

Ханна Бич
Тамара Ньюфелд Страйджек

НЕ УПУСКАЙТЕ СВОИХ ШКОЛЬНИКОВ

Почему дети становятся все более тревожными, агрессивными
и закрытыми, чем раньше, и что мы можем с этим поделать

*Написана в соответствии с концепцией развития личности
на основе привязанности Гордона Ньюфелда*



**Тамара Ньюфелд Страйджек
Ханна Бич**

**Не упускайте своих
школьников. Почему дети
становятся все более
тревожными, агрессивными
и закрытыми, чем раньше, и
что мы можем с этим поделать**

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67693641

*Не упускайте своих школьников. Почему дети становятся все более
тревожными, агрессивными и закрытыми, чем раньше, и что мы
можем с этим поделать / Ханна Бич, Тамара Ньюфелд Страйджек /
Перевод Виктории Романовой: Ресурс; Москва; 2021
ISBN 978-5-6045917-7-2*

Аннотация

Дети нуждаются в том, чтобы чувствовать себя в безопасности рядом с взрослыми. Это важно для эмоционального благополучия ребенка, успешного обучения дома или в школе, комфортного взаимодействия с одноклассниками. Как стать для школьников

таким лидером, на которого они согласятся ориентироваться, за которым захотят идти, у которого будут учиться радостно и успешно? Основой, точкой отсчета на пути к эмоциональному благополучию и эффективному обучению являются отношения, утверждают авторы.

Именно тому, как добиться доверия детей, завоевать у них авторитет без фамильярности и панибратства, посвящена книга «Не упускайте своих школьников» Ханны Бич и Тамары Ньюфелд Страйджек. Она окажет неоценимую поддержку и родителям и учителям, когда они сталкиваются с проблемным поведением и сложностями в обучении. Научившись понимать причины такого поведения и эмоциональные потребности каждого ребенка, вы сами удивитесь, насколько легче будет работать в атмосфере дружелюбия и взаимопонимания, по-новому взглянете на свое призвание и обретете второе дыхание.

Содержание

Вступительное слово	8
Предисловие	13
Как появилась эта книга	13
Как написана эта книга	21
Часть первая	24
Глава 1	24
Мечта	24
Реальность	27
Глава 2	29
Технологии разрушили связь между взрослыми и детьми	34
Дети и молодые люди лишились возможности спонтанной игры	37
Наши ученики застряли в режиме выживания	42
Часть вторая	47
Глава 3	47
Как мы управляем классом	50
Уклоняясь от лидерства	51
Всегда ли нужна сильная рука	54
Теплота против давления	56
Быть открытым к переменам	58
Глава 4	60

**Бич Ханна, Ньюфелд
Страйджек Тамара
Не упускайте своих
школьников. Почему
дети становятся все
более тревожными,
агрессивными и
закрытыми, чем
раньше, и что мы
можем с ЭТИМ поделать**

*Посвящается нашим детям и ученикам —
вы были нашими величайшими учителями*

*Действие приобретает смысл лишь в контексте
отношений, без понимания сути отношений
действие на любом уровне только разжигает
конфликт. Понимание отношений в конечном счете*

*более важно, чем поиск плана действий.
Дж. Кришнамурти*

Основано на подходе к воспитанию с позиции отношений
и развития доктора философии Гордона Ньюфелда



© Издательство «Ресурс», перевод, оформление, 2021

Copyright © 2020 by Hannah Beach and Tamara Neufeld
Strijack

Вступительное слово

Я рад, что пишу вступительное слово к этой книге. Но не стоит подозревать меня в необъективности, потому что я отец одного из авторов. Ведь объективно достоинства книги намного шире моего отношения, которое могло бы быть предвзятым. Убежден, что читатели со мной согласятся. Я не принимал практически никакого участия в написании, поэтому мне было еще приятнее услышать во время прочтения внутренний полный энтузиазма возглас «да!» относительно того, что сказали авторы. Думаю, они дали ответы на те вопросы, которые задают очень многие учителя.

Сегодня в обществе все сильнее укрепляется понимание: эмоциональное благополучие – ключ к раскрытию потенциала ребенка, идет ли речь об обучении, взрослении, самореализации или, наконец, о здоровой интеграции в общество. Люди, занимающиеся образованием, больше не могут закрывать глаза на «дела сердечные».

Мне редко встречаются аргументы против внедрения уроков эмоционального здоровья в школьную программу, но существует много путаницы в отношении того, как наилучшим образом сделать это. Нужно ли вводить такой предмет, как эмоциональная грамотность, в расписание? Добавлять программы по обучению навыкам эмоциональной саморегуляции? Обращать внимание на действия, которые могут улуч-

шить социальное взаимодействие между детьми? Нужно ли, наконец, стараться обучить детей эмпатии?

Я убежден, что эти программы, хотя их цели очень правильные, не доходят до сути того, что по-настоящему важно. А ведь в чем-то решение даже проще и доступнее, чем обычно считается. Но для начала стоит разобраться в самой природе проблемы.

Главное в вопросе об эмоциональном здоровье и благополучии – детям необходимо ощущать эмоции, даже те, что делают их уязвимыми. Без чувств не бывает ни человечности, ни взросления, ни стойкости, ни адаптации, ни эмпатии.

Я считаю, что истоки кризиса эмоционального здоровья детей следует искать в том, что они теряют свои чувства – очень быстро теряют! – и это приводит к катастрофическим последствиям для всех нас. Потеря способности чувствовать – первый шаг на пути к утрате эмпатии, интереса к учебе, росту агрессии, увеличению рисков суицида и даже эпидемии психических заболеваний.

Так каким же может стать решение проблемы кризиса эмоционального здоровья и благополучия школьников? Если главная ее причина связана с потерей способности чувствовать, выход нужно искать в сохранении или в крайнем случае в восстановлении этой способности.

Одна сторона ответа на этот вызов – внимание к отношениям. Причем речь идет не об отношениях между детьми, как часто думают, а, в первую очередь, об отношениях между

школьниками и ответственными за них взрослыми. Отовсюду приходят подтверждения того, что эмоциональная связь с заботящимся взрослым – лучший способ защитить сердце ребенка.

Влияние даже просто хороших отношений между учителем и учеником на эмоциональное здоровье и благополучие может быть очень глубоким и долгосрочным. И авторы книги уделяют этому аспекту значительное внимание.

Другой возможный способ решения проблемы сохранения эмоционального здоровья – создание специальных игровых площадок для тренировки эмоций. Древнегреческие философы были убеждены: человеческая цивилизация состоялась только благодаря тому, что люди давали эмоциям выход через игру. Каждый свободный афинский ребенок учился петь и играть на лире, не для того чтобы выступать на сцене, – эта деятельность была средством выражения эмоций.

Современное учение об игре подтвердило бы, что тот опыт, который ребенок приобретает в рамках занятий так называемыми исполнительскими видами искусства, – ключевой элемент эмоционального здоровья и благополучия. И секрет не в непосредственном «перформансе». Все дело в том, что движение, музыка и драматургия становятся площадкой для проявления эмоций и естественным образом оказывают терапевтическое воздействие. Здесь не нужны зрители. Секрет в том, чтобы превратить исполнитель-

ское искусство в искусство выразительное и проявить себя через доступные виды деятельности, а не через те, которые запланированы заранее программами.

На мой взгляд, книга хорошо справляется именно с этой задачей. Важно, что в ней содержится информация о том, как вернуть себе своих школьников, как стать их проводниками на игровую площадку эмоций. Там они всегда смогут восстановить и сберечь эмоциональное здоровье и благополучие даже после того, как мы уйдем со сцены.

Авторы проводят читателя через теорию к множеству практических упражнений, нацеленных на осуществление заявленной цели. Особенность практик для поддержания эмоционального здоровья, описанных в этой книге, заключается в их простоте и возможности незамедлительного применения. Они не требуют поддержки администрации школы. Более того, эти упражнения не создают чувства неловкости ни у учеников, ни у учителей. Все участники естественны при их выполнении. Вот в чем восхитительная особенность настоящей игры: она оказывает сильное воздействие на эмоции, но закамуфлирована так, как будто ничего серьезного не происходит.

Природа испокон веков заботилась о нас. Если разобраться, то окажется, что эмоции чуть ли не главный элемент ее заботы. А с эмоциями, в свою очередь, работают правильные отношения между взрослыми и детьми и эмоциональные игровые площадки. Во многом главные мысли этой книги воз-

вращают нас к основам цивилизации – к тому, что находится в самом сердце пути к человечности и гуманности. И средства, нужные для исцеления детей, находятся прямо перед нашими глазами. Книга поможет нам пройти этот путь.

Вернуть себе школьников – значит, занять правильное место в их жизни, чтобы мы могли защищать их сердца, а также вести к игре, которая сбережет эмоциональное здоровье и благополучие детей. Это именно то, что делали наши лучшие учителя, не важно, отдавали ли они себе отчет в этом или нет. Мы можем сделать то же самое для своих школьников, не важно, узнают они об этом или нет.

Я оставляю вас в надежных руках. Надеюсь, вы не только получите удовольствие от чтения, но и найдете здесь игровые практики, которые помогут вам заботиться о своих учениках.

Д-р Гордон Ньюфелд

Предисловие

Как появилась эта книга

Ханна

Я проводила мастер-класс по эмоциональному здоровью и инклюзии для группы учителей. Мы разговорились о том, как сильно они устали от работы. Учителя признались, что агрессия в классе просто сводит их с ума, каждое утро они боятся входить в класс, о том, как стремительно растет тревожность у учеников. Они не знали, что делать, и считали, что проблема не в учебе как таковой – основной сложностью было поведение детей. Школьники проявляли неуважение к педагогам и одноклассникам: орали, ругались, толкали, высмеивали и травили друг друга. Часто, по словам учителей, ученики не искали у них ответов на свои вопросы. Они практически не оказывали какого-либо влияния на детей.

Я и раньше часто слышала подобные разговоры, но отчаяние и безнадежность именно у педагогов особенно тронули меня. Возможно, разговор оказал на меня такое сильное влияние, потому что в то утро по дороге на мастер-класс я слушала программу на радио, где ведущие обсуждали популярные имена детей. Прозвучала мысль: какое имя вы бы ни выбрали, главное, чтобы оно не рифмовалось с каким-ни-

будь плохим словом, потому что в противном случае над ребенком непременно будут издеваться в школе. Ведущие шоу смеялись, а меня резко пронзила мысль о том, насколько буднично мы воспринимаем недобрую обстановку в школе.

Наши неписанные правила для детей звучат так: *не надевай ничего, что выделяет тебя среди других, не называй себя необычным именем, не показывай, какой ты на самом деле*. Индивидуальность не особенно приветствуется в нашей школе, в то время как насмехаться над другими и скрывать свои истинные чувства считается нормой.

В то же время учителя перестали ощущать важность своей работы. Они не осознают, как отчаянно нуждаются в них их ученики, причем сегодня больше, чем когда-либо.

Я остановилась и на некоторое время задумалась о том, как растут и развиваются дети в здоровых сообществах, и о том, что в нашей культуре не поддерживается такой рост и развитие в здоровом ключе.

Я вспомнила, как впервые встретила с работами доктора Гордона Ньюфелда. Кто-то дал мне экземпляр его книги «Не упускайте своих детей» (написанной в соавторстве с Габором Мате). Тот момент оказался для меня поворотным. Мне показалось, что я вернулась к древнейшей и основополагающей мудрости, но смогла посмотреть на нее по-новому. Его мысли глубоко отозвались во мне, и не как нечто, что интересно было бы изучить в теории, а на внутреннем, инстинктивном уровне. Ньюфелду удалось сформулировать и

передать суть той работы, которую я делала каждый день: использовать силу отношений и эмоциональных игровых площадок для того, чтобы менять людей и строить здоровые сообщества. Он смог осветить главное – раскрытие потенциала человека. Ошеломленная, я искала любой способ больше узнать об этом подходе и в результате оказалась в роли фасилитатора¹ курса в Институте Ньюфелда.

Во время работы с учителями я поделилась с ними теоретическими знаниями и практическими методиками в области сохранения эмоционального здоровья детей. Глубокие наработки Ньюфелда содержат научные данные, подтверждающие важную роль эмоций в жизни человека и необходимость их выражения. А те практические приложения, которые разработала я, помогают педагогам найти доступные способы оживить эмоциональную атмосферу в классе. С помощью этих инструментов я надеялась найти способ поддерживать учителей в решении сложных ситуаций, с которыми им приходилось сталкиваться.

Во время обучения в Институте я познакомилась с дочерью Гордона Ньюфелда Тamarой, сертифицированным клиническим психологом. Я посещала ее мастер-классы, слушала выступления. Меня захватило то, с каким теплом ей удавалось вовлечь окружающих в учебный процесс. Она демонстрировала при этом невероятную сердечность и скром-

¹ Фасилитатор – человек, обеспечивающий успешную групповую коммуникацию. – *Здесь и далее примечания переводчика.*

ность. Ее интуитивный способ достичь сердец детей откликнулся во мне, я видела, как она учит других отыскивать в себе эту способность. Многие рассказали мне, как работа Тамары с учителями, родителями и психологами изменила к лучшему жизни детей в разных странах. Мы начали вместе работать и создавать программы. Я поняла, что нашла идеального соавтора для книги, идею которой вынашивала много лет.

Тамара

Я уже довольно долго провожу мастер-классы по детскому развитию для учителей и оказываю поддержку педагогам. За это время я не раз становилась свидетелем беспомощности и даже страха у взрослых людей. Их чувства вернули меня к началу моего собственного пути, на 12 с лишним лет назад. Тогда меня пригласили в школу, чтобы помочь разрешить инцидент с виртуальной травлей, которая в те времена была относительно новым феноменом.

С тех пор я начала работать со школьниками, учителями и родителями, помогая восстановить сломанные отношения и стараясь внести изменения в школьные сообщества. Я всегда стремилась к созданию безопасной среды для детей, где они могли бы учиться и процветать, и понимала: детям необходимы безопасные отношения и возможность выражать свои чувства. В частности, я поддерживала организацию в школах занятий музыкой, искусством и сценической деятельностью,

потому что видела их высокий потенциал для здорового развития детей.

Перенесемся на десять лет вперед. Я работаю в Институте Ньюфелда, некоммерческой организации, основанной моим отцом Гордоном Ньюфелдом, клиническим психологом и автором теории развития, которая помогает понять детей и вернуть авторитет родителям и учителям. Центральные темы, которыми занимается Институт, — это становление потенциала человека, понимание важности отношений, человеческой хрупкости и способов ее защиты, а также способы проявлять себя в процессе игры. С самого начала я работала бок о бок со своим отцом, разрабатывая различные учебные курсы.

Около девяти лет назад я познакомилась с Ханной на конференции в Монреале. Мне показали ее книги о выражении эмоций с помощью игры и движения. Помню, как я тогда восхитилась инновационным подходом, нацеленным на перемены в школах. Ее работа, в которой она описывала способы использования отношений и выражения чувств для получения знаний, оказалась близка мне. Схожий опыт получила я в процессе собственной практики консультирования взрослых во взаимодействии с детьми и подростками.

Несколько лет спустя мне посчастливилось наблюдать на практике одну из ее программ. Тогда она привезла группу старшеклассниц через всю страну на остров Ванкувер, где поделилась результатами своей работы в Университете ост-

рова Ванкувер. Эти девочки были участницами инклюзивной программы по самопознанию и построению сообщества. Они происходили из разных социальных слоев, придерживались различных вероисповеданий, имели разный цвет кожи. Большинство из них не занималось сценическим искусством или танцами до того, как начали участвовать в программе Ханны. Тогда на острове они продемонстрировали небольшие экспрессивные сценки о своей жизни и ее трудностях, социальной несправедливости и о других важных для себя вещах. Я была так тронута тем, с каким открытым сердцем Ханна работала с ними, как ей удалось создать атмосферу безопасности, дать девушкам возможность изучить и выразить себя.

Практическая работа Ханны со школьниками набирала обороты и приобрела общенациональный масштаб. Она разрабатывала программы для детей разных возрастов по всей стране. Комиссия по правам человека Канады недавно опубликовала истории пятерых канадцев, внесших неоценимый вклад в соблюдение прав человека в Канаде. Одним из этих людей была названа Ханна. Образовательные департаменты многих университетов начали применять ее инновационный подход для того, чтобы поддерживать эмоциональное развитие учеников.

Я ближе познакомилась с программой Ханны, когда она стала фасилитатором одного из курсов Института Ньюфелда. Так что, когда Ханна предложила мне сотрудничество

в написании книги, я почувствовала одновременно честь и азарт. Я в деле! Работать с кем-то, кто разделяет твои взгляды, у кого столько тепла и любви к делу, наряду с решительностью и упорством, – это настоящий дар!

Вместе

Мы начали разрабатывать и проводить мастер-классы по эмоциональному здоровью в учебных сообществах и в сельской местности, и в городах.

Мы стали преподавать на курсах психологию развития в контексте отношений на педагогическом факультете местного университета.

Мы думали, как снизить уровень тревожности и агрессии у школьников, а одновременно с этим оживить школу и пробудить в детях сопереживание, стремление открывать новое и чувство общности. За бесчисленными чашками чая, поездками на пароме (ведь мы живем на острове, хоть и большом!) и многими-многими бессонными ночами начал вырисовываться каркас книги.

Мы работали более двух десятилетий как индивидуально, так и в общих проектах с детьми и учителями, разрабатывая программы по эмоциональному интеллекту и социальному благополучию. В итоге мы описали наш опыт заботы о детях и педагогах в книге, которую вы держите в руках.

Мы – не школьные учителя. Наша роль – поддерживать эмоциональное здоровье детей в стенах школы и за ее пре-

делами. Также у нас есть важный совместный с учителями опыт работы по поддержке школьников и знание, как сделать работу преподавателей более простой и приносящей удовлетворение. Нам выпала честь трудиться рука об руку с талантливыми педагогами. Историями некоторых из них мы поделимся в книге.

Как написана эта книга

Хотя у книги два автора, мы решили писать о себе в единственном числе. Каждая из нас привнесла в работу свой уникальный опыт, но было бы утомительно всякий раз читать «я, Ханна» или «я, Тамара». Важна общность наших взглядов, поэтому мы соединили свои истории и опыт в единое целое, чтобы сделать книгу более легкой в восприятии (если вам любопытно, с кем именно происходила та или иная история, в конце книги есть раздел, где вы найдете ответы на эти вопросы).

Также мы изменили имена учителей и учеников или некоторые обстоятельства историй, рассказанных в книге, с целью сохранения приватности. Если рядом с именем героя указана и его фамилия, это означает, что речь идет о реальном человеке с такими данными и он дал нам разрешение на упоминание его в книге.

На всем протяжении книги вам будут встречаться отсылки к Руководству «От и до». Если у вас появится вопрос «Что я могу сделать прямо сейчас?», там вы найдете упражнения, которые меняют атмосферу в классе. Руководство «От и до» можно бесплатно скачать на сайте www.reclaimingourstudents.com.

Мы не рекомендуем приступать к выполнению упражнений из Руководства до того, как вы прочтете книгу целиком,

так как сначала мы рассказываем про то, как надо поддерживать ваших учеников во время выполнения упражнений.

Чем отличается подход, описанный в этой книге

Системные изменения находятся за пределами фокуса нашей книги. Мы обе понимаем, что они бы способствовали эмоциональному оздоровлению школы в целом. Меньшая наполняемость классов, например, предоставила бы учителю больше времени и возможности для развития отношений с детьми, а ученики получили бы больше поддержки.

Но мы хотим, чтобы наша книга была полезной для всех учителей, которые работают в самых разных условиях. Она для вас, даже если у вас нет возможности заниматься на свежем воздухе, если класс переполнен и окружен бетонными стенами, если над вами стоит не готовая к переменам администрация школы и нет никакой возможности действовать вне рамок утвержденной программы.

Хотя мы уверены, что системные изменения помогли бы создать условия для более крепкого эмоционального и социального здоровья, это не самое главное. Гораздо важнее понимание силы отношений, того, как дети взрослеют и обучаются, скрытых смыслов их поведения. Наконец, вы узнаете, как создать стратегии для изменений, связанных с пониманием каждого ребенка индивидуально *и* здорового сообщества. Мы надеемся, что вы научитесь по-другому смотреть на проблемное поведение своих учеников и сможете поддержать их на пути к новой жизни. Эта книга даст вам представ-

ление о том, где начинаются эти изменения и как они происходят. Вам не придется ничего запоминать.

Мы не будем давать вам «шагов» или «рекомендованных стратегий». Также эта книга не о том, как стать супергероем. Она не о том, как стать выдающимся или идеальным учителем. Она совсем не о том, как заставить себя действовать. Скорее, совсем наоборот. Книга возвращает нас к пониманию того, как функционирует человек, и напоминает о наших основополагающих потребностях – в связи и привязанности. Вы узнаете, в каких типах связей нуждаются дети, и о том, как построить эти связи, чтобы дети были привязаны именно к *вам* как к лидеру в классе. Давайте начнем с того, что посмотрим, как устроен класс в наших мечтах и в реальности.

Подход, основанный на отношениях и развитии, описанный в этой книге, берет свое начало в теоретической модели доктора Гордона Ньюфелда, основателя Института Ньюфелда. Более подробно о работе Института можно узнать на сайте www.neufeldinstitute.org.

Часть первая

Застрявшие

*Садовник не заставляет цветок расти.
Его задача – создать оптимальные условия для
роста.
Сэр Кен Робинсон*

Глава 1

Мечта против реальности

Мечта

Представьте на минуту класс своей мечты, такое место, куда вы хотите приходить каждое утро. Класс, которым вы действительно будете рады руководить. Как выглядит такой класс? Что вы чувствуете, думая о нем? Наверняка каждый из нас рисует идеал по-своему. Но я уверена, что в этих представлениях есть некоторые общие черты. Наши ученики:

- вовлечены в учебу;
- чувствуют себя в безопасности;
- готовы совершать ошибки и рисковать;
- полны любопытства;

- умеют входить в состояние «потока» во время учебы;
- относятся к учебе энергично и с воодушевлением.

В общем и целом, бьюсь об заклад, что в мечтах вы представляете учеников процветающими в вашем классе. Вам может показаться, что такие мечты слишком смелы и никогда не станут явью, но я все равно стремлюсь к идеалу.

А теперь подумаем об общей культуре в классе нашей мечты. Здесь ученики:

- небезразличны к классному сообществу;
- с любопытством смотрят на различия;
- открыты к мнению одноклассников;
- относятся друг к другу с добротой;
- демонстрируют уважение к мнению другого;
- вносят свой вклад в поддержание безопасности;
- полны чувств;
- ощущают связь друг с другом.

Уверена, что все мы примерно так представляем себе идеальное сообщество, в котором может проявиться индивидуальность каждого ребенка. Знаю, что мы совсем размечтались, но давайте сыграем по-крупному.

В классе нашей мечты есть ученики, которые хотят заявить о себе миру. Эти ребята чувствуют свою способность и знают об уникальном даре, которым они обладают, и в классе у них есть место и подходящая обстановка для того, чтобы поделиться этими дарами с миром. И, наконец, в нашем классе мечты есть культура обучения, которую все – и учителя

ля, и ученики – создают, воплощают и защищают совместно. Эта культура не меняется, когда мы выходим из помещения. По мере взросления наших учеников и их превращения в самостоятельных людей мы видим, что они хранят и продолжают традиции, когда-то заложенные в классе, и относятся друг к другу с уважением вне зависимости от того, видит ли их учитель. Дети больше не ведут себя хорошо, выполняют домашнюю работу или по-доброму относятся друг к другу только потому, что их контролирует учитель. Их мотивация происходит из внутренней потребности учиться; они хотят внести личный вклад в укрепление позитивной культуры в классе и в целом сделать мир лучше. Сердца детей широко раскрыты – и для себя самих, и друг для друга.

Нетрудно вообразить, что быть учителем в такой атмосфере – это мотивирующий и вдохновляющий опыт. Вы, вероятно, будете относиться к своему предмету с таким же воодушевлением, как и дети к процессу обучения. Ученики будут заряжать вас энергией. Вы станете процветать так же, как и ваши дети. Призвание учителя – вдохновлять, помогать обучаться, поддерживать, открывать глаза детей на возможности, пробуждать гуманное отношение друг к другу. Работа в атмосфере класса мечты соединит вас с призванием педагога, а у труда появятся смысл и цель.

А теперь предлагаю посмотреть в глаза реальности. Вот как выглядят многие – слишком многие – из наших классов на самом деле.

Реальность

Классы стали невыносимым местом для многих из нас – учителей и учеников. Они заполнены тревожными детьми, разными способами демонстрирующими свое внутреннее беспокойство. Растет агрессия, и мало кто из педагогов остался в стороне от словесных или даже физических нападков учеников – как по отношению к самим себе, так и к одноклассникам. К нам приходят дети с целым букетом проблем. Многие из них требовательны, они командуют и контролируют все и всех вокруг. Другие закрыты и, кажется, им ни до чего нет дела. Дети задирают и дразнят друг друга. Почти во всех школах мы сталкиваемся с травлей. Когда в классе царят хаос, тревожность и необъяснимое поведение, может показаться невозможным найти дорогу к здоровому учебному сообществу. И тогда мы начинаем искать способы сделать обстановку хотя бы просто приемлемой, то есть достаточной для выживания. Мы думаем, как пережить еще один день, неделю или год.

Я тоже была в такой ситуации и знаю, насколько сложно среди такого хаоса думать: «Что мне сделать, чтобы исправить ситуацию? Могут ли вообще измениться мои самые проблемные ученики?» Предполагаю, что одна из причин, почему вы читаете эту книгу, – ваше желание сделать так, чтобы ученики вели себя достойно, были вовлечены в уче-

бу и так далее. И такое желание существует не просто для того, чтобы сделать вашу работу проще и веселее. Тот, кто ищет легкой работы, не становится учителем. Преподавание – это не работа, это призвание. Хороший учитель умеет дотронуться до сердца ученика, помогает детям максимально раскрывать свой потенциал. И учителя, который постоянно сталкивается с проблемным поведением, может подорвать невозможность осуществить свое призвание. Но вы открыли эту книгу, потому что, наряду со страхом, сложностями и усталостью, в вас все еще жива надежда и вы все еще мечтаете о чем-то лучшем. Вы верите в возможность перемен и хотите действовать. Я не говорю, что перемены будут простыми и быстрыми, но у вас совершенно точно есть возможность построить класс вашей мечты.

Сейчас, когда вы думаете о трудных детях, способных довести вас до отчаяния, это может казаться совершенно невозможным. Но именно такие дети получают больше всего пользы от знаний и открытий, которые вы приобретете благодаря этой книге.

Для понимания того, как сделать так, чтобы дети следовали за нами, полезно разобраться в понятиях отношений и привязанности. Приглашаю вас подробнее изучить эти понятия, чтобы быть готовыми начать создание перемен к лучшему.

Глава 2

Что встает на пути?

Вас может удивить мысль, что учителю стоит задуматься о привязанности. Обычно мы произносим это слово в связи с малышами и родителями. Но есть ли связь между привязанностью и педагогикой? Начнем с того, что на самом деле представляет собой преподавание. Его суть состоит в том, чтобы:

- помогать ученикам учиться и расти;
- помогать ученикам открывать и тренировать свои способности;
- помогать ученикам видеть таланты и сильные стороны друг друга;
- помогать ученикам увидеть их потенциал;
- подавать пример;
- делиться мудростью.

Для того чтобы все это стало возможным, необходимо, чтобы дети следовали за учителем. А лидерства не добиться без привязанности. Неестественно и неправильно следовать за тем, кому мы не доверяем или с кем не чувствуем себя в эмоциональной безопасности. Это против человеческой природы – слушать тех, кого мы не уважаем или с кем у нас нет связи. Именно поэтому, если не уделить время построению отношений, дети не будут нам доверять, уважать и слу-

шать нас. Вот что я имею в виду, когда говорю о «привязанности» к учителю: она возникает, когда дети смотрят на нас с уважением и хотят следовать за нами, когда считают нас лидерами и рады слушаться.

Быть лидером и строить отношения с учениками – поистине непростое испытание! Почему? Что делает этот процесс таким сложным? Да, культура изменилась, это факт. И дети реагируют на эти перемены. Они больше не смотрят на взрослых с почтением, как было раньше, не приходят в класс в ожидании руководства от учителя. Технологии позволили детям быть ближе друг к другу, сократили в их жизни пространство для связи с заботящимися взрослыми и уменьшили возможности хрупкого живого общения лицом к лицу. У детей больше нет времени для спонтанной игры и исследования и усвоения информации о мире вокруг. Давайте обсудим каждый из этих пунктов.

Дети потеряли связь с наставничеством. Многие школьники больше не смотрят на учителей как на лидеров. И не только на учителей: современные дети не ищут ответов на вопросы о том, как поступить, у родителей и других взрослых. Учить и растить таких детей стало гораздо труднее. Для поколения бебибумеров и тех, кто родился чуть позже, типичной стала жалоба: нынешние дети гораздо меньше уважают взрослых и слушаются, чем они сами в детстве («Вот в наше время...»). В то же время многие родители и учителя тоже ощущают, что чего-то недостает: дети сегодня словно

бы уже не совсем дети.

Современные дети с меньшей охотой слушаются взрослых. В них меньше детскости, любопытства и восхищения простыми вещами и новыми открытиями. Как будто они становятся «холодными» и принимают пресыщенную манеру поведения задолго до того, как становятся подростками. Родители то и дело вздыхают: «Да, это моя дочь... В четыре года как в четырнадцать». Многим детям быстро становится скучно, если они не находятся в обществе сверстников или гаджетов. Они все меньше и меньше вовлекаются в индивидуальную творческую игру, и родители рассказывают, что в одиночку их дети играют только на планшете или приставке. Дети стали более тревожными, раздражительными и напряженными, чем мы в их возрасте.

Изменился и стиль родительства. Мы видим, что дети чаще испытывают стресс и меньше уважают старших, и изо всех сил пытаемся удовлетворять их потребности. Не зная, как поступить, мы задабриваем своих детей, ходим вокруг них на цыпочках или организуем их жизнь так, чтобы им не приходилось испытывать стресс, а нам самим – сталкиваться с их истериками. Когда эти методы не срабатывают, дети не идут на сотрудничество и не слушаются нас, а их поведение становится невыносимым, мы часто начинаем умолять, подкупать, награждать или наказывать. А когда и это не срабатывает, нас переполняют гнев и ощущение собственной неспособности играть самую естественную роль – быть родителем.

Тогда мы становимся черствыми, авторитарными, холодными, лишаем детей тепла.

Разлом в детско-родительских отношениях касается и учителей. Исторически мы, учителя, были частью «команды лидеров» вместе с родителями. Мы находились на одной стороне, поддерживая их на пути воспитания, обучения и помощи детям. Но если в детско-родительских отношениях возникают трудности, то мы увидим следствия этого и в отношениях между детьми и учителями.

Это и смущает, и расстраивает. Вполне понятно, что каждый ответственный, любящий и преданный родитель или учитель в такой ситуации будет ощущать свою несостоятельность. Невзирая на все наши попытки наладить отношения, многие дети остаются «трудными». Слишком многие из них не испытывают естественной привязанности к нам. И как бы мы ни старались, родители, бабушки с дедушками и учителя больше не занимают в жизни детей того места, которое эволюционно было отведено для них, – ментора и проводника. По иронии судьбы, именно сегодня мы знаем больше о развитии детей, чем когда-либо раньше, а количество курсов по родительству превзошло их число за всю историю. Так в чем же проблема? Что изменилось? Что изменилось в культуре, в которой растут сегодня наши дети? Почему дети больше не ищут мудрости и руководства взрослых? Эта перемена разъединила детей и заботящихся о них взрослых, убрав контекст, в котором ребенок естественным образом

следовал за «своими» взрослыми.

Если учитель хочет преуспеть в передаче знаний и мудрости, ребенок должен воспринимать слова педагога. Таким образом, секрет заключается не в профессионализме учителя и не в том, что делает руководящий взрослый, – а в том, кем он является для ребенка. Ребенок должен смотреть на учителя снизу вверх и искать его руководства. По сути, ребенок должен быть привязан к учителю так, чтобы тот естественным образом мог вести за собой. Это не вопрос овладения множеством правильных навыков – сейчас мы говорим о понимании исключительной важности отношений. Необходимо понимать, какого рода отношения с учителями нужны детям, чтобы они захотели следовать за нами.

Один из ключевых и самых сложных факторов, мешающих учителю быть лидером в отношениях, является растущая привязанность детей к сверстникам. Я *не* имею в виду, что у детей не должно быть друзей. Дружба – естественная, правильная и удивительная часть жизни любого ребенка, но сейчас дети нередко привязываются друг к другу такими способами, которые выходят за рамки здоровых дружеских отношений.

Начиная приблизительно со Второй мировой войны молодые люди стали искать руководства, советы и перенимать модели поведения друг у друга, а не у родителей, учителей и других ответственных взрослых. Следовать за ровесниками никогда не было естественным. Но именно так происхо-

дит сейчас. Сегодня связи, которые дети строят между собой, замещают их отношения с взрослыми. Эти отношения зачастую воспринимаются детьми как главные в жизни, разрушая все попытки взрослых лидировать.

Но этот культурный поворот происходит не повсеместно. Он не касается, к примеру, некоторых традиционных сообществ. За пределами глобализованных урбанистических центров все еще есть небольшие сообщества, в которых уклад остается прежним.

В нашей же культуре больше нет ритуалов и систем, которые могли бы помочь детям выстроить привязанность со своими взрослыми. Учителя, как и родители, сегодня знают больше, чем когда-либо, и изо всех сил стараются поддерживать своих учеников. И тем не менее дети не доверяют нам и демонстрируют все более проблемное поведение в классе. Подобно тому, как родители потеряли контекст привязанности в родительстве, мы, учителя, потеряли этот контекст в своей работе. И до тех пор, пока мы не вернем его себе, учительство будет оставаться непростой задачей.

Технологии разрушили связь между взрослыми и детьми

Технологии – это прекрасно. Они принесли нам множество невероятных находок и открыли целый новый мир. Но

наряду с этими дарами, они во многом изменили отношения детей с взрослыми. Одна из таких перемен – это способ получения знаний. Технологии убрали фигуру взрослого из процесса передачи информации. Сегодня дети обращаются к электронным устройствам, чтобы получить немедленный ответ на возникший вопрос, и часто узнают о таком, к чему будут эмоционально готовы только через несколько лет. Дети учатся использовать гаджеты быстрее взрослых, поэтому начинают думать, что взрослым просто нечему научить их. Учителя кажутся детям нерелевантным источником знаний.

То, как технологии сегодня вплетены в жизни детей, также усложняет возможность установить связь. У многих детей почти нет возможности живого общения, бóльшая часть их дружеского взаимодействия происходит через экран. Они признаются, что им гораздо комфортнее переписываться сообщениями, чем говорить по телефону, не говоря уже об общении лицом к лицу, когда чувствуешь себя очень уязвимым. Разговаривать, устанавливая зрительный контакт и живую связь с нашими учениками становится все более трудной задачей.

Кроме того, технологии позволяют детям быть «рядом с друзьями» виртуально даже тогда, когда физически они находятся около своих родителей, братьев и сестер или в другом неvirtуальном сообществе. Дети сегодня проводят все больше времени друг с другом: во время школы и после – в социальных сетях, часто до последней минуты перед сном.

Таким образом, в их жизни просто не остается места для кого-то еще.

Связи с другими людьми – одна из базовых потребностей человека. И может (ошибочно) показаться, что при том объеме взаимодействия, который есть у наших детей, они должны чувствовать себя хорошо – эмоционально наполненными и внутренне расслабленными. Но на самом деле все совсем иначе. Дети захвачены водоворотом этой новой культуры. Технологии чаще разделяют их, нежели дарят те связи, в которых они нуждаются. Для ребенка (как и для любого человека) естественно желание быть любимым и принимаемым, но социальные сети не обеспечивают того типа принятия, который необходим ребенку. Лайки, дизлайки и травля в комментариях – подобные взаимодействия никак не делают людей ближе друг к другу. Да и грубить и обижать кого-либо гораздо проще через экран, а не лицом к лицу. Дети «на связи» более, чем когда-либо, но в результате они более одиноки и тревожны.

Шерри Тёркл говорит об этом феномене в своей книге «Одиноки вместе» (*Alone Together*), демонстрируя, как наши базовые потребности в связях, принадлежности и принятии делают нас особенно восприимчивыми к определенным видам технологий. Тёркл пишет: «Технологии соблазнительны, если они резонируют с уязвимыми местами человека. И, как оказалось, мы действительно очень уязвимы. Мы одиноки, но боимся близости. Цифровое общение и со-

циальные роботы создают иллюзию дружеского взаимодействия без тех требований, которые предъявляет настоящая дружба».

Поскольку наша культура не защитила отношения с заботящимися взрослыми, дети чувствуют себя потерянными в образовавшемся вакууме. Таким образом, когда они испытывают тягу к душевной близости, то обращаются друг к другу через экран – причем часто к тем, кого едва знают. А ведь самое важное для образования, а также эмоционального и социального благополучия детей – это методы коммуникации и круг общения. Поэтому мы, взрослые, должны найти способ выкроить время и место для живого общения с ними.

Дети и молодые люди лишились возможности спонтанной игры

Давайте исследуем, каким образом утрата свободной игры и отсутствие неструктурированной деятельности влияют на наших детей и подростков. Игра – способ усвоения детьми их жизни. С помощью игры они находят в своем мире смыслы, высвобождают фрустрацию и тревожность, переживают тот или иной опыт без страха и подавления. В игре дети примеряют на себя новые роли: отважного героя, злой ведьмы, плохого парня, внимательного доктора – или разыгрывают и перерабатывают истории из собственной жизни, а также выражают себя. Игра позволяет строить и разрушать бессчет-

ное количество раз, переживая фрустрацию безопасно, без неприятных последствий в реальной жизни.

Кроме того, игра дает детям безопасное место для выражения агрессии до тех пор, пока они не научатся управлять гневом в реальной жизни. Дети часто выражают фрустрацию посредством игровых драк, боев на мечах, игр в войну, воображаемых нападений. Также они выплескивают энергию агрессии в живописи, музыке, писательстве и рассказывании историй. Когда у детей есть возможность прожить агрессию в игре, их повседневное поведение становится более «цивилизованным»: у них пропадает необходимость, чтобы стать такими по-настоящему.

Например, мой племянник – ответственный молодой человек с великолепными манерами. Он придает большое значение тому, чтобы «делать всё правильно», не ранить чувства других людей и следовать правилам. Интересно, что когда мне удавалось видеть или слышать его игру наедине с самим собой, он часто исполнял в ней роль «плохого парня». Скорее Дарт Вейдер, нежели Хан Соло,² грабитель, а не полицейский. Не зная правил, по которым работает игра, я бы удивилась, почему в это время он был так не похож на себя настоящего. Но я наблюдала, как его фрустрация и агрессивная энергия начинали жить своей жизнью. То, что он мог выразить в игре, переставало нуждаться в выражении в реальной жизни. Он играл часто и подолгу, и его желание иг-

² Персонажи киносаги «Звездные войны».

рать было иногда очень сильно – предполагаю, это случалось тогда, когда его сердце подсказывало, что ему пора высвободить свою агрессивную энергию.

Меня всегда поражает, как мудра природа, подарившая детям такую систему. Игра – это не что-то «дополнительное», она играет первостепенную роль в жизни детей. Своего рода предохранительный клапан, репетиционная площадка для настоящей жизни, а также средство, позволяющее детям безопасно понять свой внутренний и внешний мир. Однако из-за переворота в технологиях и культурных перемен сегодня дети почти лишены этого естественного способа высвобождения фрустрации и тревожности, а также пространства для свободной игры.

За прошедшие два десятка лет у ребенка стало на двенадцать часов в неделю меньше свободного времени, в том числе на восемь часов сократилась неструктурированная игра и активность на свежем воздухе. Есть много причин, почему так произошло. Одна из них – распространение технологий и компьютерных игр, доступность электронных игр, которые могут перемещаться вместе с ребенком – их берут с собой в машину, туда, где нужно долго ждать, чтобы сократить скучные рутинные моменты. Кроме того, семьи становятся меньше, и у родителей появляется больше времени на своих немногочисленных детей. Добавьте соревновательную культуру, в которой ценятся успех и измеримые достижения, – и вот уже все большее число родителей считают, что

они обязаны водить совсем маленьких детей в самые разные развивающие кружки. Такие организованные занятия сами по себе неплохи, однако они сокращают то время, когда дети могли бы просто играть.

А ведь детям (как и всем нам!) обязательно нужны «моменты ничегонеделания», неструктурированное время, когда их никто не развлекает и не занимает более, чем может придумать их собственное воображение. Такие моменты пустоты критически важны, когда речь заходит о свободной игре: скука становится плодородной почвой для прорастания игры. Если дать ребенку время и безопасное место, у него обязательно возникнет естественное желание играть, и природа сделает свое дело. Но современные дети лишены львиной доли моментов пустоты и свободного времени на свежем воздухе. У них все меньше времени, чтобы наблюдать за облаками или замечать муравья, ползущего по траве. Без этих «моментов ничегонеделания» остается меньше возможностей удивляться, размышлять и исследовать свои чувства. Именно так замедляется эмоциональный рост, развитие и взросление.

В возрасте около двенадцати лет меняются способы игры, но эта эмоциональная «утроба» все еще нужна для развития. Подросткам необходимы моменты пустоты и тишины, чтобы открывать и созерцать свои мысли и чувства, а также воображать приключения, которые ожидают их в будущем. Им необходимо высвободить накопленную физиче-

скую энергию, растворяться в сочинении музыки со своей музыкальной группой, писать в дневник – заниматься тем, к чему лежит душа. Подросткам требуется пространство, где можно попрактиковаться испытывать фрустрацию, не попадая в беду, или научиться терять, когда это «не по-настоящему». В идеальном мире у наших учеников вдоволь времени для спонтанной игры. Но в реальности времени на игру все меньше и меньше, и даже когда удастся выкроить немного, то они предпочитают потратить его на пассивные развлечения.

Есть развлечения, оживляющие воображение, пробуждающие чувства, заставляющие заплакать или засмеяться, испытать облегчение. Это может быть великолепный спектакль, увлекательный фильм, музыка, слушая которую хочется начать танцевать. Технически все это считается развлечениями (потому что мы выступаем в роли наблюдателей, а не создателей), но они не пассивны, потому что мы вовлечены в них. Такие деятельные развлечения больше похожи на игру, так как они будят чувства, мы переживаем их как некий опыт – принимаем в них участие. Пассивные развлечения не пробуждают чувств, не затрагивают детей эмоционально – но это именно тот тип развлечений, за которым большинство детей проводит почти все свободное время.

Пассивные развлечения приходят извне. Игра рождается внутри. Если пассивные развлечения – это вдох, то игра – это выдох. А многие дети все вдыхают, вдыхают и вдыхают.

ют... Отсутствие свободной игры имеет огромные последствия для нас, учителей, и для школьной системы. Дети приходят в школу, наполненные напряжением и фрустрацией. Они тревожны и не готовы учиться.

Меньше наставничества взрослых + меньше настоящей человеческой связи + меньше пространства для выражения = больше фрустрации и тревожности.

Наши ученики застряли в режиме выживания

Дети пытаются справиться с проблемами такими способами, которые зачастую удивляют и озадачивают нас, учителей. Они борются с сильными эмоциями, в частности с тревожностью и фрустрацией, — и в результате или ведут себя вызывающе или, наоборот, закрываются. Неудивительно, что многим из нас трудно понять и даже просто принять то неуважительное, разрушительное и агрессивное поведение, которое на самом деле представляет способ справиться с чувствами, а не является признаком невоспитанности, грубости или высокомерия.

Такое поведение, скорее всего, — реакция на то, что у детей, растущих в западной культуре, больше нет ориентиров и места для высвобождения чувств, которые были раньше. В результате они испытывают интенсивные эмоции, но не знают, что с ними делать — и вот оно, то самое знаменитое

плохое поведение, которое мы наблюдаем в классах. У людей есть заложенный от природы набор способов выживания, предназначенный для реакции на угрозы и обеспечение безопасности. Этот инструментарий хорошо служит нам, особенно когда угроза очевидна и время от времени становится реальной. В ответ на воспринимаемую опасность наш организм переходит в режим действия. Вы перестаете чувствовать голод и усталость; энергия устремляется в мышцы, чтобы дать нам возможность кинуться в бой, если потребуется. Частота сердечных сокращений повышается.

Представьте, к примеру, что вы идете по лесу и вам кажется, что вы видите медведя. (Для жителей острова Ванкувер это не такой уж невероятный случай.) Типичная реакция в такой ситуации – просканировать окрестности на предмет ближайшего пути отступления – вы готовы медленно отступить назад или притвориться мертвым. Даже если минуту назад вы были голодны, теперь вы и думать забыли о сэндвиче в своем рюкзаке. Если чувствовали усталость, то больше ее нет. Вы в полной боевой готовности – физически и эмоционально – в состоянии так называемой симпатической³ активности.

Если угроза отступает или вы понимаете, что тревога была ложной (например «медведь» оказался всего-навсего причудливо изогнутым стволом дерева), тело и мозг получают

³ Симпатическая часть вегетативной нервной системы повышает активность работы сердечно-сосудистой системы, ускоряет обменные процессы, возбуждает.

команду «отбой» и возвращаются к обычному режиму работы. Система оповещений возвращается в состояние «отдыха и переваривания» – активируется парасимпатическая нервная система. Теперь вы можете вспомнить, как сильно проголодались, или даже снова захотеть спать.

Адекватная работа системы оповещения может сыграть жизненно важную роль в том, чтобы мы остались целы и невредимы. Но что случается, если угроза не уходит? Или когда система застревает в одном режиме, даже если угроза оказалась мнимой, и мы постоянно находимся в состоянии тревожности? В этих случаях мозг не позволит нам «не знать», в чем дело. Такая неопределенность невыносима для мозга, ему требуется найти объяснение – причину переключения в режим угрозы. Если наша внутренняя система оповещения выходит из строя, мозг считает, что для этого должна быть причина, – и он ее находит.

Например, мозг может выбрать в качестве источника угрозы микробов, и тогда мы начинаем избегать всего, что может заразить нас, пытаясь избавиться от чувства тревоги. Причина беспокойства при этом не обязательно имеет хоть какое-то логическое объяснение. Важно то, что мозг определил некую связь между какими-то явлениями и теперь мы воспринимаем нечто как угрозу. Иными словами, корень нашей тревожности в том, что мозг случайным образом определил как угрозу. А настоящую проблему мы так и не смогли распознать.

Если система тревоги остается активированной, мы беспокойны и возбуждены, постоянно выискиваем то, что может причинить вред. Так жить трудно. Тем не менее многие из наших учеников застревают в этом состоянии тревоги. Многие из них не чувствуют связи с заботящимися о них взрослыми, в которых они так нуждаются. У них не остается времени и пространства для удивления и рефлексии, чтобы чувства могли пробудиться. Дети постоянно заняты делами или растеряны – у них нет возможности высвободить накопившиеся эмоции.

И вот дети приходят в класс с включенным режимом выживания, который делает учебу еще более трудной. Этот режим заставляет детей демонстрировать такое поведение, при котором нам сложно занимать лидирующую позицию и выстраивать отношения. Понятно, в таких условиях мы тоже испытываем фрустрацию и не понимаем, что делать. Те способы, которые мы выбираем, чтобы справиться с проблемным поведением учеников, зачастую портят отношения и еще сильнее усугубляют проблему.

Но это не безвыходная ситуация! Пусть мы и не способны изменить культуру, в которой живут наши дети, но мы можем улучшить отношения с нашими учениками. Прежде всего необходимо обеспечить в классе эмоциональную безопасность. Для этого нужно предпринять следующие действия:

- Построить со своими учениками правильные отноше-

ния, такие, в которых мы можем занять позицию заботящегося лидера.

- Защищать эти отношения даже в непростых ситуациях.
- Реагировать на проблемное поведение в классе методами, которые поддерживают эмоциональное здоровье детей.
- Поддерживать учеников в изменении их взгляда на самих себя.

В книге мы рассмотрим подробнее каждый из этих четырех пунктов, которые являются ключевыми для создания атмосферы эмоциональной безопасности в школе. Также в процессе чтения вы будете встречать ремарки, отсылающие к Руководству «От и до». Руководство размещено на сайте, но оно представляет собой важную часть этой книги, потому что предлагает идеи для практической реализации в классе многих концепций, описанных нами. В конце книги размещен раздел «Особые указания». Он предлагает родителям, школьным советникам, директорам, домашним воспитателям и учителям поделиться своими открытиями о развитии детей с другими, а также помочь лично вам с решением конкретных задач. Вы можете обращаться к этому разделу по ходу чтения.

В скором времени мы выясним, что означает «не упускать своих школьников». Это поможет не только пережить очередной школьный день, но также получить все дары, ожидающие и учителей, и учеников, которые смогут пройти этот непростой путь.

Часть вторая

Стать лидером, который нужен школьникам

Для наших учеников значение имеет не столько то, что мы делаем, сколько то, кто мы по отношению к ним.

Гордон Ньюфелд

Глава 3

Наш тип лидерства играет роль

Вы когда-нибудь задумывались о том, как некоторым учителям удается добиться того, что ученики делают все, о чем их просят? Им не приходится умолять, подкупать или наказывать. Они умеют уговорить даже самого упрямого ребенка. Кажется, эти учителя интуитивно знают способы заставить уважать себя и внимательно слушать. В нашей культуре такие «мэтры» часто признаются выдающимися, о них снимают кино, как, например, о герое Робина Уильямса из фильма «Общество мертвых поэтов». Мы любим реальные истории о великих педагогах, например о Клемане Матьё, который работал с проблемными юношами в «Хористах»,

или об Эрине Грюэлле в «Писателях свободы».

У большинства из нас есть оставивший след в памяти учитель, который заставил нас почувствовать себя особенными и трудиться изо всех сил. Тот учитель, скорее всего, умел контролировать весь класс и в то же время демонстрировал подлинный интерес к каждому ученику. Мы ощущали, что небезразличны ему, каждый из учеников, находящихся в классе. У того учителя был свой особый способ вовлекать нас, заставлять почувствовать, какое удовольствие ему доставляет учить нас. Он умело использовал эту энергию, чтобы поддерживать нас в процессе обучения. У него не было необходимости наказывать учеников или раздавать золотые звездочки. Его тепло заставляло нас самих *захотеть* слушаться и показывать в классе лучшее, на что мы были способны. Мы действительно хотели продемонстрировать свои сильные стороны и таланты.

На этом месте вы можете задуматься: «А как мне достичь такого результата?» Эти учителя знают, что детям нужно полюбить их как лидеров. Но также им известно, что в классе требуется особый тип лидерства. Способ «быть друзьями с учениками» не работает так же, как не работает и роль инструктора по строевой подготовке. Что же тогда? Прежде всего, вести детей за собой можно только на базе правильно выстроенных отношений. Чувствует ли ребенок нашу заботу? Ощущает ли он, что он особенный, что небезразличен нам? Отношения между учителем и учеником закладывают

наиболее крепкий фундамент для роста и обучения. Привязанность – вот в чем секрет.

Другими словами, ответ в том, чтобы стать для учеников примером и ориентиром, применяя тот самый метод заботливого лидерства, который так необходим нашим детям. Как уже было сказано ранее, дети будут готовы последовать за учителем, если он может удовлетворить их потребность в привязанности. И я искренне верю, что любой педагог может найти персональный подход заботливого лидера к каждому ученику, если возьмет на вооружение несколько советов и идей.

Прежде чем мы двинемся дальше, мне хотелось бы отметить, что многие из нас – вероятно, большинство, – моментально реагируют на слово «лидер». У некоторых оно вызывает негативные эмоции, возможно, из-за неприятных воспоминаний об иерархических отношениях. Если это ваш случай, предполагаю, что у вас возникнет подобная реакция, пусть даже временная, поэтому я предлагаю вашему вниманию новую парадигму лидерства. Наши ученики нуждаются в том, чтобы мы взяли на себя роль лидера в классе. В этом случае они смогут стать открытыми и восприимчивыми к тому, чему мы собираемся их научить.

Кроме того, я хотела бы отметить, что эффективное лидерство в классе – это не просто тип образовательной модели, принятой у конкретного учителя или в школе. Речь скорее идет о тоне общения и атмосфере эмоциональной без-

опасности, которую создает учитель. Такой тип лидерства возможен в рамках любой образовательной модели. Я наблюдала великолепные примеры и в классах, где дети свободно перемещались в пространстве и учились каждый в своем темпе, и там, где учитель придерживался традиционной модели обучения. Я еще раз подчеркиваю, что значение имеет не определенная модель, а стиль лидерства, который избрал учитель в ее рамках.

Как мы управляем классом

Представьте, что вы вышли на новую работу и встречаетесь с руководством школы. Директор выглядит неуверенным и просит вас сделать хоть что-нибудь. Вы наблюдаете, как он проводит тренинг по командной работе и сомневается в собственных словах, когда кто-то из учителей настаивает на выполнении того, в чем, как вы видите, директор не уверен, — но ему трудно сказать об этом. У вас обрывается сердце. Перед вами руководитель, который не руководит. Вы представляете в мыслях грядущий учебный год и предсказываете непростые отношения среди персонала. Вы уже видите тех учителей, кто встанет у руля, и тех, кому некомфортно высказывать свои мысли. За столом звучат противоречивые идеи, но директор не в состоянии принимать решения и регулировать возможные конфликты.

Теперь вообразите противоположную ситуацию: на вашем

новом месте работы практикуется авторитарный стиль руководства. Директор в состоянии принимать решительные меры, в коллективе нет разногласий по поводу того, чего хочет руководство и что должен делать каждый подчиненный. Но здесь появляется стресс другого рода: вам некомфортно обращаться к руководству. Трудно поверить, что здесь можно высказывать свои мысли и получать необходимую поддержку. Люди обычно сопротивляются таким руководителям, поэтому в кулуарах наверняка будут ходить различные слухи о директоре. Вряд ли у вас получится от чистого сердца следовать за таким руководителем – более вероятно, вы сконцентрируетесь на том, чтобы не «раскачивать лодку» или просто пережить очередной день. Вам будет сложно смотреть на такого руководителя снизу вверх, и, скорее всего, вы увидите, как некоторые подчиненные намеренно дискредитируют фигуру директора.

Мы хорошо представляем тот уровень стресса, который возникает у взрослых, работающих под началом подобных руководителей, – и тех, что боятся проявить авторитет, и тех, кто считает, что быть руководителем означает быть диктатором. А значит, нетрудно догадаться, и насколько сильный стресс вызывают такие лидеры у детей в классе.

Уклоняясь от лидерства

Готова поспорить, каждому из нас приходилось испыты-

вать неуверенность в своих силах как учителя, особенно в начале пути, а также когда мы оказываемся среди трудных учеников или в новом классе. Иногда эти сомнения заставляют нас отказываться от роли лидера класса. Возможно, мы и сами замечали, что голос иногда выдавал, что мы нервничаем или что нам некомфортно в классе. Вдруг мы начинаем давать распоряжения в форме вопросов. Вместо того чтобы сказать: «А сейчас все проходят в середину класса и садятся в круг», – мы спрашиваем: «Ну что, все готовы сесть в круг? Эй, все!»

Мы медлим, потому что опасаемся истерик или агрессивного сопротивления. Мы ходим вокруг учеников на цыпочках, надеясь, что без принуждения к тому, чего они не хотят, дети полюбят нас больше – или нам хотя бы не придется столкнуться с конфронтацией или агрессией. Испытывать подобное абсолютно естественно. У многих учителей 30 и больше учеников в классе, некоторые из них отличаются проблемным поведением. Часто мы не чувствуем никакой поддержки в своих попытках исправить ситуацию. Опасение выйти за рамки в подобных обстоятельствах – естественная реакция человека.

В другие моменты наши попытки не быть чересчур непреклонными и авторитарными обусловлены благими намерениями: так мы стараемся сохранить необходимое ребенку пространство для самовыражения. Многие учителя пытаются создать такой класс, в котором поддерживается креатив-

ность ребенка, где детей поощряют проявлять инициативу. Мы начинаем размышлять, имеем ли право брать руководство в свои руки, а взяв, не игнорируем ли потребности учеников, не лишаем их права принимать самостоятельные решения? И когда слышим, как ученики начинают ныть и стоанать в ответ на наши просьбы, задумываемся: «Нормально ли, что я прошу их делать то, чего они не хотят? Не проявляю ли я неуважение? Не раню ли самооценку?»

Подобное случается очень часто, у меня самой есть такой опыт, и я слышала об этом от многих других педагогов. Однако если по какой-либо причине мы не берем руководство на себя, то возникают сложности: дети не допустят, чтобы роль лидера оставалась вакантной.

Детям нужен взрослый, который руководит ими и направляет их. Они не созданы для того, чтобы заботиться сами о себе.

Поэтому, когда учитель уклоняется от лидерства или неявно поощряет детей занять это место, обстановка в классе становится хуже. Без направляющего и заботливого взрослого ученики не ощущают эмоциональную безопасность, и это выражается в проблемном поведении. Например, некоторые дети могут начать командовать. Они ощущают, что должны стать лидерами, потому что эта должность вакантна. А их эмоциональной зрелости просто еще не хватает для того, чтобы играть такую роль. И это несоответствие становится причиной повышенной тревожности. Другие дети просто

отказываются сотрудничать или при любом удобном случае демонстрируют неуважение к учителю.

В классах, где царит такая обстановка, обучение не даст должных результатов. Преподавать в такой обстановке – дело малоприятное. Но важно и не переусердствовать в другом направлении, даже если кажется, что единственно верный способ – стать инструктором по строевой подготовке.

Всегда ли нужна сильная рука

Мы видим, как часто ученики приходят в класс неуправляемыми, агрессивными и властными. Часто единственно верным способом реагирования в таком случае нам кажется сильная рука. С одной стороны, авторитетный лидер – это действительно именно то, что нужно в большинстве проблемных классов. Но иногда мы полагаемся на авторитарную тактику, чтобы заставить детей вести себя как следует: отменяем перемены, задерживаем после уроков, кричим или отчуждаемся эмоционально. Мы прибегаем к этим крайним мерам, потому что утомлены или потому что порой и правда не знаем, как еще можно поступить. Но даже если подобные тактики и приводят к некоторому подобию порядка в классе, их нельзя назвать лучшими способами поддержать ребенка в обучении, росте и развитии под покровом нашей заботы. Вспомните одну из басен Эзопа:

Как-то утром Северный Ветер и Солнце увидели всадни-

ка в новом нарядном плаще. «Этот молодой человека, похоже, очень доволен собой, – сказал Северный Ветер. – Но если я захочу, я с легкостью заставлю его снять плащ». «Не думаю, что у тебя получится, – сказала Солнце. – Давай каждый из нас попробует сделать это. Ты начинаешь».

Северный Ветер стал дуть изо всех сил. У людей на земле слетали с голов шляпы, с деревьев срывались листья. Животные были напуганы, а корабли в заливе пошли на дно. Северный Ветер дул так сильно, как только мог, но все было напрасно: всадник лишь еще сильнее укутался в свой плащ.

«Теперь моя очередь», – сказала Солнце. И засияло нежно и тепло. Насекомые зажужжали, и цветы распустились. Птицы начали петь. Животные улеглись на землю спать. Люди вышли на улицу поболтать друг с другом. Всаднику стало жарко, и он снял плащ.

Ветер применил всю свою мощь, чтобы заставить человека снять плащ, но его план с треском провалился. Вместо того чтобы раздеться, человек еще сильнее завернулся в плащ, а те, кто были вокруг, испугались или пострадали. Солнцу известно, что тепло – более сильный инструмент, чем запугивание, принуждение и уговоры. Оно знает, что при должном усилии можно и сорвать плащ с плеч человека, – но подари тепло, и человек сам сделает то, что нужно. Другими словами, Солнце показало, что в правильных условиях люди меняются. Если дать человеку вдоволь тепла и безопасность – он с радостью сам откроется миру.

Теплота против давления

Дети откликаются на нашу заботу отчасти благодаря способности видеть и принимать наше тепло. Разные учителя делятся теплом по-своему. Кто-то из нас демонстрирует его привычным способом, который легко «читается» (улыбка, бабушкин уют), у других же просто огонек в глазах. Некоторые кажутся суровыми, но внутри у них невероятная доброта и тепло, которые прямо просвечивают насквозь. Большинство детей оснащены таким «радаром» тепла и чувствуют от нас приглашение в отношения.

Не обязательно предлагать тепло каким-то одним определенным способом – детям просто важно чувствовать, что оно есть. При этом, разумеется, следует помнить о том, что некоторым ученикам сложно понимать чересчур тонкие проявления заботы. Например, исследования говорят о том, что люди, пережившие детскую травму, в том числе грубое обращение или отстраненность, а также те, кто вырос в семье, где родители все время конфликтовали, могут воспринимать нейтральное выражение лица как «злое» или «рассерженное». Я видела, и как дети с расстройствами аутистического спектра, высокочувствительные дети и малыши до семи лет трудом распознают наше тепло и приглашение в отношения, если они не выражены явно. А некоторым просто нужно явно выраженное приглашение, чтобы они почувствовать

себя в достаточной безопасности, не боясь зависеть от вас и отдыхая в вашей заботе.

Мы не знаем, какой опыт пережил ребенок до встречи с нами, было ли у него негативное взаимодействие с другими взрослыми, в том числе и с учителями. Если вам не удастся сразу растопить сердце кого-то из учеников, подумайте, не тот ли это ребенок, которому требуется более теплое и явное приглашение к отношениям. Оказываясь лицом к лицу со школьниками, которые словно бы отсутствуют и больше интересуются своими смартфонами, чем словами учителя, у нас могут опуститься руки, и мы думаем, что единственный способ решить эту проблему – стать властным и авторитарным, как Северный Ветер из басни Эзопа.

Со стороны кажется, что в классе под авторитарным руководством дети ведут себя лучше, чем с робким и нерешительным учителем. Класс может выглядеть более цивилизованным и управляемым. Но тут есть проблема: дети в таком классе следуют за учителем не из любопытства и любви к получению новых знаний, а из страха. В классе, где правит страх, любопытство погибает в страхе, а обучение не становится радостью.

В таком классе дети стараются быть «хорошими» и делать все, что могут, просто чтобы не нажить проблем, но ими управляет страх – они становятся тревожными. Со стороны кажется, что эти дети слушаются и ведут себя хорошо, но это происходит за счет их эмоционального благополучия.

Другие дети, если почувствуют, что их заставляют и принуждают, реагируют иначе – начинают сопротивляться. Многие из таких школьников не взаимодействуют с окружающими и показывают явные признаки гнева и/или неуважение к учителю. Они не чувствуют, что педагог на их стороне, а наоборот, считают, что учитель хочет создать им проблемы.

В дополнение к этому может сформироваться негативная обстановка, когда класс разделяется на два лагеря: «хорошие» ученики против «плохих», те, кто «слушается», и те, кто нет. Ребята из лагеря «хороших» с большой вероятностью вскоре начнут испытывать дискомфорт. «Плохиши», наоборот, решат, что обязаны противостоять учителю. Начнется противостояние двух лагерей. Столкнувшись с такой ситуацией, учитель может решить, что единственный способ справиться – еще более ужесточить режим, чтобы заставить подчиняться общим правилам. Но это окончательно замкнет круг, все сильнее нагнетая в классе страх, тревогу и сопротивление.

Быть открытым к переменам

Все мы, конечно, довольно эмоционально реагируем, когда нам кто-то говорит, что мы боимся своих учеников. И я понимаю, как грустно думать об учителях, которые проявляют сарказм, угрожают и держатся холодно с детьми, которые их фрустрируют – даже если они и не хотят вести себя так.

Также на основании своего опыта работы с тысячами учителей я понимаю, что они стараются изо всех сил, чтобы справиться с проблемными ситуациями в классе. Когда педагоги делятся со мной своими историями, они часто плачут и испытывают невероятный стыд. Они расстроены и беспомощны.

Вместо того чтобы позволить чувству вины, фрустрации и беспомощности парализовать нас, мы можем использовать эти эмоции как отправную точку для перемен. Когда мы можем посмотреть на вещи с другой стороны и испытываем грусть от этого нового осознания, то строим пространство для нового способа существования. Некоторое чувство вины – неотъемлемая часть личности заботливого взрослого. Это нормально. Если вы испытываете вину, это значит только то, что у вас есть совесть.

И вместо того чтобы наказывать себя за совершенные ошибки, постарайтесь увидеть возможность для перемен. Признать, что перемены необходимы, и использовать энергию, которую рождает чувство вины, чтобы вернуться на правильный путь. Я поддерживала многих учителей в их становлении как сильных лидеров в классе. Каждый из нас способен измениться, если мы открыты к переменам.

Глава 4

Построение отношений

Невозможно эффективно управлять классом, не являясь для учеников путеводной звездой, на которую они смотрят в поисках поддержки, информации, наставления и мудрости. Неважно, какую философию преподавания или образовательную систему мы принимаем; наша фундаментальная роль заключается в том, чтобы обогащать учебный опыт детей и вести их по пути обучения. Если ученики не видят в нас компас, как мы сможем передавать им опыт? И как они смогут быть уверены, что мы сделаем шаг им навстречу, чтобы поддержать и помочь преодолеть сложности? Если говорить обобщенно, то речь идет об установлении таких отношений с нашими учениками, в которых мы ведем их за собой и заботимся о них.

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.