



НЕТРЕВОЖНЫЙ
ПОДХОД



ЗВОНОК ДЛЯ РОДИТЕЛЯ

КАК ДАТЬ РЕБЕНКУ
КАЧЕСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ВНЕ ШКОЛЬНЫХ СТЕН

Кристина Сандалова

Нетревожный подход

Кристина Сандалова

**Звонок для родителя. Как
дать ребенку качественное
образование вне школьных стен**

«Individuum»

2023

УДК 374
ББК 74.9

Сандалова К.

Звонок для родителя. Как дать ребенку качественное образование вне школьных стен / К. Сандалова — «Individuum», 2023 — (Нетревожный подход)

ISBN 978-5-6048294-0-0

Пресловутые «школьные годы чудесные» многие до сих пор вспоминают с ужасом: бесконечная груда домашних заданий, ломающий спину ранец, равнодушные учителя, буллинг и скука. Есть ли альтернатива? Да, если знать, что ответственность за образование детей лежит не на школе, а на семье, и стандартные одиннадцать лет за партой — далеко не единственный возможный путь. В книге «Звонок для родителя» журналистка и психолог Кристина Сандалова объясняет, как школа адаптируется к XXI веку, рассказывает о своем и чужом опыте обучения детей, приводит мнения экспертов и делится всеми подробностями о семейном образовании: как найти хороших педагогов, организовать удобный для всех распорядок, сдавать экзамены и избегать лишней нервозности. Эта книга — для родителей, готовых выбирать, как и чему учить своих детей, чтобы те не только получали знания, но и росли счастливыми. В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

УДК 374
ББК 74.9

ISBN 978-5-6048294-0-0

© Сандалова К., 2023

© Individuum, 2023

Содержание

Предисловие	7
Часть I	10
Глава 1. Что не так с обычной школой	10
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Кристина Юрьевна Сандалова

Звонок для родителя. Как дать ребенку качественное образование вне школьных стен

© Кристина Сандалова, 2023

© ООО «Индивидуум Принт», 2023

*Книга посвящается Игорю Моисеевичу Чапковскому и моему сыну
Грише, которые открыли мне новый мир свободного обучения*

Предисловие

Пока я писала эту книгу, в мире произошло немало событий, радикально изменивших нашу жизнь, – первым из них стала пандемия COVID-19. И коронавирус, пожалуй, затронул школу сильнее других драматичных перемен: с весны 2020 года миллионы людей в России на собственном опыте узнали, что такое дистанционное образование. Времени на подготовку к переходу в «цифру» не было, и в большинстве случаев школы оказались к ней не готовы. Родители увидели, как программы зависают, электронные дневники отказываются работать, пожилые преподаватели не могут быстро освоить новые технологии, сетевые хулиганы занимаются зумбомбингом (перехватывают управление виртуальной доской), а дети могут сколько угодно списывать или отлынивать, выключив камеру и микрофон... Понятно, что первые отзывы на такой эксперимент оказались, мягко говоря, не самыми восторженными. А позже родители, которые столкнулись с цифровым форматом обучения, разделились на три лагеря.

Первые пережили удаленку как стихийное бедствие и решили, что единственный допустимый выход – возвращение к норме, когда ребенок уходит утром в школу и до вечера им занимаются профессионалы. Их можно понять, ведь многие родители после отмены наиболее жестких коронавирусных ограничений стали снова ходить на работу и не планировали оставлять ребенка дома без присмотра, да и в целом нарушать слаженный ритм жизни.

Вторая группа – те, кто отнесся к вынужденному эксперименту с удаленным обучением как к возможности заглянуть по ту сторону образовательного процесса, понять, как выглядят современные уроки и какие знания получают дети. Увиденное понравилось не всем.

Согласно данным проекта «Дети Mail.ru», 45 % семей, опрошенных весной 2020 года, заявили, что вся нагрузка по обучению фактически легла на их плечи¹. Многие впервые поняли, сколько проблем есть в организации учебы. Раньше все несовершенства скрывались за стенами школы, но после перехода в онлайн-режим их уже стало невозможно игнорировать: и занятия по шесть часов в день, после которых в голове остаются лишь крохи информации; и выгорание педагогов, которые не могут удерживать внимание тридцати детей, не говоря уже о том, чтобы по-настоящему их заинтересовать; и несоответствие между оценками и уровнем знаний. Мне, к примеру, известно, что в пятом классе одной московской школы отличники и отличницы умудрялись получать высокие отметки, даже не зная таблицу умножения, которую проходят во втором классе. Думаю, вы и сами видели видеоролики, где прохожие не могут ответить на самые простые вопросы вроде имени последнего русского царя или химической формулы воды, – это тоже результаты школьного образования.

И наконец, в третий лагерь вошли те, кто смог найти в дистанционном образовании какие-то плюсы. Отчасти у них это получилось потому, что отдельные школы хорошо адаптировались: быстро освоили необходимые технологии, тщательнее проверяли домашние задания и не прерывали учебный процесс. Некоторые родители начали всерьез задумываться о сильных сторонах удаленки. К примеру, семья легко может переехать в другой город или страну без ущерба для учебы. Кроме того, на дистанте легче следить за процессом обучения, а время, которое раньше бы ушло на дорогу, можно потратить на что-то полезное. Часто родители из этой категории в определенный момент приходят к выводу, что могут прожить и вовсе без школы. Тогда они выясняют, что учиться за пределами школьных классов можно не только онлайн, но и офлайн, уделяя больше времени книгам, кружкам и секциям.

Удаленка стала инструментом, который вскрыл проблемы традиционной системы обучения. Многие родители впервые задумались, нужна ли им и их детям школа в ее современном

¹ Авлеев Е. Опрос: 60 % родителей в целом поддерживают онлайн-обучение // ТАСС. 2020. 14 апреля. URL: <https://tass.ru/obschestvo/8234827>.

состоянии. В результате стремительно вырос запрос на альтернативное образование. Неожиданно для себя я обнаружила, что семейное обучение, которым я занимаюсь уже девять лет, вдруг стало мейнстримом. Хотя еще недавно сама идея, что учиться можно вне школьных стен, вызывала недоумение и настороженность.

«Думали, что у сына хорошие знания по английскому: учиться на отлично, никаких замечаний. А как послушали их занятия, поняли, что это профанация» – во время пандемии я часто получала такие сообщения от родителей, которые увидели, как их детей учат на самом деле. Мне писали люди, знавшие меня как маму ребенка на семейном обучении (что означает этот термин и почему его не стоит понимать буквально, вы сможете узнать на странице 46) – я много рассказывала о разных методиках, своем и чужом опыте для профильных изданий и в личном блоге. Пандемийный шквал писем и вопросов побудил меня углубить и систематизировать свои знания, и в результате получилась эта книга. Она о тех трансформациях, которые сегодня претерпевает понятие «школа», и о том, как построить учебный процесс так, чтобы ужасы традиционного образования, знакомые почти каждому бывшему ученику, обошли вашего ребенка стороной.

Почему я решила написать об этом целую книгу? За десять лет (сначала просто как мама школьника, а затем как эксперт Национальной ассоциации семейного образования) я видела такое количество разных сценариев альтернативного обучения – от успешных до совершенно провальных, – что поняла: этот опыт нужно объединить и как следует систематизировать, чтобы принести пользу родителям, которые хотят помочь своим детям. Многих людей сегодня не устраивает положение в российских школах. Безусловно, есть исключения: школы с прекрасными педагогами, эффективными методиками, счастливыми учениками. Но ни для кого не секрет, что для такой большой страны их очень мало. И пока не изменится вся система, эти школы так и будут оставаться исключениями – а для того, чтобы произошли перемены, мы должны понять, что не так с современной школой, как мы можем сдвинуться с мертвой точки и изменить образовательный процесс к лучшему.

Подумайте только: всего пятнадцать лет назад в мире не было айфонов, Airbnb, Uber, Alibaba и социальных медиа. Сегодня же миллионы людей узнают новости из соцсетей, а не газет и телевизора, заказывают еду и одежду через приложения, смотрят кино на ноутбуке, созваниваются с родными с другого континента по скайпу, устраивают конференс-коллабы по зуму и так далее. Смартфон размером с ладонь сегодня может вместить целую библиотеку, кинотеатр, сборник аудиоэнциклопедий, образовательных программ и платформ. Фактически достаточно одного гаджета, чтобы успешно учиться и работать. Это не значит, что нужно уходить в цифровой мир: за время вынужденной дистанционки мы все оценили важность живого общения. Однако технологии могут сильно облегчить нашу жизнь и подарить новые возможности в развитии образования. Но система школьного обучения застряла в прошлом веке и, к сожалению, даже технологии применяет исключительно для того, чтобы тщательнее контролировать родителей и детей.

«Школа очень консервативна. Система меняется очень медленно из-за того, что пытается дать каждому образование по общим стандартам. Именно поэтому надо предоставить человеку больше свободы. Тогда у него появляется больше шансов, больше возможностей, больше желания жить», – считает Алексей Семенычев, президент Ассоциации развития семейного образования, автор проекта «Альтернативное образование в России»².

Российская ситуация не уникальна: по всему миру образовательная система не успевает за меняющимся временем. «Все без исключения системы образования сейчас находятся на стадии реформирования, – пишет британский профессор Кен Робинсон, международный совет-

² Семенычев А. «Насилием подростка не испугаешь»: адепт альтернативного образования рассказал, как в России учат детей вне школы // MSK1.ru. 2022. 14 августа. URL: <https://msk1.ru/text/education/2022/08/14/71564969/>.

ник государственных и общественных организаций по вопросам развития творческого мышления и инноваций. – Но этого недостаточно. Реформы уже бесполезны, потому что они пытаются усовершенствовать неработающую модель. Нам нужна не эволюция, а революция в образовании...»³

Конечно, кризис образования – системная проблема. Более того, я не раз сталкивалась с мнением, что неправильно переносить ответственность за качество обучения детей с власти (в широком смысле, начиная с Министерства образования и заканчивая конкретным завучем в конкретной школе) на плечи родителей. Ведь даже самые удачные эксперименты с альтернативным образованием в отдельных семьях не заставят политиков начать сложный и болезненный процесс реформирования школы, а значит, общая картина останется неизменной.

³ Идеалистическая критика школы от Кена Робинсона // Newtonew. 2018. 18 июня. URL: <https://newtonew.com/school/ken-robinson-prizvanie>.

Часть I

Зачем нужно альтернативное образование?

Глава 1. Что не так с обычной школой

Решение забрать ребенка из школы – или вовсе его туда не отдавать – и сегодня не кажется очевидным, а десять лет назад выглядело едва ли не попиранием незыблемых устоев и пощечиной общественному вкусу.

Поэтому первые несколько лет я старалась никому не рассказывать, что мой сын Гриша (2006 года рождения, практически ровесник первого айфона, твиттера и Airbnb) учится дома. Слишком часто это вызывало недоумение, а затем и обвинения в том, что мы лишаем ребенка нормальной жизни, социализации и даже первой любви. Чаще всего я это слышала от людей старшего поколения либо от родителей младших школьников. К этим тревогам мы еще вернемся, но сначала отмечу: в 2017 году, после того, как сын закончил начальную школу, я заметила новую тенденцию. Многие из тех, кто раньше относился к идее альтернативного образования с большим скепсисом, стали меня расспрашивать, как на него перейти: как организовать процесс, сколько времени и денег придется потратить и так далее.

Многие взрослые, столкнувшиеся с жизнью современной массовой школы, понимают, что она серьезно изменилась по сравнению с тем, что было в 1970–1980-х и даже в 1990-х годах. Правда, перемены – к худшему: так начинает разваливаться когда-то крепкая, но старая постройка, которая давно требует капитального ремонта. А вместо этого в здании только изредка подкрашивают фасад и на скорую руку замазывают штукатуркой трещины.

Давайте рассмотрим, какие жалобы чаще всего приносят домой зареванные ученики – часть, думаю, вы хорошо вспомните из собственного школьного опыта, но другие проблемы возникли в последние пять-шесть лет и могут серьезно подорвать доверие родителей к системе образования. За каждой из этих жалобных фраз скрываются большие и серьезные системные неполадки.

«Я не могу запомнить их имена»

Переполненные классы

Год назад я получила сообщение от знакомой из Воронежа: «Сын не переносит большие коллективы, а в классе 42 человека. На переменах невыносимый шум, в кабинете к концу урока можно задохнуться. Ко второму классу у ребенка начались постоянные головные боли». В итоге она забрала сына из школы.

Такие большие классы – в 30, 40 человек – сегодня стали нормой. Например, в Краснодаре в некоторых школах по 20 и даже 30 начальных классов⁴, и в каждом учится по 38–40 человек⁵, а в районе Новая Трехгорка подмосковного Одинцова можно встретить школы с двенадцатью параллельными классами по 34–40 учащихся⁶. О переполненных классах заявляют жители самых разных регионов: от Сахалина⁷ до Смоленска⁸.

⁴ Генёв. Ю. От «А» до «Я»: В краснодарской школе создали 33 первых класса // RG.ru. 2020. 25 августа. URL: <https://rg.ru/2020/08/25/reg-ufo/v-krasnodarskoj-shkole-sozdali-33-pervyh-klassa-ot-a-do-ia.html>.

⁵ Милкус А., Алфимов В. Может ли педагог нормально учить, если в классе 40 человек? // KP.ru. 2017. 1 февраля. URL: <https://www.kp.ru/daily/26637/3656318/>.

⁶ Поляков А. Школы ставят новые рекорды // Оинфо. 2018. 12 сентября. URL: <https://oinfo.ru/news/?id=65923>.

Причина такого столпотворения в том, что в школу пошли дети родителей, принадлежавших к поколению X и миллениалам: эти дети появились на свет в период 2005–2010 годов, когда рождаемость в стране была на подъеме⁹. И с каждым годом число школьников только растет. Так, в 2019 году в первый класс отправились 15,7 миллиона учеников, а к 2024 году эта цифра вырастет почти на 3 миллиона!¹⁰

Сложно представить, что может усвоить семилетний ребенок в таком переполненном классе – и какой харизмой и ораторскими талантами нужно обладать учителю, чтобы удержать внимание 30–40 детей на протяжении всего урока, особенно если учесть, что внимание в этом возрасте у детей не слишком устойчивое¹¹, они легко отвлекаются на болтовню соседа или смешки с задней парты.

Еще не так давно существовала норма, согласно которой в классе не должно учиться более 25 детей, однако в 2015 году ее из СанПиНов¹² убрали. Во что превращается урок в таких условиях? Часть времени неизбежно уходит на восстановление дисциплины в классе, особенно после большой перемены, когда дети, устав от неподвижного сидения, носятся по коридорам. Еще часть тратится на проверку домашнего задания; при этом большинство детей откровенно скучают, маются, переговариваются, хихикают, играют под партами в телефоны. Чтобы объяснить новую тему, у учителя остается минут пятнадцать-двадцать – максимум, на что он может рассчитывать, и, если повезет, некоторые дети его услышат, поймут и запомнят какую-то информацию. Выходит, львиную долю времени дети в школе проводят совершенно бессмысленно, зато переутомляются из-за раннего подъема, большой загрузки и шума на переменах.

«Я не расслышал»

Шумовое загрязнение

Повышенные уровни шума негативно влияют на психику¹³ и интеллект. ВОЗ считает, что порог фонового звукового давления в образовательных учреждениях не должен превышать 35 децибел, иначе у учащихся снижается концентрация внимания и ухудшаются когнитивные способности¹⁴. Для сравнения: тихий шелест листьев на расстоянии метра от человека – это 10 децибел, обычная речь – 40, шум двигателя легкового автомобиля – 55 децибел, а громкий разговор – 70.

В Швеции были проведены исследования, которые показали, что из-за шума дети и подростки часто плохо понимают прочитанное¹⁵. Речевой гул в классе составляет в среднем 65 дБ

⁷ Голубкова Н. Чтобы уйти от переполненных классов, в Сахалинской области строят 9 школ и 3 проектируют // Сахалин. Инфо. 2020. 28 июля. URL: <https://sakhalin.info/news/192874>.

⁸ Сабурова А. Первый раз в первый класс // SmolNews.ru. 2020. 23 июня. URL: <https://www.smolnews.ru/news/518711>.

⁹ Бобылев С. Динамика изменения населения России с 1897 года // ТАСС. 2019. 24 января. URL: <https://tass.ru/info/6036200>.

¹⁰ Милкус А. Чтобы разгрузить переполненные классы, в России снова будут строить пятиэтажные школы // KP.ru. 2019. 15 октября. URL: <https://www.kp.ru/daily/27042/4107132/>.

¹¹ Младший школьник: развитие познавательных способностей. Пособие для учителя / Под ред. И. В. Дубровиной. М. 2003.

¹² СанПиНы – бытовое сокращение длиннейшего бюрократического названия «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». – *Здесь и далее прим. ред.*

¹³ Babisch, W. Cardiovascular effects of noise. In: JO Nriagu (Ed.) Encyclopedia of Environmental Health // Elsevier, Burlington; 2011. С. 532–542.

¹⁴ Berglund B., Lindvall T., and Schwela, D.H. (accessed July 11, 2013). Guidelines for Community Noise // World Health Organization (WHO), Geneva; 1999.

¹⁵ Влияние шума в образовании. Результаты исследований // Ecophon. URL: https://www.ecophon.com/globalassets/media/pdf-and-documents/ru/catalogues/research-summary-education-ru_2021.05.21-2-final.pdf/.

и серьезно мешает выполнять устные задания, считать, отвечать на вопросы. Больше всего от шумового загрязнения страдают дети, которые вдобавок ко всему не выспались, простудились или неважно себя чувствуют¹⁶.

У постоянного гама есть и еще один минус – по данным Европейского общества ларингологов, 50 % учителей страдают от необратимых повреждений голосовых связок, вызванных необходимостью постоянно говорить громко¹⁷.

Кроме того, шум снижает работоспособность и у педагогов, и у школьников. Так, по исследованиям немецких ученых, на работе в опенспейсе (а ведь по сути класс – это и есть опенспейс) сотрудники отвлекаются на визуальные помехи в среднем около 600 раз за день, а это около 40 часов в год, или пять рабочих дней. При интенсивном шуме производительность труда снижается на 66 %, причем 99 % опрошенных говорят, что больше всего их отвлекают посторонние разговоры¹⁸.

А при низком уровне шума и учителя, и дети, напротив, работают более вовлеченно¹⁹ и сосредоточенно²⁰, в результате чего улучшаются и оценки²¹.

«Он душила»

Выгорание учителей

Учитель в школе – человек подневольный. Времена педагогических поэм в прошлом: может, в советский период, особенно в 1960-е, или в эпоху экспериментов 1990-х преподаватель мог подойти к процессу обучения творчески и имел возможность присмотреться к каждому ученику, но сегодня в массовой школе это почти невозможно. И вовсе не потому, что нынешние учителя лишены таланта, а потому, что у них нет времени его применить: они задушены бумажной работой. Нужно заполнять формуляры и анкеты, писать ежедневные отчеты, дублировать записи в электронный журнал, вести учет состояния оборудования в классе, составлять конспекты на следующий день, отвечать на запросы от начальства о том, в каких соцсетях сидят подопечные, и так далее. Где тут взять время на общение с детьми в классе, – с родными бы дома успеть поговорить по душам! А если педагог берет на себя организацию воспитательной работы, бумажная гора увеличивается еще в два раза, так что самим обучением приходится заниматься совсем уж на последнем дыхании.

По данным соцопросов, половина учителей считает, что каждый год количество бумажной работы увеличивается²². К тому же, чтобы как-то выживать, многие преподаватели работают на полторы-две ставки и берут дополнительные подработки – а как иначе, если средняя зарплата учителя в России составляет в зависимости от региона 30–45 тысяч рублей?²³

Нет времени ни на дополнительное образование и развитие эрудиции, ни на отдых, зато много изнурительной работы. Неудивительно, что проходит несколько лет – и пш-ш-ш: человек выгорел. При этом не каждый учитель, уставший от профессии, может позволить себе уво-

¹⁶ Акустическая эргономика школы. Tiesler, Oberdöster, 2006. С. 2, 11, 14, 20.

¹⁷ URL: <https://dcum.dk/undersogelser/indeklima-og-fagligt-udbytte>.

¹⁸ Banbury S.P. and Berry D.C. Office noise and employee concentration: identifying causes of disruption and potential improvements // *Ergonomics* 48:1. 2005. С. 25–37.

¹⁹ Эссекское исследование по всеобщей оптимизации акустики класса. Canning, James, 2012. С. 3, 18, 19, 26.

²⁰ Влияние укрепления здоровья на работоспособность в школьном образовании. Schönwälder, Stöver, Tiesler, 2008. С. 3, 14, 20.

²¹ Влияние шума в классе и внешнего шума на академическую успеваемость детей. Dockrell, Shield, JASA, 2008. С. 3, 9.

²² Колесникова К. Когда учителей избавят от бесконечной и бессмысленной «бумажной» работы // RG.ru. 2019. 18 февраля. URL: <https://rg.ru/2019/02/18/kogda-uchitelej-izbaviat-ot-beskonechnoj-i-bessmyslennoj-bumazhnoj-raboty.html>.

²³ Итоги федерального статистического наблюдения в сфере оплаты труда отдельных категорий работников социальной сферы и науки за январь-март 2022 года // РОССТАТ. URL: https://rosstat.gov.ru/storage/mediabank/itog-monitor_05-22.htm.

литься или заняться чем-то другим. Но дети об этой подоплеке учительского ремесла не знают. Зато когда видят перед собой раздражительного формалиста с потухшими глазами, сразу ставят ему безжалостный диагноз, а дальнейшим попыткам обучить их, к примеру, тонкостям валентности выносят суровый приговор.

Жалобы на отчетную нагрузку – одна из главных тем обращений учителей в Министерство просвещения по горячей линии ведомства. По данным мониторинга, в среднем российские учителя трудятся около 46 часов в неделю, и более 15 часов уходит на заполнение планов и отчетов и на подготовку к урокам!²⁴ В итоге учитель больше времени тратит на отчеты, чем на проверку письменных работ.

Каждый год чиновники обещают снизить объемы нагрузки на учителей, но пока ничего не получается. В 2022 году педагоги готовят до 49 различных документов и отчетов, рассказала на круглом столе в Госдуме председатель профильного парламентского комитета Ольга Казакова. «Ситуация порой доходит до абсурда – педагогов заставляют писать отчеты о том, насколько меньше стало отчетов», – отметила депутат²⁵.

С детьми я как раз таки не устаю. Устаю с бесконечными бумажками и тетрадками. Проверять сложно – каждый день минимум 54 тетради. Мой рабочий день сейчас начинается в 11 утра (вторая смена), а заканчивается в 10 вечера, когда проверю все тетрадки. Домой их брать не хочу, пусть работа остается на работе. У меня пока нет семьи и детей, поэтому спешить особо некуда. Я могу позволить себе задерживаться на работе. Кроме тетрадок, надо еще заполнить обычный журнал и электронный, написать отчет, заполнить «молоко», которое детям выдают в младших классах (в конце каждого месяца нужно подсчитать, сколько молока выпил каждый ребенок, а также общий объем на весь класс). Если что-то не сходится – сидишь и выясняешь, где и что потеряла. В идеале учитель должен каждый вечер еще и писать конспекты на следующий день. Но, положив руку на сердце, могу сказать, что мы делаем это не всегда. Приходишь после школы, и хочется просто лечь на кровать и лежать. Сил уже ни на что нет.

Так Александра из Саратова, учительница начальных классов, рассказывала о своих буднях в 2018 году²⁶. С тех пор ситуация нисколько не изменилась. Вбейте в строку поиска запрос «учителя + нагрузка», и увидите тысячи подобных историй.

Возвращаясь к педагогическим экспериментам – их мало еще и потому, что программы и алгоритмы работы в школе жесткие, а инициатива учителя не поощряется. Начиная со средней школы, главной, а зачастую единственной задачей учителей считается подготовка к ОГЭ и ЕГЭ. Безусловно, есть и гениальные учителя, которые даже в условиях бумажной волокиты способны зацепить, заинтересовать детей, провести урок так, что не оторваться. Сохранились и школы с творческим подходом к обучению. Но это редкие исключения, и попасть в такие школы совсем не просто.

²⁴ Сапрыгина Ю. Перечень отчетов педагогов хотят сократить с 49 до трех // Парламентская газета. 2022. 20 мая. URL: <https://www.pnp.ru/social/perechen-otchetov-pedagogov-khotyat-sokratit-s-49-do-trekh.html>.

²⁵ Там же.

²⁶ Головина Д. Нищета, «распальцованные» родители, бумажная волокита, бесполезные митинги: молодые учителя рассказали, почему они бегут из школы и как все исправить // Версия Саратов. 2018. 15 марта. URL: <https://nversia.ru/news/nischeta-raspalcovannye-roditeli-bumazhnaya-volokita-bespoleznye-mitingi-molodye-uchitelya-rasskazali-pochemu-oni-begut-iz-shkoly-i-kak-vse-ispravil/>.

«Я просто упала»

Буллинг и травля

Зачастую и руководство школы, и учителя равнодушно относятся к эмоциональному состоянию детей – им просто не до того. Это жирный и опасный минус современного образования: никто не заботится о создании культуры ненасильственного взаимодействия.

Дети проводят в стенах школы от четырех до восьми часов, их психика еще не до конца сформирована, многие не умеют общаться, выстраивать границы, адекватно реагировать на шутки. У многих детей еще плохо развит эмоциональный интеллект, и задача взрослых – помочь им усвоить нормы общества, научить уважать других и решать спорные вопросы без агрессии. Но это возможно только в случае, если взрослые и педагоги активно общаются с детьми и вовлечены в процесс воспитания. А сейчас, поскольку учителя перегружены, у них не хватает времени на то, чтобы вникать в жизнь и переживания учеников. И чаще всего главный прием педагогов – просьба «принять меры», обращенная к родителям. Но что может сделать родитель, которого нет в школе и который никак не может повлиять на ситуацию? Когда за пределами класса дети в школе предоставлены сами себе, часто начинается буллинг – организованная травля.

Не так давно моя подруга, известная в Европе художница, пожаловалась мне, что у ее сына-шестиклассника Ромы возник конфликт в престижной московской гимназии. Класс терроризировала компания под предводительством новичка, который решил установить в школе свои порядки. Трое сильных мальчишек били и унижали других детей, а учителя закрывали на это глаза. Когда Рома вступился за кого-то из ребят, хулиганы избили и его: после уроков, прямо под окнами школы. Сначала моя подруга попыталась решить конфликт мирно и позвонила родителям нападавших, но наткнулась на хамство. Как ни странно, заняла сторону сильного и школа: директор предпочла свалить всю вину на мою подругу за то, что она «подняла шум», тогда как все остальные молчали, а значит, «никаких проблем нет», и нечего тут «раздувать скандал». На самом деле такое встречается довольно часто, поскольку система больше всего боится огласки и для нее проще изгнать недовольных, чем наводить порядок.

Подругу спасла ее решительность: она позвонила инспектору по делам несовершеннолетних, рассказала о случившемся и получила инструкции, как действовать: собрала данные о конфликте (скрины переписок, где хулиганы рассказывали об избиении и угрожали), зафиксировала у медиков следы побоев на теле сына, а затем отправила официальное заявление в школу заказным письмом с описью, потребовав провести расследование, а также уточнив, что в случае бездействия она поставит в известность департамент образования и прокуратуру, и в этом случае школа понесет ответственность. Администрация не ожидала такого напора от милой тихой художницы и пошла на уступки. В результате хулиганы повинились и прекратили свои безобразия. Но это решение далось с боем! И если бы не грамотные действия активной мамы, мальчику пришлось бы либо уйти из школы, либо терпеть побои и оскорбления.

Впрочем, такие истории уже никого не удивляют. В 2021 году детский омбудсмен Мария Львова-Белова отмечала, что с буллингом сталкивался каждый второй ребенок в России²⁷. Иногда травля возникает и со стороны учителей. Что, впрочем, тоже неудивительно, учитывая колоссальные психологические перегрузки педагогов и эмоциональное выгорание.

«Некоторые учителя почему-то считают, что они вправе называть детей „идиотами“ и „недоумками“, изо дня в день, внушая им, что „они ни на что не годятся“, что „ничего в жизни

²⁷ Брикалевич И. Новый детский омбудсмен Львова-Белова ужаснулась масштабам школьного буллинга // МК.ru. 2021. 8 ноября. URL: <https://www.mk.ru/social/2021/11/08/novyy-detskiy-ombudsmen-lvovabelova-uzhasnulas-masshtabam-shkolnogo-bullinga.html>.

не добьются“, – рассказывала мне Дарья Невская, педагог, автор портала Mobbingu.net о проблемах травли в среде подростков. – Это такой способ мотивировать детей хорошо учиться по своему предмету? Тогда учитель расписывается в своей полной профнепригодности, потому что – это известно всем – унижение и оскорбления никогда не повышают мотивацию. Но какой же тогда смысл в этом действии? Только в желании установить дисциплину и добиться подчинения. Учитель морально подавляет детей... И самое печальное – что у детей и подростков вырабатывается определенная модель поведения: „Взрослый прав, даже когда он совершенно не прав, но не стоит ему перечить, а то будет еще хуже“. Часто эту мысль озвучивают родители, призывая своих детей „потерпеть“... Но в результате учительского буллинга у ребенка падает самооценка, ему становится неинтересен предмет, он скатывается в учебе. Ребенок, которого постоянно шпыняют, теряет интерес ко всему. Родители не отдают себе отчет, что это стратегическое непротivление эмоциональному насилию, „необходимая тактика выживания в школе“, влияет на неокрепшее сознание ребенка. Он привыкает мириться с любыми проявлениями агрессии, лишь бы его не трогали. И даже когда все-таки начинают трогать, либо срабатывает инерция непротivления, либо ребенок идет вразнос. И с ним никто уже не может справиться ни дома, ни в школе»²⁸.

Снизить градус напряжения в школах помогли бы программы стресс-менеджмента для учителей и учеников. Но, к сожалению, пока таких программ почти нет, а ведь они могли бы принести очень большую пользу. Приведу в качестве примера историю моей знакомой, которая последние годы живет на Кипре и недавно рассказала, как решают конфликтные ситуации между детьми в международной школе, где учится ее сын. В школе есть ребята из самых разных стран, в том числе русскоязычные: у каждого свой опыт, культурный багаж, национальные особенности. К тому же дети в младших классах не всегда понимают друг друга из-за недостаточного знания языка. Конечно, случаются и конфликты – куда без них в детском коллективе? Но интересно, как руководство школы старается их разрешить.

Хочу поделиться примером, как учителя международной школы справляются с конфликтами десятилеток во дворе. Не могу точно сказать, кто там был прав или не прав: наш младший сын действительно очень активный товарищ, общительность бьет через край, но сам говорит, что его вины нет. Больше всего меня восхищает деликатный тон отправленного нам (родителям) письма в связи с инцидентом (дракой двух одноклассников. – Прим. авт.). Привожу перевод:

«Пишу, чтобы сообщить вам об инциденте, который произошел сегодня во время перемены. К Максy обратился одноклассник, чтобы разобраться с проблемой, которая его беспокоила. У одноклассника сложилось впечатление, что Макс назвал его „глупым“ вчера после клуба „Гарри Поттера“. Оба мальчика прибегли к физической силе, началась драка. Чтобы разобраться с этой проблемой, мы следовали принципам трех R, как описано в школьном руководстве „Положительная дисциплина“. Оба мальчика признали (Recognized), что сделали неправильный выбор, когда решили применить силу; затем они помирились (Reconciled), извинившись друг перед другом. Чтобы решить (Resolve) эту проблему, мы еще раз проговорили, что в ситуациях, когда они испытывают сильные эмоции, им следует обратиться к учителю или пойти в „зону размышлений“ (reflection zone) 5-го класса, чтобы расслабиться и не реагировать на происходящее импульсивно. Ребята, как мне кажется, пришли в норму после того, как

²⁸ Дарья Невская: учительский буллинг глубоко травмирует ребенка // News.ru. 2017. 25 ноября. URL: <https://news.ru/society/dar-ya-nevskaya-uchitel-skij-bulling-gluboko-travmiruet-rebenka/>.

обсудили ситуацию, у них состоялся зрелый разговор с нами. Мы разъяснили им обоим, что физическая агрессия не соответствует политике школы в области прав человека и является неприемлемым способом решения конфликтов. Пожалуйста, помогите ребенку закрепить эту установку дома... С уважением, учителя 5 «А» и 5 «Б» классов».

Это яркая иллюстрация, как быстро и легко можно разрешать спорные ситуации, если администрация заинтересована в поддержании здорового климата в школе. Такие методы, как правило, используются и в альтернативных школах, и в семейных, где есть понимание, что без здоровой психологической обстановки детям невозможно дать качественное образование.

«Когда уже это закончится?»

Слишком большие нагрузки

До 10-го класса я училась в престижной гимназии на четверки и пятерки. До средней школы все было неплохо, но после 6-го класса нагрузка стала серьезно увеличиваться. В 9-м классе занятия заканчивались в четыре-пять часов дня, а уроков задавали столько, что я каждый день сидела до двух часов ночи: у нас было много часов математики, английского, русского, и по каждому предмету ежедневно требовалось выполнять множество домашних заданий, как и по физике, химии, биологии. Плюс помимо основной углубленной программы были такие предметы, как МХК (мировая художественная культура), психология, черчение, испанский язык, труд, по которым тоже задавали немало.

Каждый педагог считал, что его предмет – самый важный. Доклады, сочинения, рефераты шли нескончаемой чередой. А на выходные задавали столько, что не было времени погулять или развлечься. Кружки, конечно же, при таком расписании тоже втиснуть было некуда. И только родители удивлялись, почему при интенсивной учебе и хороших отметках знаний остается так мало: почему я ничего не понимаю в физике, путаюсь в английской грамматике, хотя у нас преподавали носители языка, а по географии не могу запомнить даже названий европейских столиц.

А весной в 9-м классе у меня началась бессонница. Я лежала по несколько часов безумно уставшая, но не могла уснуть. И только часам к пяти утра, обессилив, наконец отключалась. Но в семь звонил будильник, и волей-неволей приходилось снова плестись на уроки. Не знаю, чем бы это закончилось, если бы встревоженные родители не перевели меня в семейную школу, невзирая на весь престиж гимназии и возможность поступить в вуз без экзаменов.

Формально моя новая школа была лицеем: понятия «семейной» школы тогда еще не существовало. Но, по сути, это была именно небольшая частная семейная школа с государственной аккредитацией, где в маленьких классах учились по десять человек. Располагалась она в многоквартирной квартире в старинном доме.

Первое, что меня поразило, – учителя не кричали на уроках, некоторые и вовсе называли учеников на «вы», разрешали принести прямо на занятие кружку чая и спокойно объясняли материал в домашней обстановке. А второй плюс, который я сразу оценила, – вдруг появилось много свободного времени, а знания прочно укладывались в голову. Сейчас я понимаю, что при колоссальных учебных нагрузках в предыдущей школе мой мозг попросту не успевал переваривать и запоминать такой большой объем информации. Рабочая память перегружалась²⁹, нервная система была истощена, концентрация внимания и работоспособность падали ниже всякого плинтуса.

²⁹ Пигарев А. Ю. Методы решения проблемы перегрузки рабочей памяти при обучении математике // Новосибирск: Новосибирский государственный университет экономики и управления. URL: http://journals.tsu.ru/uploads/import/1824/files/73_039.pdf.

Кроме того, я наконец начала высыпаться, а не ложиться за полночь из-за уроков. Исследования последних лет показали, что здоровый сон значительно улучшает память³⁰. В итоге, когда перегрузки исчезли, обучение стало более эффективным. Это ведь просто: в образовании важно не количество, а качество.

Однако в последние десятилетия детей в школах загружают все больше. «В основной школе с пятого по девятый класс нагрузка по сравнению с 1950-ми годами увеличилась в два раза только по количеству часов, я даже не беру информационную нагрузку и насыщенность, – говорила в интервью Марьяна Безруких, доктор биологических наук, главный научный сотрудник Института возрастной физиологии Российской академии образования. – Сейчас эту проблему пытаются решить. Но специалисты по разным учебным дисциплинам стараются выбить как можно больше часов на свой предмет, аргументируя это растущим объемом информации... Ребенок ничего с этим поделать не может. Он пытается лавировать между получением оценок и усвоением знаний, а это плохая ситуация. Ребенок, который пытается выучить все, зарабатывает себе невроз, и в итоге школу заканчивает обремененный знаниями невростик»³¹.

«Я не помню»

Невозможность усвоить программу

Прозвенел последний звонок, но далеко не все школьники после него отправляются домой или на продленку: многие посещают кружки или дополнительные занятия. И уже только после всего этого они оказываются дома, где их ждет... выполнение домашних заданий. Формально СанПиНы устанавливают предел времени, которое ученики должны тратить на домашку, – от 1,5 часа в первом классе до 3,5 ближе к выпуску из школы. Однако в реальности времени на нее у многих школьников уходит гораздо больше. Так, согласно опросам, у 65 % российских школьников не хватает времени на выполнение домашнего задания, и у 59 % подростков не остается времени для хобби³².

Чрезмерно объемная программа и слишком высокий темп освоения материала мешают детям как следует погрузиться в какую-либо тему – только освоил одну, как учитель уже дает вторую, третью. Добавьте сюда недостаток отдыха, движения, прогулок на свежем воздухе – все-таки в сутках по-прежнему 24 часа, – и поймете, почему детям зачастую так трудно дается учебная программа. А платить за это в итоге приходится низким уровнем знаний.

Согласно результатам международного исследования PISA, которое оценивает читательскую, математическую и естественнонаучную грамотность 15-летних подростков, «около 22 % учеников 7–9-х классов в России – потенциально не успешные [то есть могут столкнуться с проблемами в дальнейшей учебе из-за невысокого уровня грамотности]»³³. А по мнению Роспотребнадзора, «каждый третий российский школьник не владеет даже базовыми знаниями по тем или иным предметам учебной программы». «Если брать все срезы, которые у нас есть, около 32–35 % не осваивают минимальный набор знаний по тем или иным предметам. В странах-лидерах этот показатель – 5 %», – говорил в интервью «Газете. ру» глава ведомства Анзор Музаев³⁴.

³⁰ Matthew Walker: Why is it essential to make time for sleep? // Npr. 2021. 5 февраля. URL: <https://www.npr.org/transcripts/964209001/>.

³¹ URL: <https://echo.msk.ru/programs/beseda/17862/>.

³² Ориентиры и ценности // ОНФ. URL: <https://onf.ru/2019/02/15/rezultaty-oprosa-onf-shkolniki-orientiry-i-cennosti/>.

³³ Ивойлова И. Международное исследование показало, сколько в России неуспешных учеников // RG.ru. 2020. 8 февраля. URL: <https://rg.ru/2020/02/08/mezhdunarodnoe-issledovanie-pokazalo-skolko-v-rossii-neuspeshnyh-uchenikov.html>.

³⁴ Ефимова А. «Нет самостоятельности»: почему отстают российские школьники // Газета. ру. 2020. 10 апреля. URL: <https://www.gazeta.ru/social/2020/04/10/13043827.shtml>.

Конечно, кто-то может отмахнуться и сказать, что из троечников вырастают самые успешные бизнесмены и политики, или же поворчать о поколении тик-тока и свалить всё на пресловутое «клиповое мышление». Однако если у 35 % всех школьников в России (а это шесть миллионов человек) проблемы с успеваемостью, возможно, стоит внимательнее посмотреть на программу обучения?

Если изменить образовательный подход, могут кардинально поменяться и результаты. В начале XX века знаменитый немецкий психолог Герман Эббингауз, исследователь памяти и мышления, установил, что уже в течение первого часа после изучения новой информации забывается до 60 % материала, через десять часов в памяти остается лишь 35 %, а через шесть дней – около 20 %. Но важно отметить: как показали последующие эксперименты, к таким результатам приводит заучивание плохо осмысленной информации. А если человек может как следует обдумать и усвоить то, что ему преподают, прочность запоминания гораздо выше:³⁵ активизируются операционные и регулирующие механизмы памяти, и новый материал гармонично вплетается в стройную систему знаний.

Не секрет и то, что дольше сохранить информацию в памяти помогает повторение. По данным исследований, если повторять материал в первый же день после изучения, в памяти остается до 88 % информации; через три-четыре дня – 84 %; через месяц – 70 %; через шесть месяцев – 60 %³⁶. Но повторение должно быть разнообразным! Для этого опытные педагоги ставят перед учениками разные задачи: придумать примеры, ответить на вопросы, начертить схему, составить таблицу и так далее. То есть стараются один и тот же материал подать в разных вариантах и отработать в различных ситуациях. Тогда данные останутся в памяти надолго. К сожалению, мнемотехники и специальные методы эффективного обучения нечасто добираются до общеобразовательных школ.

«Не ругай меня»

Конфликты с родителями из-за стресса

Моя знакомая Дарья Соколова, студентка исторического факультета МГУ, до 9-го класса включительно училась в гимназии, а в 10–11-м классе перешла на семейное обучение, так что может сравнить одно с другим. О массовой школе она рассуждает так:

Школа школе рознь. Если это место, куда дети приходят за знаниями, которые им подадут интересно, где они вместе играют и дружат, – это прекрасно. Но, к сожалению, в реальности в государственных школах, как правило, все по-другому. Обычно они превращаются в жесткую структуру с четкими критериями оценок, где от учеников постоянно требуют соответствовать определенным правилам и стандартам. Даже если эти стандарты не слишком завышены, строгие требования и пристальное внимание к твоему поведению все равно вызывают стресс. На мой взгляд, это неправильно. Если человек приходит получать знания, почему он должен постоянно пытаться сохранить лицо, искать одобрения и поощрения?

Непомерные учебные нагрузки, жесткая оценочная система, постоянное ощущение гонки, в которой ты не сможешь стать победителем, – все это служит постоянным источником стресса. Согласно глобальному исследованию «Уверенность в процессе обучения» аналитической компании Harris Insights & Analytics, проведенному в сотрудничестве с LEGO Education

³⁵ Портал психологических изданий PsyJournals.ru: https://psyjournals.ru/exp/2011/n3/47189_full.shtml [О забывании учебного материала // Экспериментальная психология. 2011. Т. 4. № 3.]

³⁶ Кураев Г. А., Пожарская Е. Н. Психология человека.

в 2019 году, российские школьники больше всех в мире испытывают стресс из-за успеваемости!

«Об этом заявили 79 % респондентов. Второе место занимает Китай – 64 %, на третьем месте Германия с 61 %. Также исследование подтвердило, что чувство тревоги и неуверенности мешает детям и подросткам в учебе. Об этом говорят 68 % российских учителей», – утверждают авторы доклада³⁷. Можно спорить, действительно ли российская муштра – самая суровая в мире, но очевидно, что ее уровень недопустимо высок, и это плохо сказывается на школьниках.

Больше всего тревог возникает у детей из-за оценок, ведь на них фиксируются самые значимые взрослые: родители и учителя. Дети хотят соответствовать ожиданиям родителей и боятся их разочаровать. «Наш опыт показывает, что больше 80 % конфликтов в семье связано с плохими оценками и так называемым плохим поведением, то есть жалобами учителя»³⁸, – отмечает Марьяна Безруких.

В подростковом возрасте, когда дети переходят в среднюю школу, многие из них понимают, что стараться совершенно бесполезно: сколько ни пытайся угнаться за программой, все равно не получится. Самооценка падает, отношения с родителями становятся конфликтными, ребенок чувствует себя отвергнутым неудачником и ищет принятия и понимания у ровесников. Такой поиск не всегда приобретает здоровые формы.

«Дети, ориентированные на ровесников, сильнее подвержены эмоциональным травмам, чем дети, ориентированные на взрослых. Если ребенок привязан в первую очередь к родителям, их признание становится жизненно важным для его эмоционального здоровья и благополучия, а недостаток родительской любви нанесет сокрушительный удар по его самооценке. В то время как ориентация на ровесников разрушает индивидуальность», – пишет в своей книге «Не упускайте своих детей» знаменитый канадский психолог Гордон Ньюфелд.

Конечно, речь идет не обо всех ровесниках, а именно о детях, у которых нет здорового контакта с родителями, кто не чувствует принятия и поддержки, не любит и не хочет учиться. Поскольку любому ребенку важно ощущать себя значимым и успешным, он ищет круг общения, где его будут уважать. По этой причине подростки нередко поддаются давлению со стороны сверстников и начинают курить, выпивать, принимать наркотики. Это не просто форма протеста, а желание стать «крутым», взрослым, способным принимать самостоятельные решения. В итоге массовая школа с ее постоянным стрессом скорее отдаляет ребенка от родителей и становится источником конфликтов.

³⁷ Джанпаридзе М. Исследование: школьники России больше всех в мире испытывают стресс из-за успеваемости // ТАСС. 2019. 29 августа. URL: <https://tass.ru/obschestvo/6810398>.

³⁸ URL: <https://echo.msk.ru/programs/beseda/17862/>.

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.