

Сильвия Хету, Миа Элмсатер

# Прикосновение в школах

Новая стратегия защиты от травли  
в детских коллективах



Миа Элмсатер

**Прикосновение в школах.  
Новая стратегия защиты от  
травли в детских коллективах**

«Издательство Ресурс»

2010

УДК 615.41  
ББК 74.200.3

**Элмсатер М.**

Прикосновение в школах. Новая стратегия защиты от травли в детских коллективах / М. Элмсатер — «Издательство Ресурс», 2010

ISBN 978-5-6042434-0-4

В книге показано, как повсеместное внедрение в школьные программы метода позитивного прикосновения, движения и других видов активности приводит к кардинальным изменениям в эмоциональном благополучии детей. Тревожные симптомы глобального кризиса в системе школьного образования во всем мире – это увеличение количества детей с ментальными заболеваниями, участвовавшие случаи исключения учеников из школы, рост детских и подростковых суицидов. Авторы убеждены, что взрослые обязаны взять на себя ответственность за то, что является лишь внешним проявлением гораздо более глубокого нездоровья, поражающего все больше детей в современном мире. Программа, представленная в книге, заключается в обучении детей основам элементарного массажа, который они делают друг другу. Это дает детям возможность установить друг с другом позитивные связи в игровой, естественной форме, сформировать благополучную атмосферу в классе, что в итоге способствует росту интереса к обучению и укреплению чувства любви к жизни в целом.

УДК 615.41  
ББК 74.200.3

ISBN 978-5-6042434-0-4

© Элмсатер М., 2010

© Издательство Ресурс, 2010

# Содержание

Благодарности	7
Предисловие	8
Введение	10
Часть 1	11
1. В направлении социального изменения	12
2. Образование в беде	13
Конец ознакомительного фрагмента.	16

**Миа Элмсатер, Сильвия Хету**  
**Прикосновение в школах. Новая стратегия**  
**защиты от травли в детских коллективах**

*Всем детям, и особенно семилетнему шведскому мальчику,  
который в школе поднял руку и спросил: «А где наш массаж?».  
Благодаря ему родилась идея этой программы.*

© ООО «Издательство Ресурс», 2019, перевод, оформление  
Copyright © 2010 by Mia Elmsäter, Sylvie Hetú.

## Благодарности

Сильвии Линдгрэн, которая провела бесконечные часы редактируя, переписывая, корректируя книгу и оставила в ней часть души и сердца.

Ричарду Хаусу, поощрявшему нас осуществить мечту и описать массаж для школ.

Автору Шелли Мосли, линейному редактору и библиографическому эксперту, убедившей нас в необходимости предметного указателя и учившей пунктуации и грамматике.

Вимале Макклюр, основателю Международной ассоциации детского массажа, к которой мы относимся с высочайшим уважением. Мы познакомились благодаря массажу.

Андре Лантьеру, побудившему нас обратиться к детям.

Джил Три, собственнику «Важные вещи для здоровья» (Essentials for Health), организовавшей первый тренинг по массажу в школьной программе (MISP), который прошел в Великобритании.

Марго Сандерленд, директору центра детского ментального здоровья в Лондоне, которая увидела значимость MISP и стала представителем в Англии.

Пьеру Блейссу, Кей Вайт, Шерон Вилсмо, Кейт Пиджен-Оуэн, Анн Криз, Аните Моррис, Джин Джосон, Мэри Гэндер и Глории Вонг, представителям от детей, родителей, учителей.

Кэрол Тровер, «взявшей быка за рога» и ставшей тем двигателем, который начал и продолжил продвижение МШ в Великобритании.

Матильде Барбьер и Изабель Натали, которые помогли организовать фотографии и обратную связь по настоящему курсу из школы.

Роду Дэвису, директору школы в Гибс Грин, Эдварду Пирсон-Шол, координатору службы специальных потребностей (SENCO) в начальной школе в Таквуд коммьюнити, и учителю Карен Армитаж в Гиббс Грин, которая изменила расписание в классах и позволила нам фотографировать в ее школах.

Дугу Ризу, который в свободное время помог нам с нашим первым веб-сайтом.

Всем международным тренерам и инструкторам по массажу; вы сделали реальностью нашу идею.

Родителям и детям, которые позволили нам опубликовать их фотографии.

Нашим детям: Тиму, Эрику, Жоакину Элмсатер и Этьену, Джин-Мишель и Джоан Хету-Госсард, которые стали нашими учителями-наставниками, спускали нас на землю и заставляли смириться с обстоятельствами.

Нашим мамам, Касс и Моне, смирившимся с тем, что мы живем в самолетах, стремясь распространить MISP по всей планете.

Микаэлю, который был с нами всегда, когда мы нуждались в помощи... ты настоящий ангел!

## Предисловие

Посещая Америку много лет назад, французский врач Альфред Томатис, чьи новаторские исследования в области слуха, речи, движения и обучения уже стали классическими, отметил «изголодавшегося по прикосновениям американского ребенка». Сегодня ситуация в этой области даже хуже, чем в дни Томатиса. Как недавно отметил Дэвид Элкин, исследования в области нервно-физического роста и развития ребенка расширили наши знания по сравнению с предыдущими поколениями. При этом мы с треском провалили применение хоть каких-то результатов и выводов обширных новых исследований – «кризис в детстве» усиливается с каждым днем. Возникает вопрос: а как мы можем применить этот обширный массив новых знаний?

Мне постоянно присылают множество книг на эту тему. В них содержится масса решений, как чрезмерно сложных, так и чрезмерно упрощенных. Однако здесь, в этой удивительно детальной, но простой по сути работе содержится ответ, который выделяется среди остальных и требует действия от всех нас. Книга «Прикосновение в школах» содержит настолько простую, полезную и важную информацию, изложенную в доступной форме, что остается только спросить: почему же это не было сделано раньше?

Исследования и рекомендации Мири Элмсатер (Elmsäter) и Сильвии Хету (Hétu) в новой, динамично развивающейся области впечатляют и вдохновляют. Применение этих знаний в повседневной жизни ребенка ярко, практично и необходимо. Снова и снова мы можем спрашивать, почему столь очевидный подход, основанный на здравом смысле, не применялся раньше, хотя, конечно, я вижу, что отдельные его элементы уже некоторое время используются в скандинавских странах – там есть странная привычка слушать, наблюдать и применять то, что обнаруживают ученые при исследованиях детей..

На самом деле внедрение этой практической программы в школах может быть затруднено в Соединенных Штатах, Канаде, Великобритании и, возможно, других странах. Сопротивление может быть высоким в тех фундаменталистских областях, где получение удовольствия вызывает подозрения, а боль священна, где слепое послушание ценится выше истинного обучения, не говоря уже о счастье. Тот факт, что ребенок учится, постигает и сохраняет новую информацию в атмосфере, когда обучение пронизано эмоциональностью, воспитанием и заботой, может вызвать негативную ответную реакцию, которая базируется на древних верованиях, мифах, суевериях и унаследованных заблуждениях.

Также я хочу кратко упомянуть один интересный факт из исследований сердца и мозга, которые на протяжении двух десятилетий проводятся в Институте HeartMath. Там серьезные и масштабные исследования обнаруживают «электричество прикосновения», что вполне соответствует изложенным в программе идеям. Когда люди дружелюбно прикасаются друг к другу, электромагнитные поля, создаваемые их мозгом, вступают в синхронную связь с электромагнитными полями их сердец. Наложение двух таких полей усиливает совместную упорядоченность систем сердца и мозга людей, двигая их к единству ума, сердца и тела, и эта неотъемлемая часть обучения и творчества и является самой тканью социальной связи.

В этом состоянии слаженности устанавливаются и укрепляются взаимодействия сердце-мозг, новое обучение может проходить без стресса, преобладает чувство спокойствия, что глубоко влияет на людей всех возрастов. Связывая выводы HeartMath с принципами метода прикосновения, описываемыми здесь, можно предположить счастливый, продуктивный и мощный союз.

Утверждать, что экологичность мира, возможность реально привести наш мир в согласованное и гармоничное состояние свойственны этому простому решению, предлагаемому для школ, возможно, экстремально, но ведь экстремальна и вся сложившаяся ситуация, а потому



требуются новые решения. Экология ребенка и Земли тесно переплетены, и обе системы остро нуждаются в новом подходе, отличном от тех, которые есть сейчас: это касается, конечно, и каждого из нас. Давайте поблагодарим Элмсатер и Хету за их новаторские усилия и всячески поддержим их. Я польщен и польщен тем, что на 82-м году моей жизни меня попросили представить эту замечательную книгу, и мне хотелось бы, чтобы я был моложе, чтобы у меня оставалось немного больше времени и сил, чтобы участвовать в этой работе.

Джозеф Чилтон Пирс, автор книг:

- Трещина в космическом яйце
- Исследование трещины в космическом яйце
- Волшебный ребенок
- Связь силы (духовное пробуждение)
- Волшебный ребенок взрослеет (Волшебный ребенок – волшебный подросток)
- Конец эволюции
- Биология трансцендентного
- Смерть религии и возрождение духа – Открытие разума сердца

*...нам нужно прорваться сквозь современные табу и осознать человеческую потребность во взаимодействии.*

**Жан Ледлофф, «Концепция непрерывности» (*The Continuum Concept*)**



## **Введение**

### **Когда дети стреляют в детей**

*Слишком часто мы недооцениваем силу прикосновения, улыбки, доброго слова, слышащего уха, честного комплимента, мельчайшего проявления заботы, каждое из которых может изменить жизнь.*

**Лео Бускалгия**

Почему дети стреляют друг в друга? Нам, взрослым, хочется думать, что перестрелки происходят в других школах, в других городах, в других странах и что они никогда не могут произойти рядом с нами. Однако в каком-то очень важном смысле мы несем коллективную ответственность. Это вызов, с которым должен столкнуться каждый.

Существует множество проблем в образовании и образовательных системах во всем мире. Например, сегодня больше детей, чем когда-либо, имеют симптомы депрессии, все в более раннем возрасте совершаются детские и подростковые суициды, число которых стремительно растет, как и растет число тех, кто бросил школу. Насилие в виде буллинга, изоляции, неуважения со стороны учителей нарастает драматически. Проблемы с обучением, такие как гиперактивность, дефицит внимания – еще одна группа серьезных школьных проблем.

Как авторы этой книги, мы предлагаем взглянуть в суть проблемы и даем положительное решение в отношении улучшения повседневного опыта детей в школах. Хотя «Прикосновение в школах» не обещает разрешения всех вышеупомянутых проблем и исцеления от сопутствующих им недугов, мы уверены, что книга может существенно изменить ситуацию к лучшему. Сфера образования нуждается в серьезных преобразованиях, чтобы удовлетворять истинные потребности детей, и программа, описанная в этой книге, является важным, но простым шагом в правильном направлении.

Рекомендации, представленные в этой книге, основываются на пользе действенного, живительного прикосновения и движения. Они были выработаны в результате практических занятий в условиях современной школы. Вежливое прикосновение, лежащее в сердце программы, берет за основу простую реализацию в виде детей, массирующих друг друга. Программа «Массаж в школах» (МШ) предоставляет детям прекрасную возможность сделать паузу и перевести дух. Будем надеяться, что это также побудит всех участников процесса образования сделать паузу и заново открыть, вновь прояснить глубокий смысл воспитания, образования, заботы о детях и их потребностях.

МШ предлагает широкое или даже универсальное введение и закрепление положительного прикосновения и движения в школьную программу. Мы утверждаем, что движение и прикосновение необходимы для здорового обучения и благополучия детей так же, как вода, воздух и пища необходимы их растущим организмам.

## Часть 1

### Философия

*Без ощущения прикосновения человек никогда бы не стал  
осознавать духовное.*

**Рудольф Штайнер**



## 1. В направлении социального изменения

*Почему мы должны пересматривать образование сейчас?  
Весьма короткий ответ: для достойного существования человека.  
Гэри Макинтайр Бойд*

Перемены не происходят в одночасье. Хорошо известно, что на изменение культурных традиций требуется много лет (некоторые историки даже утверждают, что не менее пятидесяти). Для устойчивого изменения коллективных убеждений необходимо, чтобы в этом участвовал определенный процент населения. Вводя массаж в программу школы, мы делаем значительный вклад в изменение культуры, что позволит увеличить количество детей, имеющих опыт первичного сенсорного переживания, в обществе. Мы полагаем, что программа внесет свой вклад в создание нового социального порядка, в котором сострадание и уважение станут результатом здорового отношения к прикосновениям.



Люди относятся друг к другу посредством своих тел, через них, в их пределах. Отрицание физического контакта может привести к формированию изоляции, несбалансированному индивидуализму и ослаблению социальных способностей. Одним из следствий отсутствия осознанного развитого позитивного контакта в образовании может быть растущий уровень неуважения, а также злоупотреблений в отношении тела, будь то злоупотребление в отношении себя или других людей. Обществу нужно переобучить себя как коллективно, так и индивидуально иначе относиться к прикосновению, чтобы стать лучше. Прикосновение полезно человеку от рождения до смерти – и переобучение в этой важной сфере, безусловно, необходимо.

«Массаж, сделанный сверстником, устраняет гнев», – мальчик 10 лет.

## 2. Образование в беде

*Современные дети буквально теряют интерес к предметам, интерес к учителям, интерес к школе, интерес к самой жизни [...]*

*Им не хватает сил души, которые могли бы вызвать интерес, и поэтому они становятся все более пассивными и нищими духом.*

**Евгений Шварц**

Если бы мы подсчитали, сколько деревьев было вырублено, чтобы подготовить документы, на которых были напечатаны отчеты, анализы, статистические данные и реформы учебных программ в области образования, это, несомненно, была бы шокирующая цифра! Хотя мы действительно уважаем все честные попытки, которые предпринимаются для того, чтобы помочь детям преуспевать в школах, многочисленные негативные симптомы, которые часто наблюдаются в современных школьных системах, могут опустошить нас и сформировать устойчивый скептицизм. Что дети пытаются донести своим поведением до воспитателей и учителей? Почему так много неблагополучных детей? Почему так мало детей добивается успеха в существующей образовательной системе? Почему нынешняя система образования устраивает только небольшую часть детей, но, похоже, не устраивает большинство?..





Мы просто не можем игнорировать тот факт, что многие ученики мучаются в современной системе школьного образования. Эскалация насилия, прогулы занятий, отказ от посещения школы, изоляция в коллективе, буллинг и самоубийства являются индикаторами общего недуга, который демонстрируют дети во всем мире. Это ведет к выгоранию учителей и перегрузке социальных работников, испытывающих все большую нагрузку.

Несмотря на благородные усилия учителей, психотерапевтов, педагогов, психиатров, психотерапевтов, консультантов и родителей, образование по-прежнему находится в серьезной опасности.

## **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.