени.

ЯКОРЕНИЕ ВАЖНОГО И ТРУДНОГО СОДЕРЖАНИЯ (ЯВТС).

Напомним: якорь выполняется на вершине опыта, важна уникальность якоря, важно точное воспроизведение якоря.

После того, как вы проанализировали трудное и важное содержание, вы готовы перейти к якорению. Очевидно, мозг создает долговременные связи для того, что узнает первый раз. Насколько быстрее вы вспоминаете свой первый поцелуй по сравнению с третьим? А свой первый класс по сравнению с четвертым?

Если вы хотите заякорить трудное и важное содержание, т.е. выполнить ЯВТС, действуйте таким образом, чтобы создать "впервые" в мозгу и ушах учеников. Имеются естественные якоря ВТС - когда лицо, поза, голос, место являются естественным символом содержания. Искусственные ЯВТС - когда якорь связан с содержанием только потому, что вы создаете эту связь.

ПРИМЕР. Части речи.

Мистер Пэтт приступил к изучению слов "внутри", "на", "под", "вокруг". Он принес в класс кукольный домик своей дочери с прозрачными стенками и маленькую мышку по имени Пре. Учитель поставил домик на стол и выпустил мышку. Дети собрались вокруг стола и наблюдая, как мышка бежит, называли все ее позиции относительно домика: "внутри", "вокруг" и т.д.

ПРИМЕР. К ЯВТС относятся всевозможные считалки для запоминания гласных, цветов в радуге и т.д.

ПРИМЕР. Нули и десятичные числа. Мисс Флайр, обучающая математике 6 -8 классы, заметила, что

ученики плохо понимают значимость нулей в десятичных числах (0.08, и 0.80..). Тогда она выполнила такой ЯВТС. На стол поставила корзину для бумаг, на нее положила длинную палку, чтобы все могли видеть. Вдоль этой палки мисс Флайр развесила длинные полоски бумаги и с десятичными числами - 00.4060, 40.0040, 0.0008 ... Затем она изобразила мистера Банзая (тогда был популярный фильм "Ребенок - каратэ"). Мисс Флайр перешла на восточный акцент и объяснила, что обязанность мистера Банзая убирать ненужные нули. Она взяла огромные ножницы и сказала таинственным голосом: "Все нули между запятой и последней цифрой важны (прикоснулась к соответствующим нулям), но нули по ту сторону просто... безобразны!" (отрезала ножницами лишние нули). После первоначального шока дети взорвались от смеха. Когда Банзай стал задавать вопросы по поводу нулей справа от запятой, их судьба ученикам уже была ясна. Через несколько дней, когда один из учеников затруднился в аналогичной ситуации, мисс Флайр только сказала три слова с восточным акцентом и ученик все вспомнил.

ЯВТС - ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ОТ УЧИТЕЛЯ К УЧЕНИКУ. •

Попытка изменить обучение в классе без практики подобна поездке на курорт без фотоаппарата и покупки сувениров. Мы все только временно помним опыт. Сувениры восстанавливают воспоминания и пережитые эмоции. Применение ЯВТС должно вовлекать тела учеников, подключая мышечную память, особенно если ученики кинестетичны или младшего возраста.

ПРИМЕР. Перед доской натянута веревка. На этой веревке с помощью скрепок учитель развешивает и закрепляет плакатики с правилами. Развешивает сам и вызывает учеников. Кроме того, учитель раздает ученикам скрепки желтого цвета для аналогичной работы за партами. Здесь скрепка является якорем, переходящем от учителя к ученику.

Примените подобный опыт в своей работе. Обобщите и запишите результаты.

ДРУГИЕ ПАТТЕРНЫ.

Большинство из нас ищут рецепты с незамедлительными результатами. Последний параграф содержит несколько таких методов. О некоторых из них мы уже говорили. Прочитав последние страницы, вы несомненно обнаружите некоторые дополнительные паттерны к тому, что вы уже читали и делали.

1. НЕПОДВИЖНОЕ ТЕЛО.

Вербальное утверждение: "Класс, внимание на меня!" составляет только 8 % информации, полученной учениками. Остальные 82 % - невербальные сигналы. Если учитель говорит эту фразу двигаясь, то невербальные сигналы говорят: "Двигайтесь!" Если учитель замирает в конце фразы, осматривая класс, то значительно увеличивает вероятность положительного исполнения сообщения.

2. АКТИВНОЕ ПРИСОЕДИНЕНИЕ И ВЕДЕНИЕ ШЕПОТОМ. Учителя, систематически использующие фразы "Внимание на меня", "глаза сюда" ... знают, что бывают дни, когда ученики не реагируют на них (правополушарные дни). Как вы сделаете переход, если дети не реагируют на слова?

Шум класса можно откалибровать и использовать. Говоря громче класса и сделав это внезапно, учитель шокирует и прерывает класс. Ученики, вероятно, услышат вас в таком случае. Но в этом случае у вас очень мало времени, чтобы "повести" их. У вас есть два выбора дальнейшего поведения: перейти сразу, а шепот, постепенно снизить голос до шепота. При этом убедитесь, что вы удлините предложения и взяли мягкий тембр. Тогда вы введете класс в состояние большего слушания.

3. ПОДНИМИТЕ ВАШИ РУКИ.

Один из самых живых примеров в учительской коммуникации, когда ученики поднимают руки для ответа и когда отвечают с места без разрешения (шум). Большинство учителей допускают шум, но иногда учитель хочет контролировать положение и переходит на "поднимите руки". Для осуществления этого перехода существует несколько выборов:

а) Скажите содержание, а потом укажите процесс. То есть задается вопрос, а потом говорится "поднимите руки". Далее учитель переключается на учеников и дисциплинирует их невербально.

б) Скажите процесс, а потом содержание. "Ученики, поднимите руки, если знаете ответ на вопрос..."

в) Невербально выполнить процесс, а потом сказать содержание. Это обычно применяют учителя младших классов. Они часто сами поднимают руку, задавая вопрос. До аудиала такая невербальная информация может не дойти, тогда учителю нужно, поднимая руку, производить дополнительный звук, например, похлопывание левой рукой по предплечью правой. Этот же звук можно использовать, даже не поднимая руки.

Поведение класса обычно следует правилу инерции - объект, находящийся в движении, склонен продолжать движение, а неподвижный склонен оставаться неподвижным. Это очень важно учитывать при моделировании перехода. Если в классе шумно, а вы хотите перейти к "поднимите руки", то учителю во время перехода особенно важно моделирование. Напротив, если вы использовали "Поднимите руки", а теперь желаете перейти на высказывание с мест, вам нужно просто сказать об этом. Обычно для высоковизуального класса более характерен способ работы "поднимите руки", а более кинес-тетичный класс предпочитает шум с мест. Проследите, какой паттерн преобладает в вашем классе. Попробуйте в течение нескольких дней переход от одного к другому способу ведения урока.

4. ПЕРЕХОД "ПЕТЛЯ".

В течение 45 минут урока есть периоды, когда учитель дает прямые указания, получая внимание класса, и периоды самостоятельной работы учеников. Затем учителю снова необходимо дать инструкции. Деятельность на уроке выглядит так:

деятельность А - переход - деятельность Б - переход - деятельность В

Традиционный способ движения: завершить деятельность А и позволить небольшую перемену в классе (пока класс откладывает книги). Затем учитель производит переход к другому виду деятельности. "Прежде чем вы ответите на вопрос 5, возьмите ваши учебники..." В этот момент учитель дает, на доске инструкции к выполнению деятельности Б. К моменту, когда открыты учебники и готов материал на доске, класс

автоматически включается в деятельность Б с наименьшей потерей времени.

5. НЕПОЛНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ.

Часто в процессе работы учителю необходимо внимание еще до начала работы. Когда содержание заведомо интересно, мы можем начать урок. Однако, если мы предполагаем, что интерес не будет достаточно высоким, мы можем использовать неполные предложения. Ученики, не следящие за учителем, услышав разрыв фразы, опомнятся и посмотрят вверх. Несколько примеров: “Как вы видите...”, “посмотрите на...”, “Заметим как...”. Ученики привлечены. Они повторяют предложения и закончат их.

6. ПЕРЕХОД. ПОЗИТИВНЫЕ КОММЕНТАРИИ.

Учитель младших классов часто использует позитивные комментарии в период перехода, указывая классу, кто из учеников ведет себя хорошо. Эти ученики, чьи имена названы, служат моделью для остальных. Маленькие дети очень хотят понравиться учителю и гораздо быстрее отвечают на позитивную модель. Например, учитель может сказать: “Приберите ваши парты и возьмите в руки карандаш. Мне нравится, как это сделал Джонни... О! Вы все готовы” Этот способ хорошо работает до четвертого класса. Начиная с пятого класса учитель должен высказывать поощрение в подобном случае всему классу: “Я ценю, как вы быстро можете готовиться к занятию”.

7. ПРИСОЕДИНЕНИЕ К УРОКУ.

Мы уже говорили, что для управления классом лучше всего использовать невербальный уровень коммуникации. Если учитель вербально дисциплинирует аудиальных подростков, то даже рискует оскорбить их, и при этом его личный энергетический уровень снижается. Используя невербальную коммуникацию, мы можем сохранить энергетический уровень и свой и учеников. (Попросите учеников прокомментировать целесообразность какого-либо вашего негативного дисциплинарного замечания.) Поэтому нам желательно использовать голос для присоединения на уроке, а невербальные сигналы для управления. Правда, для использования невербальных сигналов необходимо, чтобы их заметили. Попробуйте использовать имя ученика. Прокашляйтесь. Задействуйте любой другой аудиальный канал, а затем переходите на невербальные сигналы, указывающие на то, что вы хотите (например, движения руками, означающие “обернитесь”, “вернитесь к задаче”).

РАЗВИТИЕ КОНГРУЭНТНОСТИ.

В нашей культуре, чем конгруэнтнее посылатель сообщения (учитель), тем больше вероятность выполнения (понимания) со стороны получателя (ученика). Конгруэнтность, как мы уже упоминали - это соответствие всех проявлений человека в данный момент: словесное содержание, внутреннее состояние, соответствующая этому поза, голос. (Например, учитель говорит: “Я подготовил к уроку очень интересный материал и вы с большим интересом будете работать.” Если при этом у него не уверенный голос, в руках он комкает носовой платок, стоит как-то втянув голову в плечи, - значит он демонстрирует собой неконгруэнтное состояние. Поверите ли вы его вербальному, сообщению?)

Уверенное конгруэнтное состояние ассоциируется у нас с распределением веса на обе ноги, с прямым корпусом, комфортабельным позиционным жестом. Но распределение веса на обе ноги может связываться еще и с конфронтацией, но тогда человек склоняет немного торс вперед, повышается голос, появляется напряжение. Потренируйтесь расслаблять тело перед зеркалом. Вспомните период, когда вы были особенно конгруэнтны, позитивны, посмотрите в зеркало или попросите сказать впечатление близких. Конгруэнтность - такой способ коммуникации, когда мы точно уверены, что ожидаемое X произойдет. Возможно, вас заинтересует, будет ли конгруэнтность вашего тела вести голос или наоборот.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ О ЯКОРЯХ И ЯКОРЕНИИ.

Как учителям, нам не избежать якорения. Осознано или не осознано мы все делаем это. Успех якорения зависит от того, насколько эффективно мы используем якоря, и насколько эффективно якорение задействует правое и левое полушарие.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ МЫСЛИ.

“Если бы мозг человека был так прост, что мы могли бы понять его, то мы бы не были тем, кем мы являемся.”

Неизвестный автор

Прочитавшая эту книгу женщина сказала: “Это набор очевидных суждений.” Она помолчала, а потом добавила: “Но они стали очевидными только после того, как я о них прочитала.”

Основная часть этой книги - концентрированная версия современного понимания (в рамках НЛП) того, как мы учили и не учили других, в ней имеется много предположений прямо и косвенно приводящих к более значительным и более неожиданным результатам:

1. Нам следует развивать свой опыт обучения и преподавания гораздо шире “потребностей среднего ученика”, в противном случае, мода на стили образования будет следовать колебаниям маятника. Если учитель использует визуально ориентированный подход к чтению и правописанию, то скоро исследования укажут, что для отстающих учеников целесообразен аудиальный подход. Если учеников адаптируют преимущественно к аудиальному обучению, то лет через пять исследователи придут к выводу, что более уместен визуальный подход.

2. На образование оказывается постоянное социальное давление в учебном плане. С одной стороны, работодатели, к которым попадают наши правополушарные ученики, требуют от школы более качественного обучения базовым навыкам (активность левого мозга), с другой стороны, компании, нанимающие левополушарных учеников, страдают от недостатка их оригинальности - им нужны творческие люди (активность правого мозга).

Все это - головная боль образования. Нам следует использовать правополушарные методы для

обучения учеников левополушарным навыкам и наоборот. Как? Нам нужно использовать уже известную формулу -присоединяясь к их сильной (развитой) системе вести к тем аспектам, которые нуждаются в развитии.

3. Интересно взглянуть более широко на такие социальные явления, как суицид, СПИД, социальное неблагополучие. Оказывается, что в основном этому подвержены невизуальные люди (аудиалы и кинестетики). Возникает вопрос: не обучаем ли мы в классе методам, которые потом переносятся в социальную сферу? Точкой опоры в работе с такими людьми будет развитие способности к внутреннему фокусу (внутренней концентрации) и воображению, что прямо или косвенно связано с осознанием и созданием будущего.

4. Предпочитаемая модальность входа человека (как он учится) может совершенно отличаться от выходной (как его спрашивают). В человеке очень много зависит от семейных стилей восприятия, научения. Представьте, как мало мы понимаем, чтобы брать на себя ответственность спрашивать (экзаменовать).

5. Якорение: мы знаем, что фобия это опыт нежелательного обучения с первой попытки. Можем ли мы понять, как мозг раз и навсегда запоминает, и использовать это для развития памяти?

6. Многие годы профессионалы анализировали, почему больные люди больны. Такая установка произвела на свет огромное количество терминов и диссертаций, а в результате и пациенты и врачи делали болезнь устойчивой. Моя приятельница, страдавшая эпилепсией, нуждалась в ежегодном клиническом обследовании. В течение ряда лет ее непрестанно ругали за то, что она не ведет дневник заболевания. Всякий раз, испытывая чувство вины, она начинала делать записи и сразу частота припадков возрастала. Затем ее внутренняя экология несознательно отвергала ведение дневника и частота припадков снижалась до исходного уровня. Дневник напоминал и призывал ее "болеть".

Практикам НЛП необходимо тщательное изучение "здоровья" успешных учеников с целью выявления стратегии обучения других. В то же время нам следует быть более требовательными к тому, как передать это понимание, полученное в индивидуальной работе с учеником, учителям, работающих с классами из 25 - 35 учеников.

СЛОВАРИК

ЯВТС

Якорение содержания, которое важно учителю и трудно для запоминания класса.

ЯКОРЯ

Ассоциация поведения учителя с содержанием. Четыре вида:

естественные, искусственные, повторяющиеся и ЯВТС. Три фактора определяют силу якоря: уникальность, выполнение на пике опыта, точность воспроизведения.

АССОЦИАЦИЯ

Когда человек внутри своего тела и опыта. Прекрасное ментальное состояние для приятных переживаний.

ПЕРЕХОД: ДЫХАНИЕ

Маневр в конце дисциплинирования. Позволяет учителю и ученику забыть дисциплинирование.

ТВС (трудное, важное содержание), УРОВЕНЬ РАССМОТРЕНИЯ

Анализ:

Соответствует ли содержание уровню развития учеников?

Обучение от известного к неизвестному.

Идти метафорически (правый мозг) или разбивая на более мелкие части, более конкретные шаги (левый мозг).

Развитие минимально используемых органов чувств.

ЭФФЕКТИВНОЕ ДИСЦИПЛИНИРОВАНИЕ

Избегать аудиального канала воздействия.

Место дисциплинирования.

Диссоциация.

Переход и дыхание.

При возвращении к обучению - голос ниже и медленнее.

ТРЕВОГА

Явление, возникающее из-за особенности обучения: появляется, затем исчезает и появляется вновь переформированной. Фаза исчезновения называется тревогой, поскольку кинестетики испытывают замешательство.

ИНДИКАТОРЫ

Указывают на тип модальности. Два вида: нейрологические психологические ключи, поведенческие ключи. Чем больше информации недоступно в настоящий момент (необходим поиск), тем больше проявление нейрологических ключей. Пауза до начала ответа - время поиска.

ДЕТИ РИСКА

Две причины: стили научения не соответствуют стилям тестирования учителя, психологическая.

НАУЧЕНИЕ

Комбинация входа информации и запоминания. Контролируется путем повторения.

МЕТАФОРЫ

Параллельная репрезентация содержания. Охватывает идею в целом. Адресована правополушарному ученику.

НЕВЕРБАЛЬНЫЙ

Все аспекты коммуникации, кроме слов: выражение лица, место, голос, поза и т.д.

ПРИСОЕДИНЕНИЕ

Тщательное отражение психологических и поведенческих особенностей другого.

ВВЕДЕНИЕ	2
ГЛАВА 1. КУЛЬТУРА ОБРАЗОВАНИЯ.	3
<u>УЧЕНИКИ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ</u>	3
<u>УЧЕНИКИ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ</u>	3
<u>УЧЕНИКИ СТАРШИХ КЛАССОВ</u>	3
<u>УЧЕНИКИ И УЧИТЕЛЯ ПОДРОСТКОВЫХ КЛАССОВ</u>	3
<u>УЧИТЕЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ</u>	3
<u>КОНВЕЙЕР И КОРИДОР</u>	3
ГЛАВА 2. МОДАЛЬНОСТИ. НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА СТИЛИ ОБУЧЕНИЯ.	5
<u>НАБЛЮДЕНИЕ СТИЛЕЙ ОБУЧЕНИЯ</u>	5
<u>ИНДИКАТОРЫ</u>	5
<u>ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВЕДУЩЕЙ МОДАЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ. (ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА)</u>	6
<u>ДИАГНОСТИКА АКТИВНОСТИ “ВХОД - ВЫХОД” (ПО СВАССИНТ И БАРЬ)</u>	6
<u>СТИЛИ ОБУЧЕНИЯ</u>	7
<u>ОБУЧЕНИЕ И ПЕРЕОБУЧЕНИЕ</u>	8
<u>ПЕРЕОБУЧЕНИЕ В ПРАКТИКЕ</u>	8
ГЛАВА 3. ГЕМИСФЕРОЛОГИЯ. V ПОЛУШАРНАЯ МОДЕЛЬ.	9
<u>ЧТЕНИЕ</u>	10
<u>МАТЕМАТИКА</u>	10
<u>ТЕСТЫ</u>	10
<u>ВЫЯВЛЕНИЕ ЛЕВОВИЗУАЛЬНЫХ И ПРАВОВИЗУАЛЬНЫХ УЧЕНИКОВ</u>	11
ГЛАВА 4. КОММУНИКАЦИЯ С УВАЖЕНИЕМ	12
<u>СЕЙЧАС ДОСТУПНАЯ И СЕЙЧАС НЕДОСТУПНАЯ ИНФОРМАЦИЯ</u>	12
<u>РАЗДЕЛЕНИЕ КУЛЬТУРАЛЬНЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРИЗНАКОВ</u>	12
<u>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ ПО АУДИАЛАМ</u>	12
<u>СТРАТЕГИЯ ИЗВЛЕЧЕНИЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ МОДАЛЬНОСТЕЙ</u>	12
<u>ДЕТИ РИСКА</u>	13
<u>ВЕРБАЛЬНЫЙ И НЕВЕРБАЛЬНЫЙ РАПОРТ С ТРУДНОУПРАВЛЯЕМЫМИ УЧЕНИКАМИ</u>	13
<u>ПОЗИТИВНОЕ ПОДКРЕПЛЕНИЕ</u>	13
<u>НЕВЕРБАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ В ДИСЦИПЛИНИРОВАНИИ</u>	14
<u>ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЖЕСТОВ ДЛЯ СИМВОЛИЗАЦИИ СОДЕРЖАНИЯ</u>	14
<u>ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕСТЕТИЧЕСКИХ ПРЕДИКАТОВ</u>	14
<u>ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ТРЕВОГИ</u>	14
<u>ДИАГНОСТИКА ВИЗУАЛЬНОЙ СПОСОБНОСТИ</u>	15
ГЛАВА 6. ВАЖНОСТЬ ВИЗУАЛИЗАЦИИ	16
<u>КАК УЧЕНИКИ ВИДЯТ?</u>	16
<u>РАЗВИТИЕ ВИЗУАЛЬНОЙ СПОСОБНОСТИ</u>	16
<u>ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ ВВЕДЕНИЕ КЛАССА В ВИЗУАЛИЗАЦИЮ</u>	16
<u>УПРАЖНЕНИЯ НА ВИЗУАЛИЗАЦИЮ</u>	16
<u>ВИЗУАЛЬНЫЕ КОНФИГУРАЦИИ ПЕЧАТНОГО МАТЕРИАЛА</u>	17
<u>УПРАЖНЕНИЕ НА ЛОКАЛИЗАЦИЮ ИНФОРМАЦИИ</u>	17
<u>ТЕСТИРОВАНИЕ</u>	18
<u>СОРТИРОВКА СОДЕРЖАНИЯ В ВИЗУАЛЬНЫЕ И АУДИАЛЬНЫЕ КАТЕГОРИИ</u>	18
<u>ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ЧТЕНИЯ</u>	18
<u>ВЫБОР КНИГ ДЛЯ ВИЗУАЛЬНОГО, АУДИАЛЬНОГО, КИНЕСТЕТИЧЕСКОГО ЧИТАТЕЛЯ</u>	18
<u>ВИЗУАЛИЗАЦИЯ ОРФОГРАФИИ</u>	19
<u>СНИЖЕНИЕ КОЛИЧЕСТВА КАРТИН ПРИ ВИЗУАЛИЗАЦИИ СЛОВА</u>	19
<u>ВИЗУАЛИЗАЦИЯ СЧЕТА</u>	19
ГЛАВА 7. МОДЕЛЬ “БЛАГОПОЛУЧИЯ”	21
<u>ОБЗОР ГЛАВЫ</u>	21
<u>АССОЦИАЦИЯ/ДИССОЦИАЦИЯ</u>	21
<u>ПРИРОДА ХРОНИЧЕСКОГО СТРЕССА</u>	21
<u>АССОЦИАЦИЯ И ДИССОЦИАЦИЯ - ДВА СОСТОЯНИЯ В УПРАВЛЕНИИ СТРЕССОМ</u>	21
<u>МЕТОДЫ АССОЦИАЦИИ</u>	22
<u>ПОЧЕМУ Я МОГУ ЖЕЛАТЬ ДИССОЦИИРОВАТЬСЯ?</u>	22
<u>ПРОЦЕСС ДИССОЦИАЦИИ ПО КОМАНДЕ</u>	22
<u>ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРИМЕР</u>	23
<u>ПЕРЕХОД ОТ ДИССОЦИАЦИИ К АССОЦИАЦИИ</u>	23
<u>ДИССОЦИАЦИИ ДОМА</u>	23
<u>ИГРА В “ТРЕВОГУ”</u>	23

ПРИРОДА ВНЕЗАПНОГО СТРЕССА.....	24
ДИСЦИПЛИНА С КОМФОРТОМ.....	25
ПРОЯСНЕНИЕ ДВОЙНЫХ СООБЩЕНИЙ.....	25
ПОЗИТИВНЫЕ И НЕГАТИВНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ.....	25
ГРУППОВАЯ ДИСЦИПЛИНА.....	26
ТОЧКИ ВАКУУМА.....	27
ГЛАВА 8. НЕВЕРБАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ.....	28
ЯКОРЕНИЕ.....	28
ЕСТЕСТВЕННЫЕ ЯКОРЯ.....	28
УЗНАВАНИЕ СУЩЕСТВУЮЩИХ ЯКОРЕЙ.....	28
ЯКОРЯ ПРЕДШЕСТВУЮЩИХ УЧИТЕЛЕЙ.....	28
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРЕДШЕСТВУЮЩИХ ЯКОРЕЙ.....	28
СОРТИРОВКА ЯКОРЕЙ.....	29
ПЕРЕКРЫВАЮЩИЕСЯ ЯКОРЯ.....	29
ПРАВОПОЛУШАРНЫЕ ДНИ. КОГДА РАЗРУШАЮТСЯ ПРИВЫЧНЫЕ ЯКОРЯ.....	29
ПОСТАНОВКА “НЕДЕЛИ ДО”.....	30
СЕЗОННОЕ УПРАВЛЕНИЕ ЭНЕРГИЕЙ.....	30
ПРАВОПОЛУШАРНЫЕ ДНИ. УПРАВЛЕНИЕ.....	30
ДНИ УДИВЛЕНИЯ.....	31
ЯКОРЕНИЕ С МЕТАФОРАМИ.....	31
АКАДЕМИЧЕСКИЕ ЯКОРЯ ПОВТОРЕНИЯ.....	31
ВАЖНОЕ ТРУДНОЕ СОДЕРЖАНИЕ (ВТС). ОБУЧЕНИЕ ОТ ИЗВЕСТНОГО К НЕИЗВЕСТНОМУ.....	32
РАЗВИТИЕ МИНИМАЛЬНО ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СЕНСОРНЫХ КАНАЛОВ.....	32
ЯКОРЕНИЕ ВАЖНОГО И ТРУДНОГО СОДЕРЖАНИЯ (ЯВТС).....	32
ЯВТС - ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ОТ УЧИТЕЛЯ К УЧЕНИКУ.....	33
ДРУГИЕ ПАТТЕРНЫ.....	33
РАЗВИТИЕ КОНГРУЭНТНОСТИ.....	34
ЗАКЛЮЧЕНИЕ О ЯКОРЯХ И ЯКОРЕНИИ.....	34
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ МЫСЛИ.....	34
СЛОВАРИК.....	35