УДК 37.017.7

ШКОЛА СЧАСТЬЯ КАК РЕАЛИЗАЦИЯ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Некрасова М.В.*Русская школа математики, Санта-Клара, e-mail: mvukki@mail.ru*

«Детство – школа, в которой учат читать, писать, считать, находить реки и города на карте. Но если не станет детство школой радости, школой счастья, то к чему все другие науки?» (С. Соловейчик). Ребенка необходимо и достаточно научить двум вещам – любить и жить полноценной жизнью. Тогда на основе этого фундамента выстраиваются колонны Жизни – хочу, могу и знаю. Чего я хочу? Почему это важно для меня? Что мне это даст? Насколько экологична для меня и для окружающих моя цель? Фундамент учебно-воспитательного процесса при этом строится на трех краеугольных камнях – я вижу тебя, я верю в тебя, я уважаю тебя. В статье приводятся простые и универсальные педагогические приемы, помогающие эффективно создавать поддерживающее пространство для ребенка во время учебного процесса, работающие на «становление личностных характеристик выпускника» в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами общего образования, а также позволяющие необходимый и неизбежный процесс познания мира и обучения сделать максимально комфортным, легким и радостным – одним словом, счастливым.

Ключевые слова: ребенок, класс, принятие, уважение, счастье, учебно-воспитательный процесс, коучинг в образовании

SCHOOL OF HAPPINESS AS THE REALIZATION OF FEDERAL STATE EDUCATIONAL STANDARD BASIC GENERAL EDUCATION

Nekrasova M.V.*School of Mathematics, Santa Clara, e-mail: mvukki@mail.ru*

«Childhood is a school where people learn to read, write, count, find rivers and cities on the map. But if you do not become childhood school of joy school of happiness, something to which all other Sciences?» (S. Soloveyichik). Child needs and enough teach two things – love and to live full-fledged lives. Then on the basis of this Foundation columns of Life are built – I want, I can and I know. What I want? Why is it important to me? What's in it for me? How environmentally friendly is my goal for me and for those around me? The Foundation of the educational process is built on three cornerstones – I see you, I believe in you, I respect you. The article presents simple and universal pedagogical techniques that help to effectively create a supportive space for the child during the educational process, working on the «formation of the personal characteristics of the graduate» in accordance with Federal state educational standards of General education, as well as allowing the necessary and inevitable process of learning and learning to make the most comfortable, easy and joyful – in short, happy.

Keywords: child, class, acceptance, respect, happiness, educational process, coaching in education

Как научить ребенка быть счастливым? До определенного возраста ребенок неосознанно счастлив всегда. Он может радоваться или грустить, но внутреннее глубинное счастье – его суть. День, когда прежний мир рушится и на его осколках приходится по кирпичику выстраивать новый, у каждого свой. Как бы родители в попытках защитить и уберечь ни пытались создать зефирный мир розовых слоников, эта капсула рано или поздно даст трещину. Поэтому главной наукой детства должна стать наука быть счастливым.

И что такое счастье? Для каждого оно свое. Хотя объяснить, в чем разница между кратковременной радостью и настоящим постоянным счастьем, можно. Счастье подобно солнцу, что светит и дает жизнь всегда, даже если скрыто за облаками. Счастье не зависит от погоды за окном, от трудностей и невзгод. По-настоящему счастливый человек живет здесь и сейчас, и жизнь его

полноценна. Он проживает эмоции, признавая их частью себя – и горе и радость. Счастливый человек не делит мир на черное и белое, воспринимая все как единую палитру Мироздания.

Принятие и приятие по Пути Жизни – это верные спутники гармоничного человека. Владимир Яковлев много лет изучает жизнь людей, живущих полноценной счастливой жизнью после 50 лет. Ни диеты, ни место жительства, ни род деятельности, ни определенная религия, ни материальное благополучие – ничто из этого не является причиной и объединяющим признаком всех этих людей. «В отношении к жизни те, кто живёт долго и счастливо, демонстрируют единодушную расслабленность. Абсолютно расслабленное отношение к жизни и глобное, искреннее приятие происходящего. Они обладают поразительной способностью мягкого бесконфликтного приятия происходящего» [1]. И еще действия, – все

эти люди занимаются тем, что им нравится. Как сказал Константин Карих: «Делать то, что ты любишь – свобода. Любить то, что ты делаешь – счастье».

В течение жизни каждый из нас строит Царствие Небесное внутри себя. И для успешного строительства необходимо и достаточно научить ребенка двум вещам – любить и жить полноценной жизнью. Когда на основе фундамента Любви выстраиваются колонны Жизни – хочу, могу и знаю.

Чего я хочу? Почему это важно для меня? Что мне это даст? Насколько экологична для меня и для окружающих моя цель? Если вы думаете, что дети слишком малы для таких вопросов, то вы ошибаетесь. И не тешьте себя иллюзиями, что вам лучше известно, что нужно для счастья вашему ребенку. Насколько хорошо вы знаете, что делает по-настоящему счастливым вас самих? Не радостным, не спокойным, а именно глубоко счастливым. Счастливым настолько, что это внутреннее счастье становится независимым ни от чего происходящего не только вокруг вас, но и внутри вас? Вы уже нашли свою землю обетованную?

Могу ли я достичь желаемого? Да, всегда. Потому что человек обладает всеми ресурсами, чтобы достичь цели. Но есть ли в ребенке уверенность в себе и во Вселенной, что он сможет, что у него получится? Верит ли он себе и в себя?

Что мне нужно для того, чтобы дойти до намеченной цели? Знаю ли я самые эффективные и легкие шаги, которые приведут меня к желаемому? Определил ли я свои и границы окружающих меня людей, чтобы не навредить? Усвоил ли я законы эффективного общения, чтобы в неизбежных конфликтных ситуациях находить компромисс, при котором обе стороны выигрывают? Научился ли «красиво» падать, весело подниматься и после извлечения ценного опыта двигаться с широкой улыбкой дальше? Достаточно ли во мне самоиронии и юмора, чтобы воспринимать себя и этот мир легко и позитивно?

И это все не столь неподъемные вопросы, какими они могут показаться. Этому можно учить шаг за шагом во время уроков, в течение прогулки, в минуты ежедневного общения. Любить, жить осознанно и позитивно, претворяя в жизнь свои мечты.

«Если благоприятствующая среда помогает человеку расцвести, то среда поддерживающая не дает ему упасть...»

Для того, чтобы держаться на земле, нужна почва под ногами, но для того, чтобы чувствовать себя личностью, надо еще найти свою землю обетованную» [2].

Безопасность для ребенка начинается с уверенности, что он не один. И речь не

столько о физической безопасности, сколько о психологической. Это его зона комфорта. И только про наличия этого душевного комфорта можно продолжать говорить о воспитании, развитии, обучении. Это фундамент, на котором все строится.

Первый краеугольный камень этого фундамента – «Я вижу тебя», Я вижу твое Я. Значение этой фразы хорошо показано в фильме «Аватар». Ребенок перестает быть невидимым для мира. Его видят, замечают, отличают, осознают его уникальность и значимость.

Детям жизненно необходимо присутствие того, кто любит, верит и поддерживает. Речь сейчас не о совместно проведенном времени по дороге в школу или когда все вместе в одной квартире. Это о том, когда вы по-настоящему рядом, когда вы откладываете все свои дела, половники, ноутбуки, книги и бубен и дарите свое время ребенку.

При этом вы можете быть за тысячу километров друг от друга – расстояние не помеха. Только быть с человеком надо быть по-настоящему, без параллельного прощелывания соцсетей или подпилики ногтей.

Когда ребенок говорит, что домашнее задание у него никак не получается, игрушка никак не собирается, компот никак не наливается – это не про «не могу», это про «мне нужен ты».

Очень сложно остановить в этот момент скачку мыслей в голове, отложить все дела, позволить всем измам сгореть дотла и клещам разбежаться.

Очень сложно сдерживать себя и раздраженно не ляпнуть что-нибудь о ценности древесины во пламени или проносающейся мимо животинки. Сдержите себя – не дайте почувствовать ребенку, что он менее значим для вас в этом мире, чем дом или лошадь. Попробуйте просто сесть рядом и быть с ребенком, когда он делает домашнее задание. Чаще всего, помощь ваша даже не требуется – только ваше присутствие, благожелательное, все принимающее и любящее.

Может быть, с этим связано, что богатство в меньшей степени влияет на успеваемость, нежели атмосфера в семье [3].

Это время «на двоих» можно запланировать/ распланировать/ учесть/ вписать в график, но оно должно быть. Таким образом вы создаете ту самую поддерживающую среду, без которой ребенок будет чахнуть и слабеть. И наоборот, показав «ты мне важен», «мне безразличны твои проблемы/заморочки/таракашки/нелепые страхи», «я с тобой» – вы даете вашим детям вакцину бесстрашия и спокойствия, уверенности и храбрости.

Что самое ценное может дать учитель ребенку? Что-то самое «разумное, доброе, вечное»? И если забыть на время об УУД, ЗУНах, ФГОСах, ВПРах и прочих ахах, то что останется после просеивания?

Когда я только пришла устраиваться в школу, то директор спросила: «Что для учителя самое важное?» Что-то я там проямлила невразумительное – даже не вспомню сейчас, что именно – и получила ответ: «Самое важное для учителя – любовь к детям». «Красиво» – подумала я тогда, потому что для меня это было не более, чем абстракцией. И только спустя 5 лет работы я начала в полной мере понимать смысл этих слов, что такое любовь учителя к ученикам.

Нужно честно признаться, что любить всех не получалось: порой не хватало душевных сил и охвата реальности. Только последний учебный год в России ознаменовался победой на этом пути – когда каждый одинаково дорог и близок, когда за каждого переживаешь, как за самого себя.

«Я вижу тебя» – может ли учитель подарить клочок земли обетованной? Не только может, но и должен. Помните ли вы глаза каждого своего ученика в конце учебного дня? Что увидели сегодня в этих глазах? Страх, надежду, удивление, радость? Вы увидели каждого или только одного-двух, а остальные были призраками для вас сегодня? Смогли ли вы прогнать тревогу из глаз одного и усилить счастье познания в глазах другого?

«Я вижу тебя» – это и про принятие. Это первый шаг к любви. «Педагогика – наука об искусстве любить детей. Любить – значит принимать человека таким, какой он есть». Можно и необходимо любить каждого ученика. «Не надо переделывать ребенка. Не надо переделывать себя. Наши усилия должны быть направлены не на ребенка, не на себя, а на главное – на отношение к ребенку» [4].

Если не получается полюбить, попробуйте пожалеть. Не будет счастливый ребенок говорить гадости. Не будет счастливый ребенок делать больно другому. Не будет счастливый ребенок поступать вопреки. Если он делает «плохо», значит плохо его душе. Его душа болит, и что-то корежит ее и не дает вздохнуть спокойно и полной грудью. Пожалейте его, попробуйте помочь, защитить его от самого себя. «Справедливость – область зла, милосердие – область добра». (Святой Исаак Сирий)

Но если он не хочет вашей помощи, признайте за ним это право распоряжаться самостоятельно своей жизнью, совершать поступки и учиться нести за них ответ-

ственность. Отойдите в сторону, отпустите ситуацию, ибо это не ваша жизнь, не ваш путь. Но при этом продолжайте любить. Не любить, так хотя бы жалеть, сочувствовать.

Ликвидируйте подчистую образ идеального ребенка в своей голове. Уничтожьте любые, даже незначительные ожидания. Идеальными мы никогда не будем. Мы все несовершенны, но стремимся к совершенству. Вам никто ничего не должен. И даже вы сами себе ничего не должны. Любите себя – этого достаточно.

Как учить детей принятию себя и других? Очень просто – постоянно убеждая и проговаривая, что с ним все в порядке и со всеми все в порядке. Каждый уникален и неповторим. Нужно только заметить лучшее в себе и в другом. Зафиксироваться на этом. И уже от этого плинтуса устремляться к потолку, развивая в себе лучшие качества.

«Если у нас что-то не получается с детьми, то, может быть, причина в том, что мы не замечаем их?» (С. Соловейчик). Отмечайте сильные качества ребенка. Это не должно быть пустобрехством – подкрепляйте слова реальными поступками.

Моей первостепенной задачей в любом классе всегда было создание комфортной, безопасной атмосферы для каждого ребенка. Изгоев не будет, если с первого учебного дня вы будете видеть и отмечать отличительную красоту каждого. «Нет никого ниже, нет никого выше» – каждый уникален.

«...Каждое утро взываю к тому лучшему, что есть во мне: «Мне послан ребенок; это дорогой мой гость; я благодарен ему за то, что он есть. Он так же призван к жизни, как и я, это нас объединяет – мы есть, мы живые люди. Он такой же, как и я, он – человек, и не будущий человек, а сегодняшней, и потому он другой, как и все люди; я его принимаю, как всякого другого человека. Я принимаю ребенка. Я принимаю его, я охраняю его детство, я понимаю, терплю, принимаю, прощаю. Я не применяю силу к нему. Не угнетаю его своей силой, потому что я его люблю. Я люблю его, и я благодарен ему за то, что он есть, и за то, что я могу его любить, и тем самым я возвышаюсь в духе своем». Если бы не было этих чудесных гостей на земле – детей, то мир погиб бы не от старости, нет, еще прежде – от бездуховности своей.

– Прошу считать меня человеком! Только и всего? В сущности, как мало нужно для хорошего воспитания! Надо лишь понять, что нет двух отношений к ребенку – человеческого и педагогического. Есть одно, одно и только одно: человеческое» [4].

Второй краеугольный камень фундамента зоны комфорта ребенка – это «я верю в тебя».

Любовь учителя проявляется в вере в талант, который есть у каждого. Нет детей без талантов, без уникального потенциала. Веру учителя можно сравнить с заботливым ухаживанием за прекрасным ростком, когда точно знаешь, что этот росток все преодолеет и превозможет и станет неповторимым растением. Все ростки не похожи друг на друга, у каждого своя мощь и стать, каждый имеет свое развитие и свое предназначение. И тебе доверили ухаживать за этим волшебным садом, в котором нет сорняков и пустоцветов. Точнее, они могут появиться при нерадивом садовнике или если опыта у товарища еще не хватает. И на старости лет я буду вспоминать не «звезд» и «чемпионов», а тех, на кого не хватило любви, из-за кого опускала руки и сдавалась, с кем не получилось волшебства.

Верите ли вы в учеников, как они верят в вас? Любовь подразумевает непоколебимую веру учителя в ребенка – не только в то, что у него есть все ресурсы для достижения своих целей, но в его желание это сделать. Уверенность в то, что у ребенка все получится, стОит ему только захотеть. А для этого он должен понять, зачем лично ему это нужно. Начинается все с азов – прояснение личных целей, а при более кропотливой и индивидуальной работе уже увидеть цели за целями. Тут только важно держать глаза в пределах орбит и рот придерживать, потому что «варежка будет неконтролируемо растягиваться» – незамутненный волшебный мир детства поражает фантастическими образами и многомерными моделями. И все это о жизни и реальности больше, чем взрослые стратегические планирования и жизненные проекты. Это настолько искренне, глубоко, по-настоящему, что сердце перехватывает от трепета и боязни хоть как-то навредить, наследить, изменить.

Вера в ребенка – это не столько про цели и пути их достижения, сколько про поддерживающую среду. Про взаимодействие без попыток оправдать чьи-то ожидания, когда ребенок может почувствовать себя в безопасности – как ученый-изобретатель в волшебной лаборатории, в которой любой результат – это результат, где можно безбоязненно экспериментировать, потому что ничего страшного случиться априори не может.

Класс – это место, где можно и нужно совершать ошибки. Как говорят коучи, облизываться мороженым и делать это с удовольствием [5]. Не бывает людей, которые не совершают ошибок. Даже учитель имеет право на ошибку, потому что тоже человек.

Класс – это место, где нет виноватых и правых, а есть ситуации, требующие наилучшего решения.

Класс – это место, где нет абсолютных авторитетов. И ты можешь поспорить с учителем, не согласиться с его мнением, и никто не отправит тебя на плаху.

Класс – это место, где странность не причина становиться белой вороной, но повод лишний раз почувствовать свою уникальность. И если ты не готова написать контрольную, потому что Муза улетела, то мы вместе придумаем ритуал по ее зазыванию обратно.

Класс – это место, где страшно в тот или иной момент бывает каждому. И нужно лишь зажмуриться и сделать первый шаг, чтобы встретиться со своим страхом и пройти сквозь него.

Класс – это место, где тебя всегда поддержат и защитят. Тебя будут беречь, за тебя будут беспокоиться, за тебя будут переживать. И если вдруг ты заболеешь, то отряд обязательно «заметит потерю бойца» – тебе передадут большой конверт с запиской и рисунком от каждого. И ты поймешь, что ты значим.

Класс – это место, где нужен, любим и хорош. Тебя любят за то, что ты есть и каков ты есть.

«Не верить в ребенка – значит посягать на него, убивать его. Это преступление. Но немногие из нас понимают, что за свою веру в человека надо бороться, что мы отвечаем за веру и неверие и что мы обязаны непременно верить в человека, которого мы воспитываем. Мы не потому не верим в детей, что они плохие, а дети потому и становятся плохими, что мы в них не верим. Ребенок вырастает человеком там, где царит надежда на лучшее, а не страх перед худшим» (С. Соловейчик).

Третий краеугольный камень фундамента зоны комфорта ребенка – это «я уважаю тебя».

Слово «уважение» произошло от слова «важность», «вага», то есть вес. Ценность. «Подлинная цена человека – это правда о нем... А о его достоинстве, едином на всех. А когда мы узнаем что-то о ценности человека, мы постигаем правду. Чем больше возвышен в нашем сознании человек, тем ближе мы к правде» (С. Соловейчик).

Вес, важность, ценность, значимость. Для того чтобы ребенок ощутил свою самооценку, вам нужно увидеть его и поверить в него. Увидеть и принять его таким, какой есть. И поверить в то, что опираясь на свои сильные качества, он сможет самосовершенствоваться и повышать ценность в своих собственных глазах.

Это в том числе и умение быть собой, быть настоящим, реальным, а не идеальным. Принимать себя, адекватно, оценивая свои достоинства и слабые места. «Лишь то

воспитание прочно, которое приучает ребенка к правде, приучает быть самим собой. Быть, а не казаться» (С. Соловейчик).

Каждое взаимодействие с учеником вы можете добавлять по капле в сосуд его самоуважения и увеличивать его ценность в глазах других. Повторюсь, это не про захваливание, а про честное искреннее высвечивание лучших качеств ребенка, публичное фиксирование его достижений, подчеркивание его важности и значимости, в том числе и для класса. Чтобы ребенок чувствовал себя неотъемлемой ценной частью целого.

Речь не о вседозволенности и всепрощении. То, что дети активно сейчас расшатывают этот мир, проверяя его на прочность, очень заметно, особенно тем, кто работает в школе. У ребенка взгляд меняется, когда он понимает, что учитель защитит от всех и от него самого.

Самый большой подарок для учителя – видеть, как раскрывается раковина и миру предстает потрясающей красоты жемчужина. От этого зрелища дух захватывает. Не всегда удается создать условия для этого для всех, потому что кому-то требуется

больше времени дозреть, кому-то еще рано раскрываться миру. Жизнь каждого «доразовьет» и «дораскроет», но методы при этом могут быть очень разными. А вот при наличии любви к детям и правильном применении инструментов, в том числе коучинга, «волшебные пендели» превращаются в праздник жизни.

Добро пожаловать в сказочную игру под названием Жизнь.

Список литературы

1. Яковлев В. Возраст счастья. Что общего у тех, кто живет долго и счастливо? – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 336 с.
2. Райков А. Поддерживающая среда // Праздник философии [Электронный ресурс]. – URL: <https://antonrai.livejournal.com/108542.html> (дата обращения: 20.04.2018).
3. Кириллова С. Тайна школьной успеваемости: почему одни дети учатся хорошо, а другие – плохо? // Милосердие [Электронный ресурс]. – URL: <https://www.miloserdie.ru/> (дата обращения: 20.04.2018).
4. Соловейчик С. Педагогика для всех. – М.: АСТ, 2018. – 384 с.
5. Аткинсон М. Мастерство жизни. Внутренняя динамика развития [пер. с англ.] / М. Аткинсон, Рае Т. Чойс. – 6-е изд. – М.: – К.: Альпина Паблишер, 2017. – 214 с.