

ОПЫТ ПРЕОДОЛЕНИЯ СЕБЯ

Сергей Реутский,
учитель физкультуры, Москва

Тем ученикам, у кого нет опыта преодоления, борьбы, трудных побед и достойных поражений, не из чего выбирать. Им в конфликте остаётся либо неуправляемая агрессивность, либо покорность, либо даже позорное бегство. Может ли классный руководитель помочь детям приобретать опыт позитивных преодолений? Да. Организуя детские единоборства. Основная задача этих мероприятий — сделать так, чтобы, играя, дети научились спокойно разрешать конфликты, в том числе и телесные, чтобы страх, если он появился, не вызывал у них ни эффекта агрессии, ни аффекта загнанной жертвы.

Воспитанием школьников, в основном, занимаются женщины. И остаётся открытым вопрос: а нужно ли учить женщин-педагогов организации детских противоборств (например, проведению в классе борцовских соревнований), чтобы тренировать детей в ситуациях конфликта? Всё-таки это несвойственно их природе.

С другой стороны, познакомившись с идеей бойцовских состязаний (например, малых олимпиад), женщины правильнее смогут относиться к вопросам воспитания мальчишек. Меньше будет запретов, у учительниц появится чутьё на меру, на степень конфликта: что нужно поддерживать, к чему побуждать, а что запрещать.

С мужчинами-тренерами (особенно с теми, кто специализируется на восточных единоборствах) тоже не всё так просто. Они часто предлагают стратегию «око за око, зуб за зуб», на агрессию отвечать агрессией. Но ведь инфантильные мужчины, не прошедшие школу

единоборств, сами не способны защитить ни себя, ни окружающих. Нам кажется, мы воспитываем мягкость и интеллигентность, а на деле — культивируем неспособность противостоять злу силой, прививаем образ готовой жертвы. А если есть жертва, то злодей найдётся.

Зачем нужна борьба между детьми?

Во-первых, самое простое и важное на состязаниях по элементарному противоборству — это через плотный контакт насытить потребность в телесном общении между самими детьми (и даже детьми и родителями, которых очень желательно привлекать для проведения классного соревнования — и не только в качестве гостей, судей или помощников, но и в качестве самих с детьми соревнующихся). Такая щенячья возня... Но дети к ней стремятся, и неслучайно.

Во-вторых, на подобных элементарных состязаниях (малых олимпиадах) детям можно учиться правильно реагировать

на ситуацию конфликта. У интеллигентных (хороших) мальчиков порой надо преодолеть неспособность толкнуть, ударить противника, так как в определённой ситуации человек может и должен ударить. Здесь всё упирается в меру. Если противник видит в вас уверенное поведение, то он, скорее всего, не нападёт. А псевдосмирное поведение провоцирует во многих случаях агрессию. По большому счету мы не знаем, что такое смирение. Ведь оно должно включать доброжелательность, открытость, видение и ведение ситуации, то есть уверенное поведение.

В-третьих, только созданием культурного места для противоборств можно способствовать воспитанию культурного отношения к ним. Ведь всегда есть группа мальчишек, которая в рамках сильного запрета выплескивает накопившуюся агрессию в уличную бесконтрольную среду. Там практически любая ситуация превращается в конфликт, жизнь и здоровье теряют ценность, а побеждает тот, кто вбрасывает больше сил и негативных эмоций в «некультурный» конфликт. Это путь к деградации. А культивирование опытов доброжелательного противоборства, чуткого, мудрого поведения в конфликте — хорошая прививка и от агрессии, и от беспомощности.

Подготовка воина когда-то начиналась с подвижных игр в «нежном» возрасте. Думаю, что в большинство из этих игр мы играем до сих пор, только они потеряли для нас свой первоначальный смысл. Мы слишком упростили смыслы наших игр («Салочки», «Жмурки», «Ловишки»), преследуя лишь одну цель — формирование двигательных качеств. А ведь можно посмотреть на хорошо известные нам игры с позиций боевых техник, которые делятся на ударные и бросковые. И за основу состязания (или для эмоциональной разминки) взять или «Салочки» или «Ловишки». «Салочки» — это, по существу, символический удар и уклонение от него, а «Ловишки» — это элемент начала борьбы, захват.

Стратегия поведения в конфликте

Профессиональные психологи, наверняка, лучше могут рассказать о стратегии поведения в конфликте. Расскажу, как учили меня.

Что является топливом для конфликта? С одной стороны — неполноценность, жаждущая самоутверждения (самолюбие и тщеславие), с другой — страх, парализующий волю к сопротивлению. В конфликт вступают либо две неполноценности, не могущие отступить, боящиеся «потерять лицо», либо чья-то неполноценность самоутверждается на безвольной жертве.

Оказавшись в конфликте, надо уметь выйти из стихийно складывающихся ролей жертвы, спасателя или агрессора — и посмотреть на ситуацию взглядом отстранённого наблюдателя, исследователя. Только не увязая эмоционально в ситуации, можно увидеть способы выхода из конфликта. Вообще с внутренне уравновешенным и доброжелательным исследователем тяжело развивать конфликт.

Борьба присутствует на всех уровнях и в разных областях человеческой жизни. Самый высший смысл — это духовная брань, это твоя внутренняя борьба со страстями (как побеждать в себе худшее, возвращать лучшее — то, чем занимаются подвижники). В христианской традиции это борьба за спасение, борьба с тьмой в себе и в мире.

Но мы всегда движемся от внешнего к внутреннему, от грубого к утончённому, от более низкого уровня к более высокому. Значит, и на состязаниях можно придерживаться той же логике: сначала мы осваиваем в противоборстве культуру телесную, эмоциональную, интеллектуальную, а потом и духовную, нравственную. И обязательно учимся побеждать! Ведь борьба — это не так просто. Это один из смыслов жизни человека и способ существования. Такова природа этого мира.

Наша борьба — это некий телесный опыт понимания про что-то важное, вплоть до смысла жизни. Но это должно ещё закрепиться в эмоциональном, в интеллектуальном и, в конце концов, в духовном. С любым возрастом стоит начинать с телесного опыта, не забывая о дальнейшем продвижении через эмоционально-интеллектуальное к духовному.

Как рождается боец

В любом деле важно первое запечатление ситуации, первый жизненный опыт. Вот противоречивый пример из детства моего знакомого. Ему тогда было четыре года, его другу — лет шесть. Вместе во дворе играли, дружили, ссорились. Старший мальчик, пользуясь своим превосходством в силе, частенько обижал четырёхлетнего. И когда мама малыша приходила к матери шестилетнего и жаловалась, та отвечала: «Ничего, пусть дети сами разберутся».

И вот однажды старший, играя, видимо, без всякой злобы, запустил камнем и попал в ногу малышу. Малышу, конечно, стало больно, но не столько больно, сколько обидно. Он не нашёлся, что сделать, в очередной раз заплакал и побежал к мамке жаловаться.

И вот тут мама дала сыну неожиданный совет. Она сказала: «Не хнычь. Ты должен быть мужчиной. Возьми палку, подойди и дай ему сдачи». Друг рассказывает, что он почти не спал ночью, всё думал, не мог решиться на такой поступок. Во-первых, надо было напасть на старшего и более сильного, во-вторых, ударить палкой! Казалось, что это просто невозможно.

Но малыш очень доверял маме и решился. Вышел во двор, долго подыскивал подходящую палку, нашёл, взял в руки и стал с ней ходить. «Я всё ходил с палкой, — вспоминал мой знакомый, — и думал, всё представлял, как это должно произойти. У меня не хватало духа ударить. Вдруг выскочил мой товарищ — мой обидчик. Он, конечно, забыл про вчерашнюю историю, радостно бросился ко мне, стал мне что-то рассказывать, куда-то потащил меня. И вот в какой-то момент он повернулся ко мне спиной... Но я-то дол-

жен был сделать то, что посоветовала мне мама. Я собрался с духом и двинул ему палкой по голове. Он с удивлением обернулся и посмотрел на меня. У меня мелькнула мысль: наверное, ему не больно, раз он не плачет. И я ударил его ещё раз в лоб. У него потекли слёзы, он с ревом и криком бросился домой. Палка вывалилась из моих рук. Я тоже с ревом бросился к своей мамке. Всхлипывая, я забрался под стол с длинной скатертью в надежде спрятаться ото всех и там замер. К нам прибежала рассерженная мама старшего мальчика. Но тут и моя мама без тени смущения сказала: «Ничего, мальчики сами разберутся». Эту историю я запомнил на всю жизнь».

Больше всего меня поразило, как мой знакомый описывал свои переживания. Как долго не мог решиться и, наконец, решился, как изумили его слова матери («Если б такое сказал кто-то другой, я бы не сделал этого»).

Вот так, думаю, родился боец. Но рождение бойца — это ведь ещё не всё. Одно дело — может ли он до конца постоять за правду, другое — что он считает правым и неправым, за что готов биться и что готов отстаивать «не щадя живота своего».

В детстве ещё нет устойчивых нравственных категорий, есть только опыт преодоления себя. Но за всем этим ещё дышит ветхозаветная мораль «око за око, зуб за зуб»: за камень по ноге — палкой по голове.

Возможность выбора

Долго ещё нужно расти, чтобы научиться понимать и чувствовать, в каких ситуациях можно так поступать, а в каких — нельзя. Везде, где нет меры, где разрушены нравственные ценности, любые победы превращаются в фарс или в трагедию...

Но эта дальнейшая, нравственная сторона дела не отменяет первоначальной проблемы. Для готовности сделать нравственный выбор вообще должна быть возможность выбора: или покориться (убежать), или вступить в бой с несправедливостью и неправдой. Но ведь для наших детей по большей части выбора нет. Тому, у кого нет опыта преодоления, борьбы, победы, тому не из чего выбирать; у того есть только покорность и бегство.

Как такой опыт дать нашим детям? Непонятно, нет рецептов. Любое повторение рассказанной истории будет ошибкой.

Но взрослый, наставник, должен понимать, что бойцу за правое дело необходимо «родиться». Сам по себе ни в каких спортивных залах боец не рождается.

В спорте, по большей части, происходит отсев менее способных. Боец рождается в преодолении. И чрезвычайно важно первое детское запечатление, во многом определяющее нашу дальнейшую жизнь. Важно получить опыт победы над более сильным противником, то есть решиться вступить с ним в поединок и победить. **НО**



В Э Л Е К Т Р О Н Н О Й В Е Р С И И Ж У Р Н А Л А

Музыку можно записывать цифрами

Гасан Ибрагимов, композитор-этнограф, кандидат педагогических наук,
с. Евпраксино Приволжского района Астраханской области

Автор описывает систему цифровой записи звуков музыки. Важность материала: «Открытие глобального масштаба. Цифровой вариант возможен для перевода в двоичную систему. В результате любая музыка за 5–10 минут будет переложена, аранжирована, оркестрована на любые инструментальные составы (народные, эстрадные, симфонические и др.), воспроизведена, отпечатана как в цифровой, так и в нотной версиях. Народный напев, мотив, песня выйдет в партитурном изложении — две-три манипуляции на компьютере и будут выписаны голоса музыкальных инструментов» (А.С. Алиев, доктор технических наук).

Этим решаются извечные проблемы композиторов, аранжировщиков, инструменталистов, фольклористов, музыкальных этнологов в инструментовке своих сочинений, озвучивании и др.