

А. Озорнина

Если тебя не понимают в классе что делать



ОТ АВТОРА

Эта книга для тех, кого не устраивает положение в коллективе. Кого не замечают. Кого обзывают. Кого оскорбляют. Эта книга для тех, кто уже отчаялся изменить свою незавидную роль в классе, обрести друзей. Кто не верит, что это возможно.

Но это возможно. Только прежде нужно разобраться, почему так случилось. Ведь перед тем, как назначить лечение, врач ставит диагноз. Вот и мы должны выяснить причины твоего «недуга» в коллективе, а уже потом браться за лечение. А точнее — за работу. За работу над собой, над повышением самооценки, над изучением основ общения и умения постоять за себя. А чтобы тебе было понятнее, почему невозможно обойтись без друзей, почему одиночество приводит к стрессу, а порой даже к тяжелым заболеваниям, нам придется время от времени обращаться к медицинским наукам. В общем, дел — непочатый край. Главное, чтобы было не только интересно, но и полезно. И чтобы был результат, к которому мы будем стремиться оба. Ты и я.





ЧАСТЬ 1

Загадка Светки Сидоренко



ОБЪЕКТ ДЛЯ ЗАВИСТИ

До пятого класса я с радостью ходила в школу. У меня было много подруг, которые, как и я, кто тайно, кто явно завидовали Светке Сидоренко. И причин для зависти было несколько.

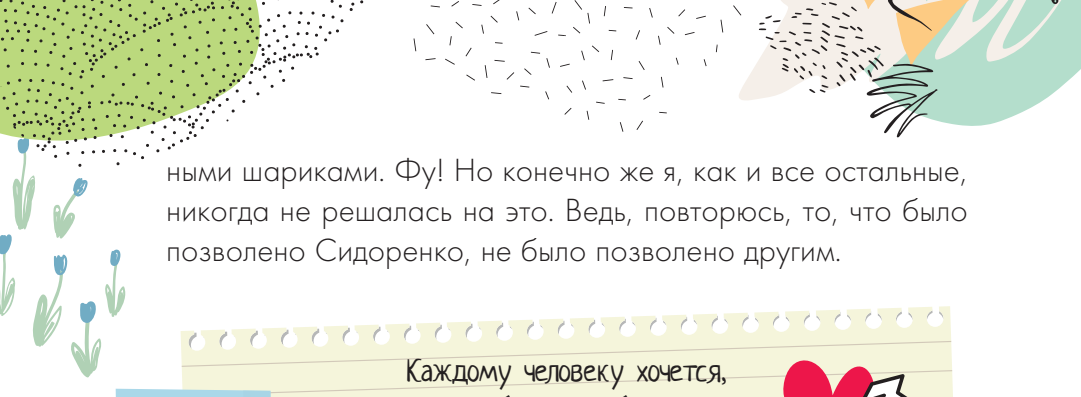
Во-первых, Светка была очень красивая.

Во-вторых, в Светку были влюблены все мальчишки.

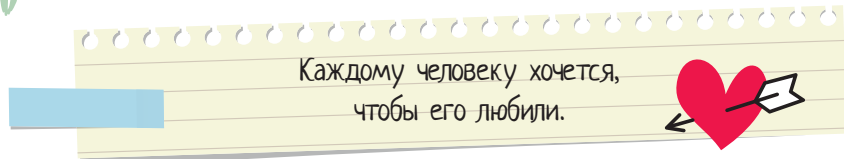
В-третьих, со Светкой хотели дружить все без исключения. Или хотя бы быть в ее свите. Мне повезло, но совсем немного: я оказалось самой дальней из ее приближенных. Но и это было счастьем.

В-четвертых, к Сидоренко по-особенному относилась наша учительница Мария Георгиевна. А потому Светке позволялось то, что не позволялось другим. Она, например, могла прямо на уроке встать, подойти к учительнице, приобнять ее, что-то прошептать ей на ухо и вернуться на место.


Не знаю, как остальным, но мне очень хотелось тоже вот так встать посреди урока, подойти к учительнице и рассказать ей, что у нас в семье со вчерашнего дня живет ежик. Или что Брызгалов вот уже несколько дней пуляет из трубочки в меня и в соседку по парте смоченными слюной бумаж-



ными шариками. Фу! Но конечно же я, как и все остальные, никогда не решалась на это. Ведь, повторяюсь, то, что было позволено Сидоренко, не было позволено другим.



Каждому человеку хочется,
чтобы его любили.



4

Словом, на Светку так и сыпались любовь и восхищение со всех сторон. И такой, которую бы все любили и которой все восхищались, она была одна. В противоположность ей в нашем классе был мальчик по фамилии Потапов. Он сидел за последней партой. С ним никто не хотел не только дружить, но и разговаривать. И если на физкультуре надо было вставать парами, все отказывались вставать именно с ним, несмотря на требования учителя.

В 4-м классе Потапова оставили на второй год, и, как ни странно, на его место пришел точно такой же мальчик, который тоже сидел за последней партой и с которым тоже никто не хотел разговаривать и быть с ним в паре на уроке физкультуры.

Почему так?



Одни звезды гаснут, другие загораются

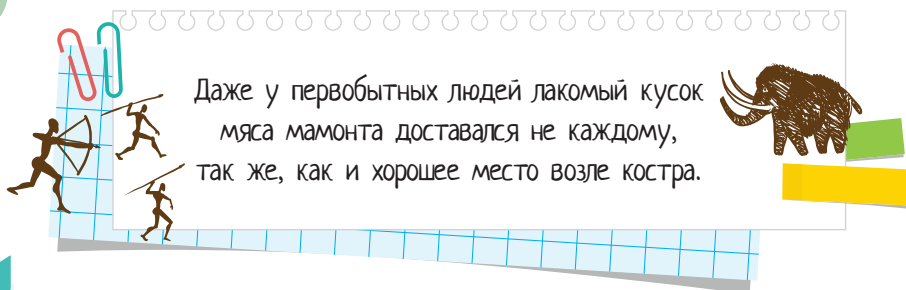
Так что же такого было в Светке, что она оказалась центром пусть не вселенной, но всего нашего класса? Красивая внешность? Но у нас были две девочки, внешностью ничуть не хуже, чем у Сидоренко. Тем не менее у них не было свиты, в них не влюблялись мальчишки, а учительница относилась к ним так же, как и ко всем остальным. Эту загадку я безуспешно пыталась разгадать целых четыре года. Но так и не удалось. А с пятого класса у меня началась черная полоса (о ней я расскажу чуть позже) и мне стало не до разгадывания загадок. А примерно с седьмого класса звезда по имени Светка Сидоренко стала постепенно меркнуть и к концу школы погасла совсем. Но на ее месте к этому времени уже была другая девочка, в которую влюблялись почти все мальчишки и с которой хотели дружить все без исключения. И, как ни странно, у новой звезды была самая обыкновенная внешность.



Костер согревает не всех

То, что кто-то в классе купается в любви, как Светка, а кого-то не замечают, как сидящего за последней партой Потопова, казалось мне верхом несправедливости. Но я была

убеждена, что это касается только нашего коллектива. Ведь нам говорили, что в обществе все равны. Увы, увы... Оказалось, что это не так.



6 Кто-то сидел ближе к огню, кто-то смотрел на него только издалека. Кто-то вдоволь наедаясь мясом того же мамонта, кто-то довольствовался объедками. И тогда сильные, но недовольные своим положением, сколачивали вокруг себя группу таких же и уходили из родного племени. Они обосновывались на новом месте, а вскоре начиналось все сначала. Ведь и во вновь образованном племени не всем хватало места у костра и не всех устраивал перепадающий ему кусок мяса мамонта. И тогда сильные, но недовольные, сколачивали вокруг себя группу таких же и уходили из этого племени...

От эмоционально предпочтительных к эмоционально обездоленным


.....

Загадку популярности таких, как Светка, пыталась разгадать не только я, ученица начальных классов. Этим вопросом задавались многие, куда более продвинутые умы. А ответ удалось найти в 30-х годах прошлого века американскому психиатру и социологу Джекобу Морено.


Однажды его попросили посетить учебно-воспитательную колонию для девушек. То, что там происходило, вызывало по крайней мере недоумение у широкой общественности. В колонии находилось 500 человек. Благодаря состоятельным спонсорам девушки были обеспечены всем необходимым, для них были созданы прекрасные условия проживания, сопоставимые разве что с условиями престижного санатория. И, несмотря на это, в колонии постоянно вспыхивали конфликты, ссоры, драки. Кое-кто даже пытался бежать на волю. Из такого-то «санатория»?

Приехав в колонию, Джекоб Морено перво-наперво пошел в столовую. Нет, вовсе не для того, чтобы утолить голод или ознакомиться с меню, а ощутить царившую там общую атмосферу. Она оказалась поистине удручающей. За столами, накрытыми белоснежными скатертями, сидело по четыре человека. Не глядя друг на друга, они молча поглощали пищу. Кое-где, судя по повышенным голосам, которые становились все громче, явно назревал конфликт. Когда обед закончился, Морено предложил девушкам самим выбрать, кто из них и с кем бы хотел сидеть за одним столом. Все тотчас же пришло в движение. В итоге оказалось, что возле некоторых столов собиралась группа по семь-восемь человек, в то время как возле других — ни одного.





После многих исследований Морено пришел к выводу, что в любом коллективе кто-то вызывает эмоциональное предпочтение у большинства, кто-то — всего лишь у нескольких человек, а то и вовсе ни у одного. Последних ученый называл «эмоционально обездоленными».



8

Это и легло в основу предложенного социологом метода социометрии. Загадка таких, как Сидоренко и Потапов, была разгадана! Подробнее об этом методе я расскажу во второй части книги. Сейчас же дам лишь небольшую информацию. А именно, что это — метод измерения межличностных отношений в малых группах. С помощью специальных вопросов, на которые должны ответить члены коллектива, можно определить, кто в нем лидер, а кто — аутсайдер.

МЕНЯЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ВНЕШНОСТЬ

.....

Надо ли говорить о том, что таким, как Светка, живется куда лучше, чем таким, как Потапов. Хотя, казалось бы, чем уж так плохо быть одному, не иметь друзей? Живи, как нравится, ни под кого не подстраивайся. Не надо спешить на помощь, если с другом что-то случится, не надо держать данное ему слово. Но так уж создано природой, что никто не сможет прожить в одиночку. И не только людям, но и многим животным просто необходимо быть в кругу себе подобных.

