



И.В. Вачков

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА



СКАЗКИ О САМОЙ ДУШЕВНОЙ НАУКЕ



Игорь Викторович Вачков
Сказки о самой
душевной науке:
Королевство Внутреннего
Мира. Королевство
Разорванных Связей
Серия «Психологическая азбука»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=22472738

Сказки о самой душевной науке: Королевство Внутреннего Мира.

Королевство Разорванных Связей: Генезис; Москва; 2017

ISBN 978-5-98563-451-8

Аннотация

В книгу вошли две сказочные повести, которые можно назвать своеобразной психологической азбукой для детей 6–10 лет. Описывая необыкновенные приключения девочки Юлии других сказочных персонажей, автор в доступной и занимательной форме знакомит детей с такими понятиями, как память, темперамент, характер, эмоции, вводит их в мир психологии общения. Книга предназначена для младших школьников и младших подростков. Кроме того, она является частью учебно-

методического комплекта материалов «Психологическая азбука». Повести используются в программе психологических занятий для учеников 1–4 классов.

Содержание

Предисловие	5
Королевство Внутреннего Мира	11
Часть первая,	12
Глава 1 Наука об обычных чудесах	12
Сказка о волшебных зеркалах	20
Психологический практикум.	32
Упражнения на развитие представлений о своем «Я»	
Глава 2 Серебряный шар из созвездия Гончих Псов	40
История планеты Собакилия	46
О туфельке, которую не обуешь, и не только о ней	50
Конец ознакомительного фрагмента.	52

Игорь Вачков Сказки о самой душевной науке: Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных Связей

Предисловие

Книга, которую вы держите в руках, включает две сказочные повести. Обе они относятся к разряду научно-популярных (их можно назвать и научно-художественными). Популяризируют они такую замечательную и сложную науку, как психология, и предназначены для детей от шести лет.

Но нужно ли шестилеткам, только что поступившим в первый класс (а может быть, даже еще дошкольникам), объяснять, что такое психология? Если этот вопрос отнести, например, к математике, то положительный ответ большинства родителей не вызовет никаких сомнений. Доказательством тому может служить неослабевающий спрос на литературу

по математике для малышей и популярные книги по информатике для самых маленьких. А психология? Следует ли знакомить младших школьников с азами этой очень непростой науки? Смогут ли они освоить научные понятия? Да и пригодятся ли им эти знания?

Автор берет на себя смелость ответить «да» и даже предполагает, что среди родителей, педагогов, психологов найдется немало его союзников. На чем основывается такая позиция? По мнению ряда ученых, XXI век станет веком психологии, поскольку эта молодая наука развивается бурными темпами и смело вторгается не только в разнообразные смежные научные области (физиологию, зоологию, лингвистику, физику), но и в практику, в повседневную жизнь все большего числа людей. В настоящее время стали привычными словосочетания «инженерная психология», «юридическая психология», «психология взаимодействия человека с компьютером», почти в каждом городе России действуют психологические центры. Активно развивается школьная психологическая служба, создаются специальные социальные службы, задачей которых является психологическая помощь населению в адаптации к новым условиям рыночной экономики, породившим не только материальные, но и очень серьезные психологические проблемы. Во многих газетах и журналах появились рубрики, затрагивающие различные психологические аспекты человеческой жизни.

Колоссальный интерес взрослых к психологии, вызван-

ный их практическими нуждами, иногда сочетается, к сожалению, с низким уровнем общей психологической культуры, незнанием элементарных основ эффективного общения, способов самопознания, приемов саморазвития. Это и неудивительно: ведь пока психология даже в школе почти не изучается, во всяком случае, не является обязательным предметом. Хороших популярных психологических книг для взрослых явно недостаточно, для подростков и старшеклассников – катастрофически мало, а для младших школьников их почти нет. Между тем очевидно: воспитание психологически грамотных людей, умеющих изучать самих себя, развивать свою личность, необходимо начинать как можно раньше.

Но вернемся к началу разговора: а смогут ли младшие школьники и тем более дошкольники уяснить смысл психологических категорий? Положительный ответ на этот вопрос объясняется тем, что наша наука оперирует понятиями, значение которых часто на житейском уровне уже осознается детьми: личность, общение, поведение, способности, характер, мышление, память и др. Разумеется, глубокое научное понимание психологических терминов недоступно детям, да и вряд ли необходимо. Гораздо важнее для ребенка получить некоторые элементарные психологические знания, которые помогут ему сделать первые шаги на пути к самопознанию и пониманию себя, к нахождению способов налаживания контактов со сверстниками и взрослыми. Эти знания

помогут ребенку научиться понимать других людей, распознавать их психические состояния, развить в себе такие важнейшие качества, как сочувствие и сопереживание, укрепить нравственные ориентиры.

Книга предназначена для совместного чтения взрослых с детьми, предполагает постоянное обсуждение с ребенком прочитанного, анализ и эмоциональную оценку полученной информации.

Вместе с тем материалы книги уже в течение многих лет используют школьные психологи в рамках ведения психологических занятий для младших школьников. Включенные в нее сказочные повести выступают как своеобразные учебные пособия по специально созданной программе развития самосознания «Психологическая азбука» (авторы – И.В. Вачков, А.Х. Попова, Т.А. Аржакаева) в начальной школе: «Королевство Внутреннего Мира» для первого и второго года обучения, «Королевство Разорванных Связей» – для третьего и четвертого. Кроме того, материалы книги могут быть использованы и как предпосылка для разработки психологами собственных программ, в том числе и детскими психологами в дошкольных образовательных учреждениях.

В первой сказочной повести представлен материал трех уровней. Получается что-то вроде психологического слоеного пирога. Первый уровень – это фантастическая сказка о приключениях девочки Юли и ее папы-психолога на планете разумных псов Собакилия и на планете Хухромухр, захва-

ченной коварным Космическим Волшебником. Но и на этом уровне сюжет завязан на психологических темах. Участие главных героев в создании Искусственной Психики Эльчика, будущего хозяина разумных псов, позволяет

Юле познакомиться с основными психологическими понятиями, а борьба против злого Волшебника Барденбука с его Психоочистителем заставляет девочку задуматься о важности и взаимосвязи всех психических процессов человека. Но где бы ни оказывались Юля и ее папа, в какие бы переделки они ни попадали, любознательная девочка с удовольствием слушает папины психологические сказки, в которых в метафорической форме излагается научное понимание того, что происходит в Королевстве Внутреннего Мира человека. Эти сказки и образуют второй «слой» книги. И наконец, третий уровень, третий «слой», – это упражнения, предназначенные для развития психических процессов ребенка и закрепления психологического материала книги. Выполнение заданий «Психологического практикума» позволит потренировать внимание, память, воображение, мышление ребенка, а также поможет вам, взрослым, обнаружить в малыше некоторые новые, не замеченные ранее черты характера, а также расширит ваши представления о его эмоциональном мире, нравственных установках и ценностных ориентациях.

Вторая повесть, «Королевство Разорванных Связей», построена в целом по тому же принципу. В ней рассказывается о психологии общения. На этот раз главная героиня Юля

попадает на планету, где правит загадочный король Бесконтакт Первый, вся деятельность которого направлена на разрушение связей между людьми. Вместе со своими верными друзьями

Пси-Магом, Гаф Гафычем и бывшим пиратом Джеком Подружителем Юля бросает вызов королю и помогает жителям королевства восстановить нормальное общение. Ее ждет много ярких приключений, и финал, разумеется, окажется хоть и неожиданным, но очень позитивным. А читатели получают немало полезной информации о том, какие приемы можно использовать для эффективного общения, как заботиться о своей речи, как правильно говорить комплименты и каким образом можно научиться понимать другую точку зрения.

Хочется надеяться, что книга окажется полезной и маленьким, и взрослым читателям.

Королевство Внутреннего Мира



Часть первая,

в которой вы, уважаемые читатели, познакомитесь с главными героями книги – Юлей и ее папой, вместе с ними совершите путешествие на сказочную планету Собакилия, где разумные собаки создают электронного человека – Эльчика. А еще узнаете, что такое ощущение, внимание, темперамент, характер и способности.

Глава 1 Наука об обычных чудесах



Ребята, знаете ли вы, что такое психология? Какие тайны

скрывает это загадочное слово? Нет? Тогда я расскажу вам одну удивительную сказку о девочке Юле, которая тоже не знала, что такое психология, но очень хотела это узнать.

Юля много раз слышала слово «психология» от папы и мамы, и ей было забавно представлять мудрых и добрых волшебников-психологов, которые могут превращаться в кого угодно (она так почему-то думала), изменять других людей и даже заглядывать в глубины их душ.

Вообще в этой психологии было много непонятного. Папа всегда говорил о ней с восторгом и часто повторял: «Чудеса психологии». Потому-то Юля и была уверена, что психология связана с волшебством. Девочке очень хотелось увидеть настоящие чудеса и волшебные превращения, но папа, как назло, никак не мог найти время, чтобы все это ей показать. Целые дни он проводил в своем научном институте и появлялся дома, когда Юля уже укладывалась спать. Однажды Юля даже рассердилась на это, и, когда папа заглянул к ней в комнату пожелать спокойной ночи, она серьезно сказала:

– Папа! Почему тебе все время некогда мной заниматься? Если ты не будешь мне объяснять про жизнь, я вырасту глупой!

Папа рассмеялся и сказал:

– Ты права, Юленок! Я слишком занят работой. А что бы ты хотела, чтобы я тебе объяснил?

– Вот ты, папа, работаешь психологом. А что ты делаешь?

– Ты хочешь узнать, в чем заключается моя работа?

– Да, и что такое психология? Какие там чудеса? Ты мне уже давно обещал рассказать об этом, но у тебя нет ни одной свободной минутки.

– Это очень непросто объяснить такой маленькой девочке, как ты, – ответил папа и задумался.

– Я уже не маленькая! В первом классе учусь, и ты это прекрасно знаешь, папочка! – обиженно надув губки, сказала Юля.

– Ну, хорошо... Давай-ка вспомним, как мы с тобой ходили зимой на горку кататься на санках. Помнишь?

– Конечно! Там еще были мальчишки, которые вдвоем ехали на санках и перевернулись. Прямо в сугроб шлепнулись! – рассмеялась Юля.

– А ты хорошо помнишь тот день? Весь, от начала до конца? Каждую минуту?

– Нет... Разве можно все помнить? Вот мальчишек помню, как сама с горки ехала – помню, и как ты меня вез на санках, когда мы шли кататься, тоже помню... А как домой возвращались, совсем не помню.

– Вот видишь. Твои воспоминания отличаются от того, что происходило на самом деле. Ты помнишь не все события, а только самые яркие моменты того дня. Наверняка сейчас уже не сможешь сказать, во что были одеты те мальчишки и какого цвета у них были санки.

– Нет, не смогу.

– Ну вот. То, что осталось в твоей памяти, – это уже не

совсем то, что происходило в реальности: что-то немножко изменилось, что-то забылось. Таковы особенности нашей памяти. Но у нас с тобой есть не только память. У нас еще есть, например, фантазия, воображение. Вот следующим летом мы поедем отдыхать на море. Ты ведь никогда не была на море?

– Нет.

– А можешь представить себя на пляже? Бьется о берег морской прибой, кричат чайки, дует теплый соленый ветер...

Юля немного подумала, наморщив лоб, потом кивнула:

– Могу! Я и тебя представила, и маму, и волны, и даже горы на берегу моря!

– Очень хорошо. А как ты думаешь, когда мы приедем туда отдыхать, берег моря будет таким, каким ты его сейчас себе представила?

– Ну нет, наверное. Я же сейчас все сама придумала, а на самом деле я там не была. Может, там все совсем по-другому...

– Верно. Ты сама заметила, что твое представление о берегу моря может оказаться не очень похожим на настоящий берег моря. Так, когда-то очень давно люди заметили, что есть явления жизни, предметы, которые нас окружают, и есть другие, совсем особые явления, которые происходят внутри нас. Это наши воспоминания, которые могут сильно отличаться от того, что было на самом деле, наши фанта-

зии и много всего другого. Люди придумали названия этим внутренним явлениям: восприятие, память, мышление, воля, чувства и другие. Все вместе они образуют внутри каждого из нас особое Королевство – Королевство Внутреннего Мира. По-другому Внутренний Мир называют психикой.

– А чем занимаются психологи? Вот ты, папа, чем занимаешься?

– Психологи изучают психику, душу, те законы, по которым живет Королевство Внутреннего Мира. Все Миры внутри людей очень разные, непохожие, но общие законы в них есть. Наука психология пытается найти эти законы, узнать о них и о том, что все-таки происходит в этих Королевствах. Понятно?

– Не очень, – призналась Юлия. – А как же можно узнать, что там, внутри нас, случается?

– Для этого существуют разные способы. Конечно, изучать Внутренний Мир человека довольно трудно: мы же не можем на самом деле влезть к нему в голову и посмотреть, какие у него там мысли или образы. И поэтому здесь на помощь ученым приходит эксперимент.

– А что это такое?

– Когда психолог хочет изучить какие-то психические состояния или процессы, понять, как они протекают, он просит участников эксперимента выполнить какие-то его задания и затем внимательно анализирует результаты. При этом ученый создает такие условия, в которых внутренние пси-

хические явления четко проявляются в действиях человека. Например, хочет психолог узнать, на что прежде всего направлено внимание человека, когда он рассматривает чей-то портрет. Вот ты, Юля, когда рассматриваешь фотографию, на что больше смотришь?

Юля пожала плечами.

– Я на все смотрю, – неуверенно ответила она.

– А психолог ставит эксперимент, – продолжал папа. – На глаза человека устанавливаются специальные приборчики-датчики. И таким образом обнаруживается, что чаще всего испытуемый (то есть тот, на ком проводятся испытания) смотрит на глаза человека, изображенного на портрете, постоянно возвращается взглядом к его лицу. Такой эксперимент можно много раз повторять с разными людьми. И если результаты получаются одинаковыми, значит, это уже закономерность: при взгляде на портрет мы больше всего внимания уделяем глазам человека, изображенного на нем.

– А что, эти эксперименты всегда проводятся с какими-нибудь приборами?

– Нет, психологи могут обойтись в эксперименте и без аппаратуры. Иногда люди не знают, что проводится эксперимент, и ведут себя так же, как в обычной жизни. И психолог при этом получает интересный материал.

– Как это?

– Вот, например, хочет психолог узнать, сколько слов может запомнить шестилетняя девочка с одного раза. Можно

произнести сколько-то слов и попросить девочку их повторить. А можно предложить поиграть в магазин: перечислить, что ей надо купить в магазине (хлеб, соль, колбасу, масло, яблоки), а затем помощник психолога, «продавец», в другом конце комнаты проверит, сколько слов девочка запомнила. Это и есть естественный эксперимент.

– А еще как изучают Королевство Внутреннего Мира?

– С помощью наблюдения и самонаблюдения. Если даже недолго наблюдать за ребенком, уже можно узнать, насколько он общительный или замкнутый, щедрый или жадный, драчливый или спокойный. Кроме того, очень многое могут рассказать о ребенке его рисунки или, скажем, фигурки, которые он слепил из пластилина.

– И что, психолог так может все-все про человека узнать?

– Не все, но очень многое. Часто бывает, что человек думает про себя, про свои качества одно, например, считает себя очень добрым, а психолог наблюдает за его поступками и видит, что он обижает своих друзей, не любит делиться игрушками и книжками. Какая же это доброта?

– Папа, а зачем психологу надо все это знать?

– Зачем?.. Приведу тебе такой пример. На заводе токарь делает на станке разные детали. Есть такие станки, которые сами производят эти детали. Задача токаря – просто вовремя включить станок. Но если станок сломается, рабочий должен его отремонтировать. А сделать это он может, только если знает, как станок устроен.

– А при чем здесь психология?

– Тут есть сходство. Психолог помогает людям жить и работать лучшим образом. А люди куда сложнее любых станков. И помочь им можно, только зная, как устроена и действует человеческая психика.

– А как психологи помогают людям?

– По-разному. Этим занимается практическая психология. Допустим, у какого-то ребенка плохая память. Он забывает все на свете. Тогда психолог придумывает для него специальные упражнения, занимается с ним и помогает ему развить память. Или, например, какая-нибудь девочка так боится темноты, что не может заснуть без света. Психолог просит ее выполнить определенные задания, и страх постепенно исчезает.

– Я тоже хочу все-все знать о себе! И память развивать, и темноты не бояться! Давай, папочка, быстренько этим займемся.

– Не спеши, Юля. Психология не такая простая вещь, чтобы можно было всему научиться за один вечер. Начинать лучше с изучения самого себя. Завтра мы обсудим с тобой, можно ли понимать и оценивать себя без ошибок. А пока, перед сном, я расскажу тебе интересную сказку.

Сказка о волшебных зеркалах



В одном королевстве в семье рыбака родилась девочка. Накануне ее рождения в рыбацкую деревушку забрела никому не знакомая старушка в старом, залатанном платье, с большим посохом в руках и тощим мешком за плечами. Наступила ночь, и только в хижине рыбака, где ждали ребенка, горел свет. Именно в эту хижину постучалась старушка и попросилась переночевать.

– Что же, – сказал рыбак. – У нас тесно и пахнет рыбой. К тому же вот-вот должен родиться ребенок. Но нельзя же

старой женщине ночевать на улице. Проходи, найдем для тебя местечко.

— Спасибо тебе, рыбак, — сказала старушка. — Доброта человеческая никогда не ищет благодарности но всегда ее находит. Твоя дочь будет счастлива в жизни. — С этими словами старушка вошла в хижину.

К утру на свет появилась прекрасная девочка, которую называли Кари. Когда малышка сладко спала в своей колыбельке, старушка подошла к ней, ласково посмотрела на ребенка, взяла свой тощий мешок и достала оттуда три маленьких зеркальца. Затем она сказала рыбаку: «Я хочу сделать твоей дочери подарок. Эти зеркала волшебные. Но в чем их волшебство, она узнает, только когда вырастет».

Рыбак поблагодарил старушку и с некоторой опаской взял протянутые ею зеркала. Когда старушка ушла, он посмотрел в каждое из них, но везде увидел только свое бородатое лицо с загрубевшей от морского ветра кожей. Рыбак пожал плечами и убрал их далеко на полку...

Прошло шестнадцать лет. Рыбак и его жена забыли о подарке, который был сделан неизвестной старушкой их дочери в день ее появления на свет, а маленькая Кари превратилась в прелестную девушку, которая очень любила веселиться, наряжаться и любоваться своим отражением в старом треснувшем зеркале.

Однажды в бухте напротив рыбацкой деревушки бросил якорь большой и красивый корабль. От корабля отошла

шляпка, которая вскоре причалила к берегу деревушки. На песок сошли люди в богатых одеждах, в шляпах с яркими перьями и шпагами на боку. Сразу было видно, что это знатные вельможи, среди которых особенно выделялся высокий и красивый юноша с умными и немного печальными глазами. Жители рыбацкой деревушки вышли на берег встретить необычных гостей. Среди них была и Кари, которая стояла чуть поодаль в толпе и во все глаза смотрела на пришельцев. При взгляде на прекрасного юношу сердце ее замерло.

Отец Кари как главный среди рыбаков почтительно приблизился к гостям.

– Приветствуем вас, храбрые и трудолюбивые рыбаки! – сказал высокий юноша. – Я принц Агор и приплыл сюда со своими спутниками по велению моей матери – великой королевы и волшебницы. Она наказала мне именно у вас, среди ваших дочерей найти себе невесту.

– Добро пожаловать! – ответил старый рыбак. – Наши девушки прекрасны. Может быть, тебе, принц, удастся завоевать сердце одной из них.

Принц и сопровождавшая его свита поселились в рыбацкой деревушке. Каждый день принц Агор ходил по домам, знакомился с рыбацкими дочерьми, делал им подарки, был очень вежлив и добр, но глаза его по-прежнему оставались печальными.

Почти все девушки деревни изо всех сил старались понравиться принцу. Надо ли говорить, что Кари с первого взгляда

влюбилась в принца и часто потихоньку наблюдала за ним, когда он бродил по берегу моря или задумчиво сидел на камне. Ей, как и другим девушкам, хотелось понравиться принцу, но познакомиться с ним у нее еще не было возможности.

Однажды Кари осталась дома одна. Поставив на стол старое треснувшее зеркало, она стала любоваться собой и причесывать свои красивые золотистые волосы. Вдруг маленький котенок, играя, зацепил подол ее платья и разорвал его. Кари ужасно рассердилась и, схватив свой башмак, бросила его в котенка, но промахнулась, и удар пришелся прямо по зеркалу! Дзинь! – и оно раскололось.

Кари решила поискать, нет ли в доме еще зеркал. И вот на верхней полке в шкафу она нашла три маленьких зеркальца: одно с обратной стороны было зеленое, другое – красное, а третье – синее.

Девушка посмотрелась в зеленое зеркальце и увидела свое симпатичное лицо с огромными серыми глазами и пухлыми губками. «Какая я красивая! – улыбнулась Кари. – Интересно, что обо мне подумает принц? Понравлюсь ли я ему?»

Затем она поднесла к лицу красное зеркало и чуть не выронила его от удивления. Отражение в нем было совсем другое! Нечеткое, будто в тумане, расплывчатое. «Как странно, – подумала Кари. – Это какие-то необыкновенные зеркала. Интересно, что я увижу в третьем зеркале?»

Она взглянула в синее зеркало и удивилась еще больше. Оттуда на нее смотрело лицо какой-то другой девушки (так

ей сначала показалось): презрительно сощуренные глаза, капризно надутые губы, неприятная усмешка. Кари пригляделась и все-таки увидела знакомые черты. Это было ее лицо, но очень изменившееся, неприятное.

– Что за чудеса! – воскликнула она вслух. – Кто же мне это объяснит?

– Я могу объяснить, – раздался негромкий голос снизу.

Кари посмотрела вниз и увидела на полу котенка. Вдруг он заговорил человеческим голосом:

– Это волшебные зеркала, Кари. Тебе их подарила добрая старушка в день твоего рождения. В зеленом зеркальце ты видишь себя такой, какой представляешься самой себе. В красном зеркальце отражается то, как видят тебя другие люди. Захочешь посмотреть на себя чужими глазами – пожалуйста! А в синем зеркальце – отражение тебя такой, какая ты есть на самом деле.

– Но почему же у меня в зеркалах такая разная внешность? – растерянno спросила Кари.

– Волшебные зеркала отражают не только внешность, но и то, что у человека внутри, – мурлыкнув, сказал котенок и выпрыгнул в открытое окно...

– Подожди, папа, – прервала сказку Юля. – Тут мне непонятно. Почему в красном зеркальце отражение Кари было нечеткое и туманное?

– А в чьих глазах отражалась Кари в этот момент?

– Ну... в глазах принца. Она же о нем думала, когда смотрелась в это зеркальце.

– Правильно. А разве принц знает ее близко? Знает, хорошая она или плохая, добрая или злая?

– Нет, конечно! Он ее, может, и видел только раз – на берегу, когда приплыл в деревушку.

– Ну вот поэтому пока и отражение нечеткое.

Юля немного помолчала, о чем-то думая. Потом сказала:

– А! Теперь понимаю, почему она в синем зеркальце такая... неприятная.

– Ну и почему же, Юля?

– Потому что, хоть у нее лицо и красивое, на самом деле она все-таки не очень добрая: котенка чуть не побила деревянным башмаком и вообще... воображает.

– Хорошо. Немножко разобрались. А теперь продолжим сказку.

...На следующий день принц Агор пришел в гости к родителям Кари. Ее мать испекла вкусный пирог и угощала им принца и его спутников. Кари сидела за столом напротив принца и очень волновалась. Ее лицо стало еще прелестней от яркого румянца. Принц рассказывал о своих путешествиях и, поглядывая на Кари, иногда чуть улыбался. А Кари не могла вымолвить ни слова.

К концу разговора старый рыбак, отец Кари, спросил Агора:

– Как тебе понравились наши девушки, принц? Например, дочь моего соседа – Пента? Правда, красавица? А ее сестричка Тора – добрейшая душа!

Слова отца очень испугали и разозлили Кари: вдруг принцу и в самом деле понравились эти девушки? А как же тогда она, Кари? И хотя Пента и Тора были ее подругами, Кари в этот момент ненавидела их, и у нее неожиданно вырвалось громкое восклицание:

– Тоже мне – умницы-красавицы!

После этих резких слов все замолчали. Принц Агор с удивлением и печалью посмотрел на Кари, которая смутилась и уже пожалела о сказанном. Гости поспешно попрощались и ушли, а Кари схватила свои волшебные зеркала, выскочила из дома и спряталась в скалах, где ее никто не мог увидеть. Она посмотрела в каждое зеркало и расплакалась.

В синем зеркале она увидела презрительно сощуренные глаза, капризно надутые губы, кривую усмешку. Красное зеркальце показало, какой ее представляет сейчас принц Агор: злобной, завистливой гордячкой. Кари винила себя за свои глупые и необдуманные слова, за своенравный характер, а в зеленом зеркале тем временем постепенно менялось ее лицо. И чем больше ругала себя Кари, чем больше находила в себе плохого, тем безобразней становилось ее отражение в зеленом зеркальце. Ведь оно показывало тот образ, который складывается у человека о себе самом.

Прошло несколько дней. Принц Агор обошел уже все до-

ма в рыбацкой деревушке, познакомился со всеми девушками, но, видно, так и не сделал своего выбора. И хотя каждый вечер специально для него молодежь деревушки устраивала праздничные гулянья с песнями и танцами, глаза его оставались грустными.

Кари несколько раз говорила с ним и даже танцевала, но, заглядывая в заветное красное зеркальце, она видела там самолюбивую и глуповатую девочку, то есть такую, какой ее видел принц Агор. Правда, теперь это отражение не было таким четким, как раньше, и в нем даже появились некоторые приятные черты, но все равно это было совсем не то, чего хотела Кари. Ведь она мечтала о том, чтобы принц полюбил ее так же, как она его.

Иногда она мысленно просила красное зеркальце показать, какой видят ее родители, и тут же отражение становилось симпатичным, веселым и беззаботным.

Так проходили дни. Родители Кари заметили, что их дочь очень изменилась. Девушка больше не ленилась, с охотой выполняла домашнюю работу, стала более внимательна к родителям и приветлива с подругами. Часто она ласково гладила пушистую шерстку котенка и разговаривала с ним, но в ответ он только мурлыкал, как будто никогда не умел говорить по-человечески.

В один прекрасный день Кари с удивлением обнаружила, что ее отражения в зеленом зеркальце (то есть тот образ, который представляла она сама) и в синем (то есть ее настоя-

щий образ) стали очень похожи.

Однажды в конце привычного празднества принц Агор объявил жителям деревушки, что прощается с ними. Музыка смолкла, прекратилось веселье, танцы и смех. Все были расстроены, потому что успели полюбить доброго и благородного принца. В наступившей тишине Агор сказал:

– Мне очень жаль расставаться с вами. Но срок мой истек, а я так и не сумел выполнить поручение моей матери.

– Разве нет у нас достойных невест? – с удивлением и огорчением спросил самый древний старик.

– Есть, но я искал только одну-единственную, чей образ показала мне мать в своем волшебном зеркале и кому я сразу отдал свое сердце. Она должна была быть здесь, но я не нашел ее, – ответил принц.

В эту ночь Кари никак не могла уснуть от слез и, выйдя тихонько из дома, отправилась к морю. Вдруг она увидела людей – это были спутники принца с корабля. Среди них девушка заметила и самого принца Агора. Все они направлялись к скале, располагавшейся у самого моря. Кари бесшумно последовала за ними. То, что она вскоре увидела, поразило и испугало ее.

На самом нижнем уступе скалы, о который бились морские волны, люди остановились. Один из них вбил в трещину в каменной стене большое железное кольцо. К этому кольцу приковали принца Агора, опутав его руки и ноги тяжелыми цепями. Один из сопровождавших принца людей наклонил-

ся к нему и с печалью произнес:

– Прощай, принц. Нам очень больно делать это, но мы не в силах помочь тебе.

– Прощайте, друзья, – ответил Агор, голос которого был тверд, но полон глубокой грусти. – Вы сделали все, что могли. Передайте моей матушке, что я прошу у нее прощения за то, что не сумел выполнить ее наказ.

Затем спутники принца молча покинули мрачную скалу, и Агор остался на уступе один. Он прислонился к каменной стене и замер, будто ожидая чего-то. Кари вышла из-за кустов, где пряталась до этого, и бросилась к принцу.

– Я освобожу тебя! – горячо воскликнула она.

– Кто здесь? – резко обернулся Агор. – Кари! Нет, ты не сможешь освободить меня. Скорее уходи отсюда, близится полночь...

– Я не уйду, я помогу!

– Нет! – сурово сказал Агор. – Если ты не уйдешь, то погибнешь вместе со мной. А Дракону нужен только я!

– Дракону? Какому Дракону? Я ничего не понимаю!

– Хорошо, я все объясню тебе, но после этого ты уйдешь.

На меня с детства наложено страшное заклятие. В день своего двадцатилетия я должен быть принесен в жертву злому Дракону. Снять это заклятие может только любовь, моя любовь к одной девушке, чей образ показала мне матушка в своем магическом зеркале.

Моя мать, королева и волшебница, сказала мне, что я

найду эту девушку в вашей рыбацкой деревушке, и, когда я узнаю ее, в тот же миг падут злые чары, и с меня снимется страшное заклятие. Я долго искал ее, но так и не нашел. И теперь я стану жертвой Дракона. А сейчас ты должна уйти как можно скорее.

– Нет, я освобожу тебя! Давай вместе убежим отсюда!

– Нет. Заклятие нельзя нарушить, иначе огромные беды обрушатся на все мое королевство.

– Но есть ли другой способ спасти тебя?

– Есть... Но это невозможно!

– Скажи мне!

– Нет! Уходи, Кари, прошу тебя!

Кари стояла на коленях рядом с принцем и плакала от своего бессилия. Неожиданно что-то мягкое и пушистое потерлось о ее ногу. Это был котенок.

– Принц не скажет тебе, Кари, – промурлыкал он. – Потому что не хочет спасения такой ценой. Для снятия злых чар нужно, чтобы жертву Дракону.

Его последние слова заглушили внезапный грохот и плеск забурлившей воды. Ударили молнии. Прогредел гром. Из глубины моря поднималось огромное тело Дракона, покрытое бронзовой чешуей. Когда Дракон полностью показался из воды, его ужасная, уродливая голова повернулась в сторону скалы, где находились Кари и принц Агор, и посмотрела на них злобными глазами.

Кари очень испугалась. Она сжалась в комок и замерла.

– Беги, Кари! – воскликнул принц Агор, пытаясь встать на ноги, но цепи мешали ему.

Девушка очнулась от страха и посмотрела на него. Она любила его. Она знала способ спасти его.

Кари вскочила и бросилась к самому краю уступа, на который летели соленые брызги от рассвирепевших морских волн.

– Вот я! – громко крикнула она. – Бери меня, Дракон, вместо принца Агора!

– Не смей, Кари! – закричал принц и рванулся к ней, разрывая сковывавшие его цепи.

Кари обернулась, и в неровном свете сверкающих молний принц увидел ее прекрасное лицо.

– Ты! Это ты! Я узнал тебя! Та самая девушка из волшебного зеркала моей матери! – воскликнул принц Агор.

В тот же миг раздался ужасный рев. Это в бессильной ярости рычал Дракон, который вдруг стал рассыпаться, словно сделанный из песка.

Вскоре успокоились волны, перестали полыхать молнии, стих ветер, и наступила тишина. Злые чары рассеялись.

А на уступе скалы, взявшись за руки, стояли Кари и принц Агор. У их ног валялись разорванные цепи, а рядом сидел котенок и как ни в чем не бывало облизывал свою шерстку.

– Как же я мог сразу не узнать тебя? – тихо спросил принц.

– Я сама не могла узнать себя даже в волшебных зеркалах, – улыбаясь, ответила Кари и достала из кармана свои

драгоценные зеркальца.

– Ах, вот они! Моя матушка рассказывала мне, что однажды она бывала в вашей деревушке, переодевшись в нищенку. Добрый рыбак пустил ее в свой дом переночевать. Именно тогда она подарила эти чудесные зеркальца его дочери – той самой девушке, которую я искал, – сказал принц.

Кари держала перед собой три волшебных зеркальца – зеленое, красное и синее. И во всех трех отражалось... одно и то же лицо – прекрасное, доброе и счастливое.

Психологический практикум. Упражнения на развитие представлений о своем «Я»



Комментарий для взрослых. Примерно с трехлетнего возраста начинается качественно новый этап в развитии детского самосознания, характеризующийся появлением осознанного «Я» как активного начала. К шести годам у ребен-

ка уже формируется обобщенный «Я-образ», включающий знание о некоторых своих личных качествах, отношение к себе и самооценку. В этом возрасте ребенок нуждается в том, чтобы взрослые помогали ему развивать правильные представления о себе, верную самооценку, положительное отношение к себе, умение регулировать свое поведение. Становление личности невозможно без формирования этих компонентов самосознания. Ниже предлагается несколько упражнений, способствующих развитию у ребенка представлений о своем «Я».

Упражнение 1

В этом и некоторых последующих упражнениях тебе будет необходим альбом для рисования. Заведи его специально для выполнения заданий, которые будут встречаться в этой книжке.

На одной странице альбома нарисуй три зеркала, похожие на те, о которых говорилось в сказке, а в них Кари – такой, какой она выглядела в начале сказки. Затем на другой странице снова нарисуй эти три зеркала, но покажи в них Кари такой, какой она стала в конце сказки.

Упражнение 2

Внимательно рассмотри себя в зеркале и затем ответь на несколько вопросов:

- Какого цвета твои глаза и волосы?
- Какого ты роста (сравни себя по росту с чем-нибудь или с кем-нибудь)?
- Чем ты внешне отличаешься от других детей, твоих друзей и подруг (можно сравнить цвет глаз, рост, аккуратность в одежде и другое)?
- Что в твоей внешности является самым привлекательным?

А теперь улыбнись! Тебе нравится твоя улыбка? Другим людям она тоже очень нравится. Улыбайся чаще! С улыбкой ты будешь симпатичен всем окружающим.

Комментарий для взрослых. Сравнение с другими детьми необходимо проводить тактично, не задевая чувства собственного достоинства ни ребенка, ни его друзей. Если по некоторым характеристикам сравнение оказывается не в пользу вашего ребенка (например, он неаккуратен в одежде), нужно мягко указать ему на это. Важно подчеркнуть, что отличие от других не является недостатком. Все люди разные – и это замечательно! Каждый из них по-своему хорош и красив.

Упражнение 3

Это дом Доброты. На верхнем его этаже живут самые добрые люди, на нижнем – те, у кого доброты меньше всех. Расселением в этом доме ведает Волшебник. На каком этаже Волшебник поселит тебя? А твоих друзей? Покажи, как бы вас расселил Волшебник, и объясни почему.



У Волшебника есть и другие похожие дома – дом Щедрости, дом Ума, дом Силы. На этом же рисунке покажи, как бы Волшебник расселил вас в каждом из них, и объясни почему.

Комментарий для взрослых. Если ребенок почти всегда помещает себя на верхних этажах – это сигнал тревоги для родителей: у ребенка завышенная самооценка. Однако не следует сильно пугаться – детям в этом возрасте свойственно некритичное самовосприятие. Тем не менее нужно обратить внимание на этот факт. Попросите ребенка объяснить, почему он так считает. Укажите на несоответствие его точки зрения действительности, опираясь на конкретные случаи.

Если ребенок пишет свое имя в окнах нижнего этажа, это также должно обратить на себя ваше пристальное внимание. Не слишком ли часто вы критикуете и осуждаете его поступки? Может быть, ребенок чувствует себя униженным в группе сверстников? Постарайтесь разобраться в причинах и устранить отрицательные воздействия. Чаще хвалите ребенка, но избегайте фальши и неестественности. Давайте ему задания, выполнение которых поможет повысить его значимость в собственных глазах и глазах сверстников.

Упражнение 4

Это упражнение немного похоже на предыдущее, однако теперь тебе необходимо представить себе следующую ситу-

ацию: если бы кого-нибудь из твоих друзей попросили поселить тебя в волшебных домах, о которых говорилось в предыдущем упражнении, на каком бы этаже они тебя поселили в каждом из них?

Комментарий для взрослых. Это упражнение сложнее, чем предыдущее. Здесь ребенку необходимо попытаться предсказать действия своих друзей, опираясь на собственное предположение относительно их отношения к нему. Для этого необходимо наличие у ребенка некоторых навыков рефлексии. Затем очень интересно будет проверить точность предположений ребенка, попросив его друзей показать, как бы они сами выполнили это задание.

Упражнение 5

1. Нарисуй себя.
2. Нарисуй себя таким, каким, как тебе кажется, тебя видит мама.
3. Нарисуй себя таким, каким, как тебе кажется, тебя видят твои друзья, знакомые.

Комментарий для взрослых. Если ребенок не справляется с заданием (может быть, он плохо рисует), предложите ему выполнить следующее упражнение.

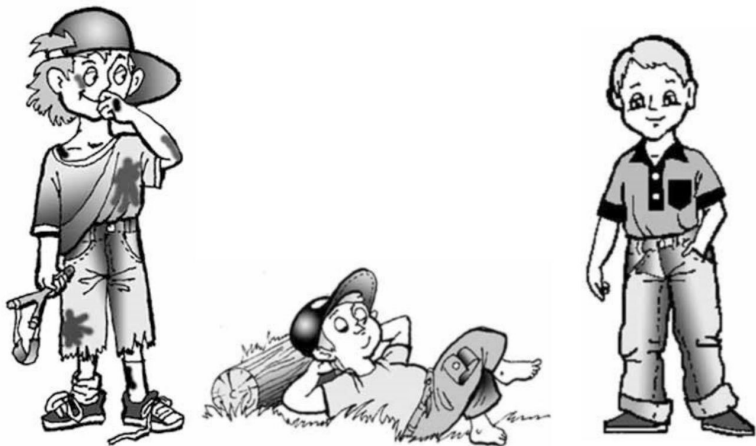
Упражнение 6

Мама-свинка очень любит своего сыночка- поросенка.
Нарисуй, каким она видит его в своем воображении.

Упражнение 7

Взгляни на рисунок.

На какого малыша ты больше похож(а)? Почему?



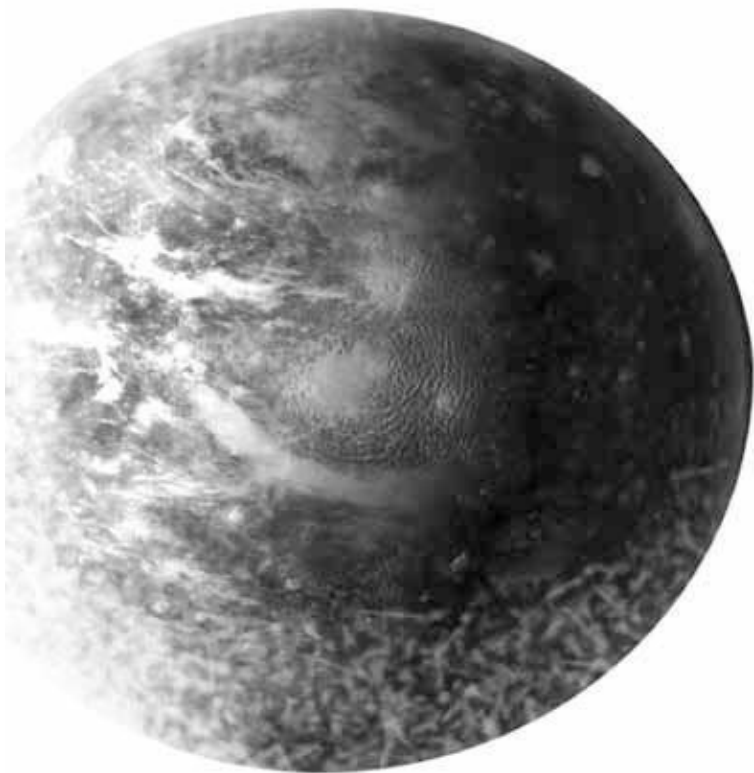
Глава 2 Серебряный шар из созвездия Гончих Псов



Наверное, вы, ребята, любите гулять в парке. Юля тоже очень любила парк, который находился недалеко от ее дома. Особенно летом и особенно по вечерам. Ей нравилось гулять там вместе с папой.

В парке работали аттракционы: качели, карусели, «чертово колесо»... А еще там было много тихих аллей и таинственных тропинок, которые уводили в глубину парка. И можно было представить, что это сказочный лес, в котором тропинки бегут прямо к избушке Бабы Яги.

В один тихий летний вечер, когда уже начинало темнеть, Юля уговорила папу пойти погулять в парк. Вообще-то для нее уже наступало время идти спать, но мамы не было дома – она ненадолго уехала в командировку, а папа был в отпуске. Кроме того, завтра должно было быть воскресенье, поэтому Юле не надо было рано вставать. А значит, можно было лечь спать чуть позже.



Словом, Юля и ее папа не спеша бродили по пустынным аллеям парка и болтали о том о сем. Над их головами негромко шелестели листья деревьев, а еще выше постепенно все ярче разгорались звезды.

– Ой, смотри, папочка! – вдруг воскликнула Юля, указы-

вая пальцем вверх.

На темном небе яркую дугу прочертила падающая звезда.

Он сгорит в атмосфере и не – Как же сгорит? –

– Метеор, – авторитетно сказал папа. – долетит до Земли. закричала Юля. – Да он летит прямо сюда!

В самом деле: звездочка не исчезала. Она очень быстро увеличивалась и мчалась прямо на них. Вот она уже превратилась в сверкающий шар размером со слона. Шар скользнул вниз и с легким шипением опустился где-то за деревьями.

– Бежим скорее! Посмотрим! – воскликнула девочка.

Юля потянула за руку растерянного папу, они свернули с аллеи, пробрались через густые заросли кустов и, сделав несколько шагов, вышли на полянку. Здесь была детская площадка: стояли беседка, два турника, качели, горка. Посередине – большая песочница с «грибком». И вот прямо над шляпкой этого «грибка», чуть-чуть не касаясь ее, висел в воздухе большой серебряный шар. Он слабо светился в темноте. Вдруг на поверхности шара появилось овальное отверстие, словно открылся люк. Оттуда – как язык изо рта – высунулся конец белой ленты. Разворачиваясь на лету, будто ковровая дорожка, лента опустилась почти к Юлиным ногам. Сразу же по этой ленте съехало вниз какое-то непонятное существо. Оно встряхнулось и село на траву перед Юлей и ее папой.



– Боже мой, – чуть слышно пробормотал папа. – Да ведь это собака!

Юля тоже с удивлением поняла, что существо, прилетевшее на серебряном шаре, – самая обыкновенная собака, мохнатая, ушастая, с хвостом калачиком. Правда, на ней был надет голубой мундир с яркой эмблемой на груди: силуэт сидящей собаки на фоне звездного неба. Животное открыло пасть и – Юля и ее папа не поверили своим ушам – произнесло хрипловатым голосом:

– Здравствуйте, меня зовут Гаф Гафыч Псовый. Можно просто Гаф Гафыч. Я с планеты Собакилия из созвездия Гончих Псов.

– Здравствуйте, – сказала девочка. – Меня зовут Юля. А это мой папа.

– Д-добрый в-вечер! – произнес папа, заикаясь, и протянул необычному гостю руку.

Гаф Гафыч оказался знаком с земным ритуалом приветствия. Папа пожал протянутую в ответ лапу и целую минуту растерянно ее тряс. Наконец ему удалось взять себя в руки, и он сказал:

– Приветствую вас на планете Земля. Мы очень рады визиту инопланетного гостя.

– Благодарю. Я тоже рад возможности побывать на вашей прекрасной планете, – с достоинством ответил пес.

– Пойдемте к нам домой, – предложила Юля. – Здесь неда-

леко. Надо же накормить гостя с дороги, правда, папочка?

История планеты Собакилия

Юля с папой и их необычный гость сидели за столом на кухне и пили чай. Пес ловко держал чашку двумя лапами. Юля не сводила с него восторженных глаз. Папа жевал сушку, прихлебывал из чашки и изо всех сил делал вид, что каждый день распивает чай с собаками.

Минут через пятнадцать, выслушав папины похвалы сегодняшней погоде, Гаф Гафыч поставил чашку на блюдце и спросил:

– Вы ведь психолог, не так ли?

– Совершенно верно. А откуда вам это известно?

– Собственно, чтобы встретиться с вами, я и прилетел на Землю.

Папа едва не поперхнулся чаем. Согласитесь, трудно не удивляться, когда прилетает из космоса говорящая собака, да еще именно к вам!

– Э-м... Чем обязан? – спросил папа, глядя в умные карие глаза инопланетного пса.

– Нам на Собакилии очень нужна ваша помощь. Я хотел предложить вам нанести короткий визит на нашу планету.

Юля посмотрела на папу. Слово «визит» она слышала по телевизору. Так говорили, когда самый главный руководитель одной страны приезжал в другую. Значит, Гаф Гафыч

зовет папу к себе в гости!

— А чем вызвано такое предложение? — осторожно спросил папа.

— Конечно, я должен вам все объяснить, — с готовностью отозвался пес. — И начать нужно с истории планеты Собакилия.

Юля придвинулась к Гаф Гафычу и приготовилась слушать.

— Мы, собаки, попали на Собакилию с Земли.

Так что прародина у нас с вами общая. Несколько лет назад — по земному времени — на Земле появились собаки, которые обладали разумом. Как это произошло, неизвестно. Может быть, какой-нибудь ученый ставил эксперимент. А может, то была случайная, но очень хорошая мутация. Так или иначе, эти собаки быстро научились говорить по-человечески, читать, писать, считать и развивались очень быстро. Главным и самым мудрым среди них был пес Полкан. Во многом он оказался даже талантливее представителей человеческого рода. Он убедил своих соплеменников скрыть свои удивительные способности от людей и втайне от них продолжать учиться и развиваться. Тысячелетиями собаки преданно служили людям, но люди часто их обижали: мучили и даже били. И пришел момент, когда Полкан и его маленькое племя не захотели больше терпеть унижения. Они решили покинуть Землю, чтобы избавиться от обидчиков. Ну не воевать же им было с людьми?!

На одном из заброшенных заводов из собранных материалов им удалось построить космический корабль на основе Великого Энергетического Принципа Полкана, не известного никому из людей. На этом корабле разумные собаки улетели в созвездие Гончих Псов. Там они нашли планету, пригодную для жизни, и поселились на ней.

Время течет на Собакилии в тысячу раз быстрее, чем на Земле. Если здесь проходит пять минут, то на Собакилии – почти четыре дня. Поэтому за время, которое прошло с отлета первых собак-переселенцев, на Собакилии возникли города и заводы, были построены космические корабли. Теперь там существует развитое общество разумных собак. Но недавно мы поняли, что не избавились от главной собачьей черты – преданности человеку, желания служить ему. И это мучает нас. Мы не можем быть счастливы без служения человеку. Что же нам было делать? Где взять людей, чтобы служить им? Вернуться на Землю? Но у вас своя жизнь, а у нас – своя. Привезти людей к нам? Но они могут не захотеть, а насильно заставить быть хозяином нельзя. Кроме того, хозяин должен быть добрым, а вдруг люди снова начнут обижать нас? И тогда мы решили сами создать для себя человека. Наши ученые и конструкторы начали создавать Искусственный Человеческий Мозг, чтобы у нас был такой властитель, какого мы сами хотим, – с лучшими человеческими качествами. Но у нас возникли трудности. Дело в том, что мы не очень хорошо понимаем внутренний мир человека, и нам нужна

помощь людей в воссоздании человеческой психики. Поэтому меня послали на Землю, чтобы я нашел здесь психолога и привез на свою планету. Я решил обратиться за помощью к вам. Если вы согласитесь, я доставлю вас на Собакилию за считанные часы.

Папа задумался.

– Понимаете, Гаф Гафыч, у меня же на Земле масса дел. Если я надолго покину планету, меня будут искать. К тому же куда деть ребенка? – Он кивнул на Юлю.

– Время, которое вы затратите на все путешествие, по земным меркам займет всего лишь несколько часов, – сказал Гаф Гафыч. – Хотя вы можете пробыть на Собакилии несколько месяцев. При вашем желании, конечно. Но, надеюсь, вы управитесь быстрее. А что касается ребенка...

– Что касается ребенка, – авторитетно заявила Юля, – то он отправится вместе с папой. Вы что думаете, я откажусь побывать на удивительной планете разумных собак?

– Юля! – строго сказал папа.

– Подумай, папа! К бабушке меня вести уже поздно. Она давно спит. Одну меня ты не оставишь. Что такого, если я буду с тобой в путешествии и мы вместе вернемся утром?

Папа выслушал ее и с улыбкой развел руками. Гаф Гафыч внимательно посмотрел на Юлю, и ей показалось, что он тоже улыбнулся. В этот момент никто из них не подозревал, что путешествие может оказаться совсем непохожим на легкую вечернюю прогулку...

О тувфельке, которую не обуешь, и не только о ней

Серебряный шар с невероятной скоростью пронзал черноту космоса. Он мчался так быстро, что звезды расплывались за иллюминаторами, словно пролитые капли молока. В шаре было тесновато втроем, но полет обещал быть недолгим, так что не стоило из-за этого волноваться.

Гаф Гафыч сидел за приборами в кресле пилота, и его уши стояли торчком от напряжения. Юля с папой тоже сидели в креслах – прямо за спиной Гаф Гафыча. Эти кресла были не очень удобными, ведь они предназначались для собак.

– Гаф Гафыч, а у вас на планете все собаки разумные? – спросила Юля.

Пес ответил, не оборачиваясь:

– Почти все, уважаемая Юля. Бывает, к сожалению, что рождаются щенки, которые не обладают разумом. Они такие же, как ваши земные собаки: только инстинкты, навыки да условные рефлексy...

– Что-что? – переспросила Юля.

– Это тебе лучше объяснит твой папа, – сказал Гаф Гафыч. – Ведь это он психолог, а не я.

– Папа, объясни, пожалуйста, – попросила Юля.

– А что именно тебе объяснить?

– Все. Что такое эти рефлексy, ин... ин...

– Инстинкты.

– Да. И еще я давно хотела спросить: чем животные от людей отличаются? Почему мы разумные, а они нет?

– Хорошо-хорошо. Я тебе попробую рассказать, но сначала скажи мне: а чем, по-твоему, живая природа отличается от неживой?

– А, это просто. Все живое движется, а неживое – нет. Камни же все время на месте лежат. А кошки, например, бегают.

– А по-моему, камни могут даже взлетать, хотя они и в самом деле неживые, – сказал папа.

– Как это? – удивилась Юля.

– Например, во время извержения вулкана. Взрывом камни подкидывает на огромную высоту. Так что движение – это еще не главный признак живого.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.