

АПАТИЯ У ПОДРОСТКОВ

Дженни Андерсон
Ребекка Уинтроп



Как помочь
взрослеющим детям
лучше учиться,
лучше себя чувствовать
и лучше жить

**Ребекка Уинтроп
Дженни Андерсон**

Апатия у подростков: Как помочь взрослеющим детям лучше учиться, лучше себя чувствовать и лучше жить

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=74541296

*Апатия у подростков. Как помочь взрослеющим детям лучше учиться,
лучше себя чувствовать и лучше жить: Попурри; Минск; 2026
ISBN 978-985-15-6224-0*

Аннотация

Данная книга предлагает по-новому взглянуть на проблему так называемой подростковой апатии. Авторы, журналистка Дженни Андерсон и эксперт по глобальному образованию Ребекка Уинтроп, задались вопросом, почему так много детей в подростковом возрасте теряет интерес к учебе. Проанализировав многочисленные исследования и результаты соцопросов, а также познакомившись с реальными историями современных тинейджеров, они представляют свое решение проблемы.

Для широкого круга читателей.

Содержание

Примечание авторов	6
Введение	7
Часть I	33
1	33
Хорошая учеба – общее благополучие	37
Декодирование вовлеченности	42
Образовательная среда как фактор учебной вовлеченности	45
Формирование познавательного интереса за пределами класса	49
Четыре режима вовлеченности	51
Проактивные и самостоятельные	55
Возраст достижений	59
Конец ознакомительного фрагмента.	63

Андерсон Дж... Уинтроп Р. Апатия у подростков. Как помочь взрослеющим детям лучше учиться, лучше себя чувствовать и лучше жить

The Disengaged Teen : Helping Kids Learn Better, Feel Better, and Live Better / by Jenny Anderson and Rebecca Winthrop

© 2025 by Jenny Anderson and Rebecca Winthrop

© Перевод на русский язык, оформление, издание на русском языке. ООО «Попурри», 2025

* * *

НАШИМ ДЕТАМ

Элле, Тэсс, Санти и Нико

*Не переставайте исследовать и открывать
новое – в жизни, любви и учебе.*

Примечание авторов

Мы глубоко признательны всем детям, родителям и опекунам, которые поделились с нами своими историями. Все истории, изложенные в книге, реальны, но в некоторых случаях мы изменили имена и узнаваемые черты героев, чтобы защитить их конфиденциальность.

Введение

Кризис подросткового возраста

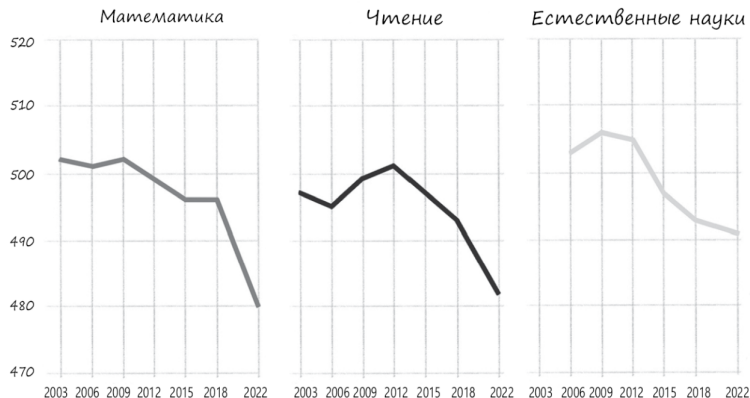
В мире образования правят тесты. Они используются для оценки знаний детей, измерения их прогресса и понимания того, в какой колледж им идти, – что-то вроде волшебной шляпы из Хогвартса, которая при поступлении распределяет учеников в соответствии с их способностями и склонностями, с той лишь разницей, что в обычной школе тестирование осуществляется на протяжении 13 лет. А один тест оценивает не только знания учащихся, но и их способность критически мыслить и решать проблемы. Он называется PISA (Programme for International Student Assessment – Программа международной оценки учащихся) и проводится Организацией экономического сотрудничества и развития (ОЭСР) раз в три года, начиная с 2000 года [1]. Этот тест, в котором участвуют подростки в возрасте 15 лет, считается чем-то вроде академического ВВП (валовой внутренний продукт) – основным показателем эффективности системы национального образования на международной арене. Сначала он включал математику, чтение и естественные науки, но позже добавились такие критерии оценки, как творческое мышление и общая грамотность. Данные мониторинга отражают уровень знаний, навыков и компетенций старшекласс-

ников в различных областях, и на их основании составляется рейтинг стран по качеству среднего образования¹.

Примерно до 2015 года регулярно публикуемые результаты исследований PISA в целом оставались стабильными. Экономика нуждалась в компетентных молодых специалистах, и государства вкладывали миллиарды в школьные системы. Но потом картина изменилась: средние показатели по чтению и естественным наукам стали снижаться. В 2018 году показатели стали снижаться и по математике. В 2022 году исследование PISA вышло под громким заголовком: «Успеваемость пятнадцатилетних школьников во всем мире резко падает» [2].

¹ В 2022 году тест PISA прошли 690 тыс. учащихся, являющихся репрезентативной выборкой из 29 млн человек.

Итоги исследований PISA 2003–2022



Источник: Отчет ОЭСР (2023), результаты PISA-2022 (том 1), «Состояние и актуальные проблемы образовательных систем мира».

Такая отрицательная динамика не просто озадачивает – она вызывает реальную озабоченность [3]. По крайней мере, если считать качество национального образования, которое мониторит PISA, основным индикатором будущего экономического и социального благополучия страны. Хорошо образованные граждане эффективно трудятся и сообща решают комплексные проблемы вроде глобального потепления, поляризации общества или засилья сверхмощных технологий, таких как искусственный интеллект. Высококвалифицированные специалисты лечат болезни и облегчают дискомфорт; знающие предприниматели продвигают инновации; подготовленные инженеры создают красивые и, глав-

ное, прочные мосты и другие конструкции. Если же подрастающее поколение становится все менее грамотным, то как мы, спрашивается, сможем жить более здоровой, счастливой и полноценной жизнью? Устойчивое снижение показателей PISA – такой же тревожный сигнал, как и устойчивое снижение показателя ВВП в экономике; оно свидетельствует о рецессии и наводит на вопрос: почему у молодежи наблюдается спад познавательной активности?

Пандемия, безусловно, ухудшила положение дел. Столь длительная социальная изоляция серьезно сказалась на психоэмоциональном и когнитивном развитии подрастающего поколения, и больше всего пострадали дети из неблагополучных семей. Но приведенные выше данные свидетельствуют о том, что проблема возникла задолго до марта 2020 года. Многие винят в этом технологии и, в частности, смартфоны, которые полностью завладели вниманием наших детей, отвлекая их от сна, живого общения с друзьями и учебы.

Однако существует и более глубинная причина, о которой редко упоминают: шокирующее количество молодых людей больше не видит смысла учиться. Как результат, они теряют мотивацию и бросают школу. По данным соцопросов Бюро переписи населения США, только один из трех учащихся проявляет высокую активность на уроках [4]. Технологический прогресс усугубляет ситуацию, но не является ее источником [5]. Дети видят, что происходит в мире: войны, социальная несправедливость, изменение климата, дезинформа-

ция, технологии, способные писать романы и давать советы на личные темы, – и не понимают, зачем им изучать теорему Пифагора. И это глобальная проблема. В США менее 30% учащихся старших и средних классов считают получаемые ими знания практически полезными, в Чили – менее 20% [6].

То, что большинство молодых людей не любят школу, – это не сенсация, однако разрыв между школой и жизнью превратился в пропасть. Представьте на минуту свой обычный день, но по школьному расписанию. Вы приходите на работу в 9 утра, заходите в офис, садитесь за стол, достаете папку с бумагами и начинаете работать над проектом. Через 45 минут звенит звонок, вы собираете свои бумаги и переходите в соседний офис, где достаете другую папку и начинаете работать над другим проектом. И так пять или шесть раз в день. Для работы над одними проектами вам разрешается пользоваться компьютером и интернетом, а другие приходится делать по памяти, имея под рукой только бумагу и карандаш. Как бы вы себя чувствовали в конце дня? Как бы вы относились к своей работе и карьере?²

Родители знают, что что-то не так. На вопрос, как дела в школе, ребенок отвечает предсказуемо и эмоционально нейтрально: «Хорошо». Мы пропускаем этот ответ мимо ушей – потому что не знаем, что с ним делать, или потому что

² На эту аналогию с воображаемыми офисами нас вдохновила книга Чарльза Хэнди «Время безрассудства».

слишком долго его слышим. Мы перестаем на него реагировать. Мы не видим в нем повода для беспокойства, который определенно есть: молодые люди, жадно познающие мир и горящие стремлением учиться новому и расти, в большинстве своем ассоциируют школу с апатией и стрессом. Запертые в зданиях, которые кажутся, по их же словам, тюрьмами, измученные давлением конкурентной борьбы со сверстниками и каторгой интенсивного, но неинтересного учебного процесса, они испытывают дику фрустрацию и не видят смысла в своем повседневном существовании. Это катастрофа для психического здоровья молодежи. Это катастрофа для стран, которым нужны образованные граждане. Это катастрофа для семей, которые пытаются вырастить здоровых и успешных детей.



Как прошел день?

Я ничего не понял по биологии,
учитель по рисованию был ко мне
несправедлив, а один мой одноклассник
демонстрировал глупость на уроках...

Хорошо.

Сегодня детям больше, чем когда-либо, нужно повышать общую грамотность. Искусственный интеллект (ИИ) развивается стремительными темпами, и никто не знает, какие изменения ждут общество и рынок труда уже в ближайшем будущем. Неопределенность стала новой нормой. Как нам защитить своих детей от современных угроз и подготовить их к

жизни в новых, непредсказуемых реалиях? Роуз Лакин, профессор одного из университетов Великобритании и специалист по ИИ, дает на этот вопрос однозначный ответ: «Научить их учиться». Единственное, что поможет им справиться с вызовами и позволит уверенно двигаться вперед, – это способность учиться новому и адаптироваться к изменениям. Люди, стремящиеся к постоянному приобретению новых знаний, обладают психологической устойчивостью и гибкостью. Мы же наблюдаем обратную картину: вместо того чтобы уделять больше внимания учебе, многие молодые люди начисто теряют к ней интерес и, как результат, чувствуют себя беспомощными и бесполезными.

Ни один ребенок не хочет, чтобы его тестировали и оценивали. Молодым людям от природы свойственно стремление учиться новому, и когда в школе они в этом не преуспевают, – потому что им трудно даются какие-то предметы, потому что у них проблемы с ментальным здоровьем или нервной системой, потому что у них не складываются отношения с учителем, потому что они подвергаются буллингу или дискриминации, – то реагируют на это они доступными им методами. Замыкаются в себе и ничего не хотят. Когда апатия становится идентичностью, потенциал и возможности ребенка урезаются. Дети упускают шансы чему-то научиться и что-то узнать о себе и о других. Слишком многие проигрывают в игре, в которую не хотят играть, и чувствуют злость, уныние или тревогу. А те, кто выигрывает, силь-

но измотаны бесконечным и беспощадным по своей природе матчем.

Столкнувшись с такой ситуацией, многие родители тоже чувствуют себя беспомощными. Да, вы не учителя, вы не присутствуете на уроках и вы заняты. Но вы можете повысить у своих детей мотивацию к учебе, не становясь асами в физике, математике или английском языке, как вы морально поддерживаете их в дружбе, спорте или карьере, не имея прямого отношения к этим аспектам. Необходимые вам инструменты всесторонне исследованы и изложены в толстых учебных пособиях и увесистых научных трудах. Мы потратили три года на то, чтобы их проанализировать и свести к простым стратегиям, которые вы можете использовать в машине, за ужином и в моменты, когда ваш ребенок ругает свое домашнее задание.

Секрет науки и практики успешного обучения – в вовлеченности, и это одна из важнейших вещей в образовании, на которых никто не заостряет внимания.

Более действенная, чем настойчивость или сила воли, вовлеченность представляет собой сложное взаимодействие эмоций, мыслей и моделей поведения, разжигая глубокий, подлинный интерес к окружающему миру. Интерес заряжает энергией, а не утомляет. Дети становятся проактивными учениками. Они задают вопросы, обращаются за советом или помощью, отстаивают свои интересы и учатся ставить цели, например сделать видео или написать историческую пьесу.

Они отслеживают свой уровень знаний по разным дисциплинам и, если где-то он недостаточен, пытаются что-то с этим делать. Они развивают психологическую устойчивость и воспринимают проблемы как возможности роста, а сложности и препятствия – как естественные составляющие процесса обучения. Они упорно преодолевают вызовы, так как знают, что эти усилия окупятся сторицей. Они стремятся углубить свое понимание каких-то вещей и явлений и ищут креативные способы связать свои знания с жизнью. Эти любопытные создания могут страшно надоедать своими бесконечными вопросами, но такая пытливая любознательность формирует в их мозге сети нейронных связей, закладывая фундамент будущего успеха.

Что отличает людей, увлеченных процессом познания, так это самосознание и внутренняя мотивация. Они идут по миру с уверенностью, которая исходит не только из соответствия внешним ожиданиям, но и из внутренней убежденности в своих ценностях и способности достигать поставленных целей. Они знают, когда выкладываться по полной, а когда просто закрывать возникающие вопросы. Как результат, они и успешны, и счастливы.

И это не заоблачная фантазия или утопия по мотивам легендарной Шангри-Ла. Данные многочисленных исследований свидетельствуют о том, что повышение вовлеченности студентов³ в учебный процесс имеет целый ряд положитель-

³ Вымышленная страна, описанная в фантастическом романе Джеймса Хилто-

ных моментов, которые мы не придумываем и не преувеличиваем [7]:

- Более высокие отметки по учебным предметам.
- Более высокие достижения в учебной и внеучебной деятельности.
- Более высокие результаты тестов.
- Более высокие академические устремления.
- Более высокие результаты выпускных экзаменов.
- Более высокая посещаемость занятий.
- Более длительное нахождение в колледже.
- Более высокая удовлетворенность жизнью.
- Более выраженное просоциальное поведение.
- Снижение уровня стресса и депрессии.
- Уменьшение суицидальных мыслей и поступков.
- Сокращение употребления психоактивных веществ.
- Уменьшение количества правонарушений и проблем с поведением.

Другими словами, более вовлеченные в образовательный процесс дети лучше учатся, лучше проявляют себя в разных областях, лучше себя чувствуют и лучше живут.

Тем не менее вовлеченность редко обсуждается на родительских собраниях, школьных советах и даже на конференциях лидеров в сфере образования. Вовлеченность – очень сложное и многогранное явление, подверженное влия-

нению целого ряда факторов: родители, учителя, сверстники, школьная культура, поведенческие нормы. Многие признаки ее отсутствия, или апатии, легко упустить, а решить проблему, которой вроде как и нет или признаки которой неочевидны, крайне трудно.

Мы предлагаем вам простую схему, позволяющую сделать тайное явным, а сложное – понятным и действенным. Мы поделимся картой, которая поможет вам поддерживать интерес вашего ребенка к познанию как в школе, так и за ее пределами. В **части I** вы узнаете о **четырёх режимах вовлеченности**: режиме пассажира, режиме достижений, режиме сопротивления и режиме исследования. Это не диагностические ярлыки, а динамические состояния, через которые проходят дети в зависимости от среды, в которой они живут и вращаются.

Познакомившись с ними, вы уже не сможете упустить важные «тревожные звоночки».

Дети в *режиме сопротивления* по-разному демонстрируют родителям и учителям свое глубокое неприятие к школе. Они не интересуются учебой, отказываются выполнять домашние задания, нарушают дисциплину и прогуливают уроки. Эти сигналы обычно очевидны, но за ними часто скрывается чувство неполноценности или неадекватности, которое необходимо проработать.

Молодые люди в *режиме пассажира* проявляют умеренную активность на уроках, выполняют необходимый мини-

мум требований, иногда приносят домой высокие отметки, но никогда не погружаются в процесс своего обучения с головой. Им неинтересно то, чему их учат, и они рискуют не сформировать привычки и навыки, необходимые для успешной учебы и работы. По данным проведенного нами исследования, в режиме пассажира функционирует почти половина учащихся средних и старших классов [8]. Директор одной из школ, с которым мы общались, назвал их «безнадзорными середнячками», потому что работающие на пределе возможностей учителя основное внимание уделяют наиболее проблемным и наиболее способным ученикам.

Дети в *режиме достижений* кажутся самыми вовлеченными в учебную деятельность. Они высоко мотивированны и тратят много времени и сил, чтобы отлично учиться и получать всевозможные грамоты. Их любят и хвалят учителя. Но они часто хрупкие и слабые в личностном плане и в плане психологической устойчивости. Заикленность на достижениях означает, что детям некогда погрузиться в процесс познания и выяснить, что лично для них имеет значение. А постоянное ожидание похвалы заставляет избегать риска. Зачем пробовать или предлагать что-то новое, если можно попасть впросак?

На самом же деле апофеозом вовлеченности является *режим исследования*, в котором дети формируют устойчивое стремление к знаниям и важные метакогнитивные навыки. Исследователи тоже достигают прекрасных результатов в

учебной и внеучебной деятельности, но, в отличие от Достигаторов, не боятся быть активными, дерзать, экспериментировать и терпеть неудачи. Они достаточно уверены в себе, чтобы выходить за установленные рамки, проявляя креативность и предлагая нестандартные решения проблем в школе или на спортивной площадке [9]. И они глубоко вовлечены в процесс своего обучения и развития, находя смысл в упорном труде.

Исследование в данном контексте не задумчивое созерцание объектов или длительные размышления о них. И не то, чем бесцельно и радостно занимаются целыми днями малыши, познавая все, что их окружает. Исследование не мешает учебе. Наоборот – там, где учителя поощряют самостоятельность в добывании знаний, дети получают более высокие текущие и итоговые отметки по предмету [10]. Способность достигать глубокой вовлеченности в познавательный процесс и выбирать, куда тратить львиную долю своей ментальной энергии – это не приятный бонус, а плата за вступление в сознательную жизнь. Данная способность существенно важна для всех детей, но особенно для тех, кто оказался на обочине образования и общества из-за расизма, скудного знания английского языка или политики финансирования школ, предоставляющей наименьшее количество образовательных ресурсов тем, кто в них больше всего нуждается. Она является ключевым фактором успеха не только в учебе, но и в жизни, как показали результаты фундаменталь-

ного исследования социолога Анинды Кунду [11].

Проблема в том, что в большинстве школ не поощряют учебно-познавательную деятельность. Наше исследование показало, что менее 10% учащихся III–XII классов считают, что школа предоставляет им возможности находиться в режиме исследования [12]. Многие школы активно этому препятствуют, из-за чего родители все чаще испытывают разочарование в традиционном образовании. Обеспокоенные тем, что их ребенка не видят, не ценят и не поддерживают, они обращаются к другим вариантам – от домашнего обучения до микрошкол [13]. Такие случаи, особенно в отношении маргинализированных детей, в США не единичны. Но, поскольку большинству семей приходится отправлять своих детей в государственную школу, повышение учебной вовлеченности следует рассматривать как обязательный, а не желательный момент.

Вы можете считать, что от вас здесь мало что зависит. Ваш подросток не жаждет ваших советов. К тому же основная часть обучения происходит в классах, клубах и на спортивных площадках, верно? Не верно. Исследования показывают, что вы обладаете огромным влиянием, не меньшим, чем учителя, даже в старших классах [14]. Посудите сами: во всех странах – членах ОЭСР дети, чьи родители интересуются их учебой, независимо от социально-экономического статуса семьи, сдают тесты по математике в среднем на 16 баллов лучше своих сверстников [15]. На самом деле вы, как

никто другой, можете помочь своему ребенку, образно говоря, наращивать мускулы Исследователя, потому что школа – далеко не единственное место, где дети учатся новому. Искра, пробуждающая познавательный интерес, может возникнуть где угодно. Ваша задача – знать, как ее искать, замечать, поддерживать и связывать с личными устремлениями вашего подростка.

То, во что вы верите, что вы говорите (и не говорите) и что вы делаете, имеет большое значение. Главное, чтобы дети были открыты к вашему руководству. Мы рассматриваем это на протяжении всей книги. В части II **«Набор инструментов для повышения вовлеченности»** мы используем опыт лучших педагогов, психологов, консультантов, врачей, ученых, а также родителей и детей, чтобы предложить вам стратегии, которые помогут вашему ребенку курсировать между разными режимами вовлеченности и чаще быть Исследователем. Думайте о своем ребенке как о водителе, управляющем автомобилем: водитель должен знать, где он находится, куда ему двигаться и когда какую скорость включить. В нашем контексте это означает помочь детям в режиме пассажира переключиться с нейтральной передачи и добавить газу; умерить рвение Достигаторов, чтобы не сжечь двигатель, и развернуть детей в режиме сопротивления в направлении своего обучения. Мы показываем, как смело смотрят в глаза неопределенности Исследователи и как стойко они переносят неудачи и трудности. Мы затраги-

ваем некоторые философские аспекты, но в основном практические: как бороться с прокрастинацией, управлять стрессом, избавляться от перфекционизма, а также побуждать думать о своих интересах, целях и устремлениях, а не только о том, что им нужно сделать к пятнице.



Мы, авторы этой книги, познакомились много лет назад в Болгарии на Международной конференции по образованию. Дженни, в прошлом финансовый журналист, собирала данные о состоянии школьного образования и обучения. В отличие от финансового мира, где вся информация находилась в свободном доступе, эти данные было не найти. Ребекка помогла ей в этом и пролила свет на человеческий фактор как причину проблем в данной сфере. Спустя несколько лет мы решили, что идеи, о которых мы говорили на конференциях, читали в отчетах и писали в объемных научных трудах (Ребекка) и статьях (Дженни), заслуживают более широкой известности. Мы создали простую, но эффективную схему, помогающую понять наших детей как учеников и оказать им необходимую поддержку в приобретении новых знаний и навыков.

Ребекка вот уже 25 лет занимается поиском инновационных методов совершенствования образования. Начинала она с руководства образовательными программами для ра-

бочих-мигрантов в своем родном штате Орегон, а сейчас является директором Центра всеобщего образования при Брукингском институте и внештатным профессором Университета Джорджтауна. Она регулярно консультирует лидеров самого высокого уровня – от Организации Объединенных Наций и Белого дома до руководителей компаний из списка Fortune 500. С ее помощью были запущены новые международные проекты, организации и инициативы по всему миру – от Северной Америки до Азии. В 2017 году Ребекка провела масштабное исследование 3 тыс. образовательных инноваций по кардинальному улучшению учебно-воспитательного процесса в 160 странах и поняла, что в этом пазле не хватает одного важного элемента: семьи и родителей. Поэтому она запустила проект «Глобальная сеть по вовлечению семей в образовательную деятельность» (Global Family Engagement in Education Network) и инициативу по укреплению роли семей и сообществ в воспитании и обучении детей.

Дженни больше десяти лет проработала в издании *The New York Times*, освещая сначала финансовую, а затем – образовательную сферу. Ее репортажи во время финансового кризиса были отмечены престижной премией Джеральда Леба (и привели к увольнению гендиректора компании Merrill Lynch за дезинформацию совета директоров). С появлением детей интересы Дженни естественным образом сместились с вопросов обеспечения долговых обязательств на вопросы обеспечения должного образования, особенно под-

растающего поколения. Заинтересовавшись этой темой еще во время своей работы в *The New York Times*, она в 2015 году присоединилась к стартапу Quartz, а в 2020 году запустила подкаст, чтобы брать интервью у мировых лидеров в сфере образования, и информационную рассылку для вот уже 80 тыс. подписчиков.

Эту книгу было нелегко написать (спросите наших родных). Мы начали работать над ней три года назад, задавшись вопросом: «*Как помочь детям хорошо учиться?*» Мы искали на него ответы везде: в классах с замечательными учителями и в школах с прогрессивным руководством. Мы искали их в психологии, социологии, нейробиологии, естествознании, педагогике и даже философии. Мы искали их на работе и в свободное от работы время: Дженни публиковала сотни историй, а Ребекка возглавляла международное исследование о взаимодействии школы и семьи для успешного обучения и гармоничного развития детей.

Мы проанализировали данные опросов более 25 тыс. родителей и 6 тыс. учителей в Соединенных Штатах и еще девяти странах, проведенных Ребеккой и ее командой из Брукингского института совместно с партнерами Family Engagement in Education Network. В 2024 году мы объединили свои усилия с некоммерческой организацией Transcend и провели общенациональные репрезентативные социологические опросы учеников школ США и их родителей [16]. Мы просили учащихся III–XII классов описать свой школь-

ный опыт и возможности проявления интереса к обучению, а затем сравнивали их ответы с ответами родителей – как те оценивают опыт своих детей. Спойлер: у детей не все в порядке, а родители не в курсе.

Мы также достаточно много общались со школьниками лично, потому что это лучший первоисточник. Мы взяли интервью у ста ребят из больших и малых городов, из богатых и малообеспеченных семей, с разным цветом кожи и разными национальными корнями. Мы спрашивали их, что им нравится в школе, а что – нет. Мы интересовались их надеждами и мечтами, помогают ли им с учебой родители и чего бы им, в принципе, хотелось от взрослых. (Если вам интересно, больше всего детям хочется, чтобы их выслушали.) Мы заходили в классы и проводили фокус-группы в школах от Техаса и Теннесси до Нью-Йорка и Лондона. Кроме того, мы поговорили с сотнями родителей, учителей и специалистов по обучению.

Но мы не даем советы с высокой трибуны. Мы сами столкнулись со многими проблемами, которые рассматриваем в этой книге. У Дженни был жизнерадостный ребенок, который живо всем интересовался и хорошо учился в школе, пока не начал терять сознание от усталости и впадать в тревожную апатию. Бесконечная череда анализов показала, что у девочки целиакия, отчего и случались обмороки, а также СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности). Дженни с мужем были ошеломлены. Они осознали,

что никто не уделяет пристального внимания детям, которые выполняют все, что от них требуется, даже если это имеет свою цену. Занявшись здоровьем дочери и узнав ее диагноз, они вдруг поняли многие вещи, например почему иногда она могла прекрасно сконцентрироваться, а иногда – нет (и почему их крики и нотации никогда не работали). А тем временем другая дочь до поздней ночи сидела в учебниках, вызывая не меньшую тревогу своим упорным стремлением быть отличницей. Как уберечь ее от потенциальных рисков для здоровья? Дженни отчаянно пыталась понять, как помочь каждому из своих детей, которые, судя по всему, нуждались в совершенно разных вещах и подходах.

Ребекка же, будучи всемирно известным экспертом в области образования, во время пандемии COVID обнаружила, как мало она знает о собственных детях и их интересе к познанию. Один из ее сыновей до марта 2020 года стабильно демонстрировал хорошую успеваемость, и Ребекка была уверена, что он сможет успешно заниматься дистанционно, но этого не произошло. Парень отказывался выполнять онлайн-задания, потому что они не оценивались. «Смысл выполнять, если за это не ставят отметки», – невозмутимо заявлял он. Ей стало ясно, что скрывалось за его хорошей успеваемостью: стремление получать «золотые звезды», а не знания. Без отметок обучение теряло для него смысл. Младший сын Ребекки учился, точнее сказать, мучился в начальной школе, убежденный в своей глупости, потому что не умел

читать. В итоге ему диагностировали дислексию и СДВГ. Ребекка беспокоилась, что дома он вообще не захочет учиться, но оказалось, что ему не нравилось учиться только в школе. Без необходимости вписываться в узкие школьные рамки и стандартные представления о «хорошем ученике», вызывающие неимоверные страдания, он буквально расцвел во время пандемии, демонстрируя удивительную самостоятельность и вовлеченность в учебный процесс, а также прекрасные результаты. Для Ребекки это было откровением и в некотором роде потрясением. Она, со всеми своими научными степенями и опытом методической работы, чувствовала себя просто потерянной в оказании поддержки собственным сыновьям.

Воспитывать детей нелегко. Особенно подростков. Мы с вами целыми днями с ними воюем, поступая с точностью до наоборот: кричим и критикуем, когда следует признавать и поддерживать, и игнорируем какие-то вещи, когда следует в них вникнуть. Мы также знаем, что нам повезло больше, чем многим. Нам не нужно думать о хлебе насущном или бояться, что наших детей по ошибке примут за преступников, когда они просто идут по улице.

Хотя наше исследование выявило множество детей, испытывающих те или иные трудности с обучением, оно также открыло примечательные истории успеха. Ребята, которые ничем не интересовались, плохо себя вели, были подавлены или полностью дезориентированы, при должной поддержке родителей, учителей или окружения стали мотивированны-

ми и целеустремленными. Все дети от природы любознательны и жаждут учиться новому. Беснадежных исключений не бывает. Родители, как никто другой, способны утолить эту жажду и раскрыть потенциал ребенка. Мы расскажем вам истории подростков, которые с помощью родителей (иногда назло родителям или чтобы что-то им доказать), учителей и других взрослых заново обрели интерес к учебе и к жизни.

Эта книга предназначена для родителей, бабушек, дедушек, тетей, дядей и всех, кто заботится о подрастающем поколении. Хотя все дети очень разные и растут в разных условиях, есть общие закономерности развития или отсутствия познавательного интереса, и мы их для вас выявили. Предлагаемые нами идеи включают действенные стратегии и тонкие приемы изменения мышления, которые вы можете использовать в машине или за обеденным столом. Мы объясняем с точки зрения нейробиологии, почему бесконечные нравоучения насчет домашних заданий отбивают охоту к учебе, а стремление подбодрить и помочь в преодолении сложностей заряжает энтузиазмом. Мы также объясняем, как децентрализовать (и тем самым расширить и увеличить) свое влияние и почему отсутствие ощущения близости, общности и принадлежности делает обучение таким трудным. В конце книги мы приводим список полезных ресурсов и рассказываем, как использовать технологии для исследования и познания, а не бесцельного сидения перед экраном.

Мы надеемся, что эта книга пригодится и учителям. Они

находятся на передовой борьбы с кризисом вовлеченности, работая над поиском моментов вдохновения и креативных способов вдохнуть радость познания в каждого ребенка (иногда вопреки всем обстоятельствам). Они во многих отношениях чувствуют себя застрявшими, зажатыми в тисках требований системы и родителей. Они изо дня в день видят лица ваших детей и прекрасно знают, сколько вещей не работает. Большинство из них хотят только одного – заинтересовать ребят своим предметом и учебой. Мы надеемся, что совместные усилия родителей и педагогов, понимающих механизмы вовлеченности, повысят мотивацию детей и подростков к обучению. Как бы банально это ни звучало, командная работа здесь дорогого стоит. Когда родители, учителя, школьная администрация и учащиеся доверяют друг другу, вероятность улучшения образовательных результатов и других положительных моментов возрастает в 10 раз [17].

Наконец, эта книга – для руководящих кадров системы образования, которые в силах сделать учебный процесс более увлекательным и помочь ученикам стать Исследователями. Вспомним Энни Диллард: «Как мы проводим свои дни, так мы проводим и свою жизнь». Мы хотим, чтобы молодые люди проводили свои дни, успешно приобретая знания и навыки. И надеемся, что эта книга внесет свой вклад в движение «Сделаем школу более интересной для школьников». В конце книги приводится список организаций, которые помогают школам по всей Америке создавать динамич-

ную образовательную среду (Big Picture Learning, Transcend and 3DE Schools).

В заключительной главе мы говорим о важности культивирования любви к постоянному обучению и развитию как неотъемлемой части полноценной жизни. Подростки активно ищут во всем смысл и формируют свою идентичность. «Подростковый возраст – период, когда хочется выделяться из общей массы и одновременно вписываться в окружение», – говорит Рон Даль, основатель и директор Центра подросткового развития в Калифорнийском университете в Лос-Анджелесе [18]. Это окно уникальных возможностей и уязвимости, когда истории, которые молодые люди себе рассказывают, и представления, которые они о себе формируют, могут стать полезными жизненными ориентирами. И в ваших силах этому содействовать, в том числе личным примером.

Вы можете подталкивать подростков к опыту и возможностям, помогающим им понять, кто они и кем надеются стать. Формирование идентичности Исследователя важнее отметок и достижений, что, к сожалению, часто игнорируется. Способность к независимой, продуктивной, осознанной образовательной деятельности помогает уверенно идти вперед и достигать поставленных целей.

Надеемся, что наша книга поможет молодым людям перейти от упадка к процветанию, от апатии – к активному участию в процессе своего обучения, от стресса – к радости

и благополучию в жизни. Для этого мы предоставляем вам необходимые знания, стратегии и вокабуляр. Ваше собственное отношение к обучению: ваша готовность расти, меняться и подавать пример заинтересованного ученика – напрямую влияет на отношение вашего ребенка к обучению. Мы будем подстегивать вас выходить из зоны комфорта, задаваться вопросами и добывать новые знания. Мы будем учить вас мириться с дискомфортом и демонстрировать способность адаптироваться к неблагоприятным условиям. Умение и желание учиться – залог жизненного успеха и источник культивирования у ваших подростков надежды, что они смогут найти свое место в этом сумбурном мире и внести свой вклад в его улучшение.

А кто в наши дни не хочет иметь чуть больше надежды?

Часть I

Четыре режима вовлеченности

1

Сила вовлеченности Как раскрыть потенциал каждого ребенка

Когда Киа ходила в детский сад в Хантере, штат Северная Дакота, она была самым смышленным ребенком в группе. В начальной школе она тоже прекрасно успевала, выполняя прямо в классе все, что им задавали на дом. В свободное время девочка читала книги Перси Джексона и играла на саксофоне и пианино, после чего взялась за гитару. По совету отца она самостоятельно разучивала песни, такие как Tribute Джека Блэка. В их провинциальном городке с населением меньше четырехсот человек для детей не было особых развлечений, но Киа всегда находила чем заняться, а вечера проводила с отцом, читая, играя или слушая музыку.

Но в V классе домашние задания стали более объемными и Киа (к слову, белокожая девочка) начала терять интерес к учебе. Школьная программа была не столько трудной, сколь-

ко унифицированной и жесткой, что было скучно и не позволяло уделять больше времени любимым предметам – чтению, рисованию, пению и музыке. Особенно сложно давались творческой по своей натуре Киа однообразные, повторяющиеся задания. Традиционная форма обучения с упором на то, чтобы все тихо сидели, слушали и писали, казалась ей удушающей. Она не видела причин вкладывать свои усилия в то, что считала бессмысленным.

В 12 лет девочке поставили диагноз СДВГ, который был и у ее отца. Это помогло ей понять ее школьные проблемы, но не помогло стать более мотивированной. В 13 лет у Киа появился айфон и она проводила в нем гораздо больше времени, чем за учебниками. Девочка целыми днями сидела в своей комнате, просматривая видео и прокручивая ленты соцсетей, и все реже выходила из дому и общалась с людьми. Она забросила чтение и все свои остальные увлечения. COVID с его локдауном не улучшил положения. Киа перешла на домашнее обучение, но, как и многие другие подростки, ничего не делала и чуть не завалила экзамены за IX класс 2020/2021 учебного года. «Учеба перестала приносить радость и превратилась в утомительную обязанность – обязанность, которую я никогда не выполняла и испытывала из-за этого дикий стресс», – рассказала она нам.

В школе были в курсе, что у Киа проблемы. «Мы теряем этого ребенка, она ничего не хочет делать, не выполняет домашних заданий, не слушает на уроках», – воспомина-

ет свои мысли в то время Том Клэпп, один из ее учителей. Киа знали как хорошую, способную, начитанную девочку, с «которой действительно интересно поговорить». Но всем было очевидно, что школа ей не нравится. «Учителя говорили: “Запишите то-то и то-то”, а она просто отказывалась писать, потому что не видела в этом никакой ценности», – сказал Клэпп.

Киа не любила сдаваться. Ее терзало чувство вины и стыда. Она злилась, что не может сделать то, что другим, казалось, давалось легко и просто, и стала считать себя глупой. Но хуже всего она чувствовала себя, когда думала о своем отце Ли. Ли бросил колледж и 20 лет работал на хлебозаводе, пройдя путь от рабочего до менеджера. Но он всегда подстегивал Киа хорошо учиться, чтобы иметь больше возможностей в жизни, чем у него. Как-то он сказал, что стремление дать ей хорошее образование было способом показать свою любовь. Когда Киа проваливала учебу, он, по ее словам, не ругал, а просто с ней разговаривал и поощрял задавать вопросы. «Мы говорили часами», – рассказала она нам, не уставая повторять, что ее папа – умнейший человек. Когда со школой не сложилось, она знала, что подводит его, и ненавидела это.

В X классе учителя обратили внимание на резонные рассуждения Киа о практической пользе школы и предложили ей войти в состав консультативной группы учащихся, отправляющейся на заседание комиссии по образованию в

Фарго. Почему бы ей не поехать и не поговорить с законодателями и педагогами о том, как сделать учебный процесс более интересным и увлекательным? «В этот момент у меня в голове что-то перещелкнуло, и мысль “Это бесполезно, и я все ненавижу” сменилась на “Погоди, может, еще не все потеряно”, – объяснила Киа. – Поэтому я, естественно, согласилась».

Группа отправилась в Фарго. Киа нервничала. У нее не было опыта публичных выступлений, а сказать хотелось о многом. Подготовиться заранее было проблематично, потому что ребята не знали, о чем их будут спрашивать. Сначала Киа отвечала на вопросы комиссии («Что вызывает у вас озабоченность в отношении будущего?» «Какие изменения следует осуществить, чтобы улучшить положение дел?»), стараясь звучать как можно более официально («говорить длинными витиеватыми фразами, которые на самом деле ни о чем»), но потом поняла, что надо не умничать, а просто фокусироваться на сути своего сообщения и выражаться предельно ясно.

Когда ее, наконец, спросили, не хочет ли она сказать что-нибудь еще, она увидела свой шанс. Она сказала, что дети просто не видят смысла ходить в школу – сидеть за партами и зубрить ненужную теорию вместо того, чтобы заниматься делом и насущными вопросами, такими как изменение климата, перекосы на рынке труда и растущие проблемы с психическим здоровьем молодежи. Заставить детей учиться нель-

зя, сказала она. Они должны хотеть это делать. И когда они захотят – тогда им станет действительно *интересно* учиться и их будет не остановить.

Высказавшись, она почувствовала облегчение. Она сказала то, что пришла сказать. Ее услышали. И это было здорово.

На том заседании комиссии по образованию Киа говорила от имени бесчисленного множества детей и подростков. По данным опроса, проведенного ее школой в 2021 году, только 34% учеников с удовольствием посещали школу – цифра, соответствующая средним национальным показателям. «Мы задаем серьезные, глубокомысленные вопросы: “Кто мы?”, “В чем смысл жизни?”, а вместо ответов нам дают уравнение, – написала Киа в эссе, резюмируя свое выступление в Фарго. – Мы хотим иметь возможность открыть свои таланты и способности, найти свое место в жизни, найти себя».

Хорошая учеба – общее благополучие

Быть подростком никогда не было легко. Но в наше время мы наблюдаем удручающую ситуацию повсеместно: в исследованиях, новостях, у себя дома. За период с 2011 по 2021 год уровень депрессии среди старшеклассников подскочил почти на 40%. Трагически высокий процент риска суицида у детей старшего школьного возраста: в 2021 году 22% опрошенных старшеклассников сообщили, что их посещают суицидальные мысли, 18% составляли план ухода из

жизни и 10% пытались покончить с собой [1]. У подростков с нетрадиционной сексуальной ориентацией такая тенденция отмечается в 2 раза чаще [2]. И пандемия здесь ни при чем: за период с 2007 по 2017 год количество самоубийств среди молодых людей возросло на 56% [3]. Проблема психического здоровья молодежи в Соединенных Штатах настолько серьезна, что в декабре 2021 года министр здравоохранения США назвал ее «национальной катастрофой, которую необходимо донести до общественного сознания» [4]. Молодые люди более одиноки, чем когда-либо, и более одиноки, чем любая другая возрастная группа, что является аномалией в истории [5]. Дети меньше общаются с друзьями, меньше занимаются сексом и меньше пьют – последние две вещи можно было бы считать победой, если бы не сменившее их тревожное недомогание. Они даже избегают бывать там, где еще могут побыть вместе. В 2022/2023 учебном году свыше четверти американских школьников регулярно прогуливали школу, пропустив более 10% уроков [6].

На то есть множество потенциальных причин, убедительно обоснованных данными исследований: изоляция и тревожность, вызванные пандемией; социальные сети и смартфоны; растущее социальное неравенство, вследствие чего дети из обеспеченных семей думают о том, в какой из элитных колледжей поступать, а из малоимущих – где бы поесть. Изменение климата, стрельба в школах и, похоже, бесконечное стремление американцев к разобщенности – все это ло-

жится тяжким бременем на плечи молодых людей.

Но слишком часто мы упускаем из виду еще одну, глубинную причину этой удручающей ситуации: *подросткам просто не нравится то, чем они занимаются в школе* [7]. Если в начальных классах три четверти детей с удовольствием ходят в школу, то в старших классах все с точностью до наоборот – более 65% опрошенных подростков ненавидят школу и учебу [8].

Хуже всего то, что они чувствуют себя в ловушке, из которой не в силах вырваться. Они ощущают беспомощность, безнадежность. Они жаждут быть полезными и оказывать положительное влияние на свой мир – школу, друзей, сообщество, а вместо этого целыми днями курсируют по аудиториям, где пассивно сидят за партами, слушая взрослых. Одни настолько одержимы стремлением выиграть гонку – быть лучшими во всем и поступить в самый престижный колледж, что не задумываются, куда и зачем они бегут. Другие считают эту гонку глупой. Мы, родители, лишь пожимаем плечами и в лучшем случае проявляем эмпатию, но придерживаемся позиции «ничего не поделаешь». Аттестат о среднем образовании не обсуждается, ну а нравится в школе или нет – это уже дело десятое. *Надо просто через нее пройти.*

Этот месседж больше не работает.

Пандемия научила нас многим вещам, включая очевидный факт, что детям нужно быть здоровыми, чтобы хорошо учиться. Ребенок, страдающий повышенной тревожностью

или депрессией, будет испытывать трудности с математикой. Как показывают многолетние масштабные исследования, обратное тоже верно: когда дети хорошо учатся, они лучше себя чувствуют в психоэмоциональном плане.

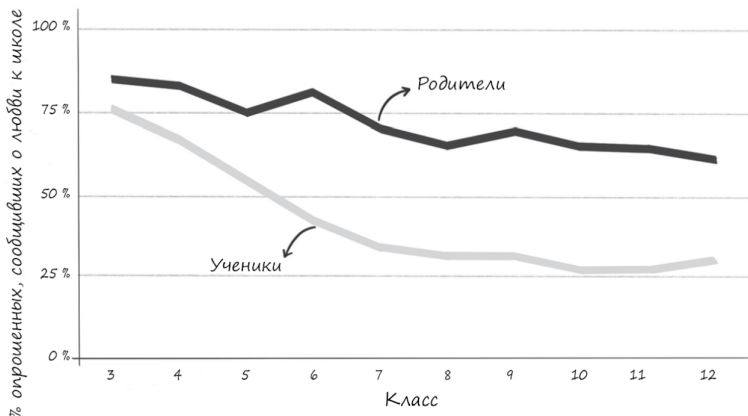
Вовлеченность – залог успешного обучения. Чувства, мысли и действия тесно взаимосвязаны; от внутренней мотивации зависит, будет ребенок учиться, когда станет трудно, или сдастся; будет он просить о помощи и изучать ресурсы по интересующему его предмету или предпочтет пассивно усваивать то, что предлагается. Когда детям не нравится в школе, они, как Киа, теряют мотивацию, забрасывают учебу и замыкаются в себе (и в своих телефонах) или совершают какой-нибудь отчаянный поступок. Они горят желанием изучать то, что находят интересным и важным, но бессмысленное сидение в учебниках их душит. Ежедневная необходимость заниматься тем, что вызывает отторжение, провоцирует апатию, подрывающую благополучие ребенка.

Хорошая новость в том, что при должной поддержке все дети могут стать мотивированными и увлеченными. Это не бог весть какая наука, но она требует определенных научных знаний, которые мы вам предоставим. Понимание вовлеченности поможет вам смотреть на вашего ребенка примерно так, как тренер смотрит на спортсмена. Тренер оценивает уровень физической подготовки спортсмена, ставит амбициозные, но реалистичные цели, разрабатывает стратегии развития выносливости и мотивирует улучшать достиг-

нутые результаты. С вовлеченностью та же история: вы целенаправленно развиваете у детей интерес к знаниям, благодаря чему они лучше проявляют себя в учебной и другой деятельности и лучше себя чувствуют.

К сожалению, родители недооценивают масштаб катастрофы. Они видят, что их ребенок испытывает некоторую апатию или стресс, но считают это нормой. Наше исследование показало, что любовь детей к школе после III класса резко идет на убыль. В совместном отчете Брукингского института и организации Transcend «Разрыв шаблона: почему вовлеченность школьников в обучение не соответствует ожиданиям их родителей» (*The Disengagement Gap: Why Student Engagement Isn't What Parents Expect*) содержится вывод, что к выпускному классу только 25% учеников любят школу, а по мнению их родителей эта цифра составляет 60% [9].

Как ученики относятся к школе vs Как ученики относятся к школе, по мнению их родителей



Источник: Winthrop R., Shoukry Y., Nitkin D. The Disengagement Gap: Why Student Engagement Isn't What Parents Expect (Washington, DC: Brookings Institution, 2024).

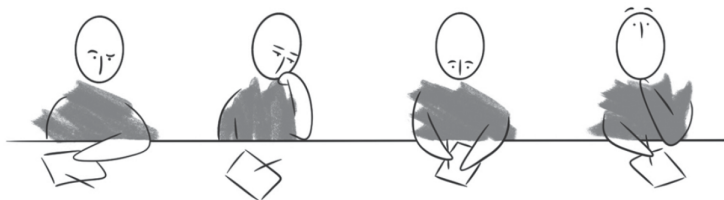
Декодирование вовлеченности

Неудивительно, что родители не понимают всего масштаба этого кризиса. Речь не только о том, что дети *делают*: как они посещают школу, выполняют домашние задания, проходят тесты. Эта часть айсберга родителям и учителям хорошо видна. Речь также о том, что дети *чувствуют*: в идеале это должны быть чувства безопасности, принадлежности к школе и интереса к учебной деятельности. Чувства влияют на мысли, то есть на то, как дети *думают*. Без описанных выше чувств ученикам трудно сконцентрироваться на учебе.

– понять связь между вычислением площади прямоугольника и покраской забора на заднем дворе или между промышленной революцией и факторами загрязнения окружающей среды. Вовлеченность проявляется и в *познавательной активности*, в стремлении к самостоятельному конструированию знаний, от вопроса учителю, можно ли написать эссе о «Манчестер Юнайтед», до поиска рецептов приготовления баклажанов на YouTube. Вовлеченность объясняет, почему одни дети приносят домой хорошие отметки, но не испытывают глубокого интереса к познанию мира и самопознанию, а другие не очень хорошо учатся в школе, но развивают прекрасные навыки обучения за ее пределами [10]. Она также объясняет, почему родителям и учителям трудно понять, что делать, – ведь они не видят глубинных причин проблемы.⁴

⁴ То, что дети делают, чувствуют, думают и иницируют, ученые называют поведенческой, эмоциональной, когнитивной и агентной вовлеченностью.

ЧТО ВЫ ВИДИТЕ



ЧТО ОНИ ЧУВСТВУЮТ И ДУМАЮТ



Вовлеченность и отстраненность принимают множество различных форм, и дети могут переключаться с одной формы на другую с поразительной скоростью. Если у вас не один ребенок или вы работаете учителем, вы хорошо знаете, что дети подходят к обучению по-разному. Они могут справляться с программой, отвечать на уроках и быстро выполнять домашние задания. Они могут с пылким рвением делать все, что от них требуется, а потом внезапно выгорать.

Или они могут проявлять стремление к самостоятельному приобретению знаний, обращаясь к учителю с предложением прочесть книгу, не входящую в список обязательной литературы. Один и тот же ребенок может проходить через все эти состояния в течение дня в зависимости от своего отношения к учителю или учебному предмету. Он может увлеченно заниматься английским языком и с неохотой пыхтеть над задачами по математике. Или он может в школе не проявлять интереса к учебе, а в колледже стать одним из лучших студентов. Или, как Киа, демонстрировать пассивную вовлеченность в начальной школе и глубокую вовлеченность дома, занимаясь с отцом музыкой, а позже, в средней школе, вообще забросить учебу и только в последнем классе, благодаря поддержке отца, школы и комитета школьного образования Фарго, полностью изменить свое умонастроение.

Образовательная среда как фактор учебной вовлеченности

Ученые умы давно поняли важность вовлеченности для успешного обучения. Одним из первых заинтересовался этой темой древнегреческий мыслитель Сократ. Он отказывался записывать тезисы своих учений, полагая, что письменная форма передачи знаний менее эффективна, чем устная – в форме личного общения, и вряд ли приведет людей к мудрости [11]. Он предпочитал вести со своими учениками

оживленный диалог: подвергать сомнению предположения, исследовать возможные альтернативы и противопоставлять точки зрения. Он выступал за проактивное, эвристическое обучение, развивающее умение мыслить, и, процитируем его знаменитую фразу, «просто задавал студентам вопросы», поощряя их самостоятельно искать ответы [12].

Однако к Средним векам метод Сократа утратил свою актуальность на Западе. Хранителем традиций и знаний в Европе стала католическая церковь⁵. Монахи аккуратно переписывали религиозные трактаты и читали их для личных духовных размышлений [13]. Многие из современных школьных практик вытекают из монастырских традиций письменной передачи и пассивного усвоения знаний, а не из их активного изыскания и практического применения. Некоторых детей это устраивает, но многих – нет. Современные ученые подтверждают то, что знали древние греки: для полной вовлеченности индивидов в обучение необходимы активные исследования и оживленные дискуссии.

Сегодня вовлеченность обсуждается не столько в школах или университетах, сколько в крупных технологиче-

⁵ Мы делимся вектором развития образования на Западе, но во всем мире эти векторы были достаточно разными. Например, во времена династии Хань в Китае (206 год до н. э. – 220 год н. э.) император основал «университет» для подготовки бюрократической элиты и государственных чиновников, ставший аналогом, судя по всему, первой в истории академии управления. Сегодня, в эпоху растущей глобализации, системы школьного образования в разных странах невероятно схожи по своей фундаментальной структуре.

ских компаниях. И мы бы сказали, что у воротил Big Tech несколько извращенное и узкое определение вовлеченности, которое сводится к захвату внимания детей и монетизации их времени и данных, а не к развитию у них стремления к знаниям. Тристан Харрис, бывший специалист по этике проектирования в Google, а ныне противник засилья технологий, объясняет это так: «Когда вы утром просыпаетесь, у вас есть определенные жизненные цели. Но, когда вы открываете YouTube, там о ваших целях не знают и знать не желают; у них одна цель: заставить вас забыть о своих целях и посмотреть как можно больше видео на YouTube» [14]. Да, на YouTube тоже можно учиться, а в Snapchat⁶ – общаться и заводить друзей, но эти приложения созданы для того, чтобы как можно дольше держать вас «на крючке», то есть в Сети, а не активно вовлекать в процесс познания.

В последние годы наше понимание вовлеченности, равно как ее ключевой роли и факторов, значительно улучшилось. Теперь мы признаем то, что кажется очевидной закономерностью: родители и учителя только ухудшают положение дел, обращаясь с детьми, которые плохо учатся, как с «проблемными». Когда дети знают, как мало от них ожидают, они еще меньше стараются и успевают, подтверждая сложившееся о них мнение.

Но отсутствие интереса к учебе – не патология, не чер-

⁶ Мобильное приложение, позволяющее отправлять друзьям исчезающие фото и видео, называемые «снэпами». – *Примеч. ред.*

та характера и не качество личности, а результат взаимодействия с образовательной средой. Это означает, что, изменяя образовательную среду, мы можем разжечь интерес и мотивацию к учебе.

Один из лучших примеров того, как это работает, – известное исследование, проведенное в 2014 году Дэвидом Йегером, профессором кафедры психологии Техасского университета в Остине, и его коллегами. В нем изучалась эффективность двух способов предоставления обратной связи учащимся средних классов, которых при проверке сочинений разделили на две группы. Первая группа получила свои эссе с подробными комментариями и предложением их учесть, чтобы постараться получить более высокую отметку. Вторая группа получила те же подробные комментарии, но с другим сообщением: *«Я делаю эти замечания, потому что ожидаю от тебя очень высоких результатов и знаю, что ты можешь их достичь»*. Ее участники тоже могли пересмотреть свои эссе, чтобы попытаться получить более высокую отметку [15].

В итоге во второй группе дети в 2 раза чаще пересматривали свои письменные работы и исправили в 2 раза больше ошибок. Причем большинство из этих учеников считались наименее вовлеченными, то есть вообще не интересовались учебой. Это был прорыв в понимании того, как подростки реагируют на обратную связь – часто негативно – и каким мощным инструментом влияния обладаем мы, взрослые

(ученые называли это «мудрой обратной связью»). Исследование раскрывает, как трудно бывает одновременно критиковать и мотивировать молодых людей, потому что критика может подрывать их уверенность в своих способностях. Оно также показывает, что важно не занижать ожидания, а поддерживать их на высоком уровне, предлагая при этом способы им соответствовать.

«Мудрость обратной связи – не столько в словах, сколько в уважении и признании достоинств молодых людей, когда они уязвимы», – говорит Йегер [16].

Формирование познавательного интереса за пределами класса

Родители, в частности, играют огромную роль в создании и культивировании среды, формирующей у их ребенка интерес к знаниям. Один из ключей к успеху – вера в потенциал детей, исходящая из понимания, что их апатия – не порок, а сигнал о том, что им нужна наша помощь. Другой ключевой момент – манера разговаривать с ними; она должна передавать ободрение и уважение, а не разочарование или презрение. Дискуссия в формате здорового диалога так же важна для развития подростка и его мозга, как объятия для младенца. В ходе дискуссии можно изложить свою версию мудрой обратной связи, устанавливая (должным образом) высокие ожидания и подкрепляя их глубокой поддержкой. Благодаря

таким разговорам по душам даже самые «проблемные» дети могут полностью измениться.

Апатия – не личный протест или желание вас позлить. Как мы уже говорили, это реакция на определенный контекст, способ подать сигнал: что-то не так. То, что мы видим: ребенок отказывается учиться, постоянно прокрастинирует, наспех выполняет домашние задания, списывает, разговаривает на уроках, – это результат определенных чувств и переживаний. Следствие, а не причина. Возможно, с этим придется что-то делать, ведь детям необходимо прививать определенные понятия и ответственность за свои действия. Но необходимо также взглянуть на корень проблемы: в чем причины апатии? Почему ребенок не хочет учиться, а зачастую и вообще ничего не хочет?

У нас принято винить во всем смартфоны, игры и социальные сети. Да, технологии – это мощный отвлекающий фактор или, цитируя Харриса, «гонка за взлом мозга» [17]. Смотреть бездумные видео и сидеть в групповых чатах легче и веселее, чем корпеть над Шекспиром. Но технологии лишь усугубляют проблему. Подростки перестали интересоваться учебной еще до того, как смартфоны заняли доминирующее положение в их жизни. Главная же причина проблемы в том, что школы в большинстве своем не предоставляют возможности для всестороннего интересного обучения, которого так жаждут ученики. Просто у современных детей появился мегаувлекательный и аддиктивный способ воспол-

нить пробел, оставленный школой. Технологии монополизируют их внимание и предлагают Ксанаду⁷ в плане развлечения.

Дети теряют интерес к учебе и по причинам, связанным с переживаниями подросткового возраста. Это отсутствие чувства принадлежности, стресс, трудности с усвоением школьной программы, эмоциональные качели и отчаяние от бессилия со всем этим справиться. Кроме того, многим детям в буквальном смысле не до учебы из-за голода, отсутствия дома или смерти родителей/опекунов. Школа, где они проводят много времени, часто кажется им безликой, стандартизированной и оторванной от жизни. Не быть в восторге от школы, когда будущее выглядит светлым, досадно. Не любить школу, когда будущее выглядит мрачным, – убийственно, особенно когда энергия бьет ключом.

Для Киа постоянное сидение в соцсетях было симптомом, а не проблемой. И только после того, как девочке дали возможность высказать свое мнение о школьном образовании, ее отношение к учебе стало улучшаться.

Четыре режима вовлеченности

Мы разработали режимы вовлеченности не для того, чтобы разбивать молодых людей на категории и навешивать на

⁷ Название летней резиденции монгольского императора Хубилая, которое сегодня ассоциируется с роскошной и праздной жизнью. – *Примеч. ред.*

них ярлыки, а чтобы помочь родителям понять и курировать ситуацию своих детей с обучением⁸.

Дети, находящиеся в режиме пассажира, пассивно дрейфуют по волнам образовательного процесса; одним из них в школе скучно, потому что слишком легко, другим – наоборот. И те, и другие проявляют интерес к учебе постольку-поскольку – чтобы их не трогали. Когда молодые люди находятся в режиме достижений, они усердно трудятся и стараются быть лучшими во всем, зарабатывая высокие отметки и похвалы родителей и учителей. Но в гонке за результатами, в стремлении удовлетворить ненасытные требования системы им некогда погрузиться в процесс познания и самопознания. Они часто чувствуют себя выжатыми как лимон и слишком осторожничают в своих действиях, чтобы не оплошать. Дети в режиме сопротивления подают явные сигналы SOS. Они срывают уроки, прогуливают их или вообще не ходят в школу, что становится настоящей головной болью как для учителей, так и для родителей. Наконец, дети в режиме исследователя преуспевают в учебе не только ради отметок, а по-

⁸ При разработке режимов вовлеченности мы выполнили четыре шага. Во-первых, рассмотрели многочисленные научные способы определения и оценки учебной вовлеченности. Во-вторых, изучили взгляды учителей на вовлеченность учащихся, проштудировав исследование и модель Эми Берри «Континуум вовлеченности» (*Continuum of Engagement*). В-третьих, проанализировали взгляды учащихся на свое обучение, пообщавшись с более чем сотней учеников, демонстрирующих широкий спектр демографических характеристик. Наконец, мы протестировали эти режимы с родителями, педагогами и учеными, чтобы понять, имеют ли они практическую полезность и значимость.

тому, что действительно любят учиться новому. Им важны и знания, и успеваемость. В отличие от Достигаторов, они не боятся рисковать и ошибаться, вынося из этого опыта ценные уроки. И добиваются больших успехов в учебе и жизни, потому что развивают мышление роста и навыки самостоятельного обучения (это помогает, когда некому подсказать, что делать).

Как мы уже говорили, эти четыре режима являются состояниями, а не чертами личности и изменяются в прямой зависимости от образовательной среды. Соппротивление часто сменяется исследованием, когда школы или родители создают соответствующие условия. Подростки в режиме пассажира часто никак не проявляют себя в школе, зато с удовольствием и весьма успешно занимаются спортом, кулинарией или музыкой. Достигаторы, столкнувшись с серьезными вызовами и трудностями, могут быстро перейти к сопротивлению. Если вернуться к нашему примеру с Киа, то в начальной школе она находилась в режиме пассажира (прилагала минимальные усилия, но получала отличные отметки, потому что могла выполнить любое задание за 15 минут). В средней школе она перешла в режим сопротивления (полностью забросила учебу со всеми вытекающими последствиями). А выступив на заседании школьного совета в Фарго, впервые ощутила себя Исследователем. (Спойлер: с тех пор ее любовь к учебе и успеваемость резко возросли.)

Как только вы освоите язык, который позволит вам фор-

мулировать и понимать, что вы видите, вы сможете поддерживать своих детей во всех жизненных аспектах. Зная, в каком режиме находится ваш ребенок, вы сможете применять соответствующие стратегии и инструменты, помогая ему или ей проводить как можно больше времени в режиме исследования.

Открытие Исследователя в каждом ребенке – не про идеальное сочетание учебной и внеучебной деятельности или про поиск хорошего репетитора. И не про стабильно высокие отметки. Это про осознанность и разговоры – о необходимости приобретения новых знаний и навыков, о трудностях, с которыми дети сталкиваются, и о странностях, которые имеют для них значение. Речь о том, чтобы быть не столько учителем, сколько учеником, то есть стараться как можно лучше узнать своих детей [18]. Когда вы фокусируетесь на росте и значимости в той же степени, что и на успеваемости и результатах, это видно – по тому, как вы реагируете на мелочи и жизненные моменты или события (и в школе, и за ее пределами), как выстраиваете с детьми отношения, способствующие их благополучию, определение которого включает жизненную стойкость и готовность учиться новому. Кристина Бетелл, профессор кафедры общественного здравоохранения в Университете Джонса Хопкинса, выяснила, что дети, у которых сложились здоровые, доверительные отношения со взрослыми, будь то с родителями, соседями или учителями, становятся успешными в 12 раз чаще тех, кому с от-

ношениями не повезло [19].

«Мы – лекарство», – говорит она, имея в виду, что у нас есть все необходимое, чтобы помочь детям расти и процветать. Здоровые отношения не зависят от дохода: дети из обеспеченных семей, но с неблагоприятными отношениями со взрослыми, *менее* успешны и счастливы, чем их сверстники, которые пережили лишения и невзгоды – от насилия до потери кормильца и дома, но имели высокий уровень здоровья в отношениях.

Другими словами, от вас зависит многое, очень многое [20].

Проактивные и самостоятельные

Исследователей отличает не только вовлеченность, но также *агентность* – способность ставить значимые цели и работать над их достижением. Агентность предполагает не просто стремление что-то сделать, но и умение спланировать и осуществить задуманное, несмотря на препятствия и трудности. Это требует задействования как внутренних ресурсов (усилия), так и внешних (опыт экспертов в виде учителей, родителей, соседей, пасторов).

Агентность критически важна для обучения. Она подразумевает процесс самопознания: «*Как мне улучшить успеваемость? Что меня отвлекает? Что меня мотивирует? Что мне нравится?*» Дети развивают ее, преследуя интересные

им цели (подтянуть математику, получить стипендию, найти более подходящую группу друзей, улучшить игру в баскетбол). Для этого они могут обращаться за поддержкой или содействием: *«Кто может дать мне совет насчет того-то и того-то? Кто или что может помочь мне преодолеть возникшее препятствие?»* С агентностью у детей есть стимул двигаться вперед, и школа их редко угнетает. Они находят способы пережить трудные времена, потому что не боятся просить о помощи или делать что-то по-другому. Взрослые способствуют развитию у детей агентности, когда сдерживают свой порыв решить за ребенка задачку по математике, переписать сочинение или нанять репетитора, не пытаясь разобраться в сути проблемы. Вместо этого они задают уважительные, наводящие вопросы типа: *«Как ты думаешь, почему у тебя трудности с этим предметом? Что могло бы помочь тебе с ними разобраться?»* И, что крайне важно, слушают и принимают во внимание ответы.

Агентность – не магия. Она не поможет избежать преград, неизбежно возникающих на любом пути. Но подросткам, как и взрослым, необходимо чувствовать хоть какой-то контроль над ситуацией и своей жизнью. Оказывается, это чувство имеет решающее значение при преодолении вызовов и трудностей.

Не все дети имеют равный доступ к агентности. Когда агентность проявляют темнокожие школьники, это может восприниматься как непослушание и наказываться более су-

рово, чем аналогичное поведение учащихся с белым цветом кожи. Даже если учителя и представители школьной администрации поступают так ненамеренно, это формирует неосознанные, или скрытые, предубеждения и может задевать учеников [21]. Кэролайн Кеннеди, исполнительный директор Управления стратегических партнерств Департамента образования Нью-Йорка, постоянно делает упор на то, что представители национальных меньшинств хотят, чтобы у их детей в обучении была такая же свобода выбора и действий – свобода быть Исследователями, как и у всех. Только этим семьям в разы труднее, потому что приходится думать не только о том, как предоставить своим детям возможности для исследования, но и как обеспечить их безопасность [22].

ЧЕТЫРЕ РЕЖИМА ВОВЛЕЧЕННОСТИ



Вовлеченность — это то, что дети думают, чувствуют и делают.
Агентность — это то, что они инициируют.

Для наглядности и простоты понимания давайте представим подходы детей к учебе графически, в виде матрицы 2×2 . По горизонтали у нас вовлеченность в обучение, а по вертикали — агентность, или способность ребенка понимать, что для него важно, и приобретать соответствующие знания и навыки. Мы хотим, чтобы все дети ориентировались на правый верхний угол, потому что тогда они полностью во-

влечены в процесс познания и обладают агентностью, что позволяет им быть проактивными и самостоятельными Исследователями. Ученые называют это «агентной вовлеченностью» [23]. Без агентности и вовлеченности дети движутся по школьной жизни в режиме пассажира. В режиме сопротивления (левый верхний угол) у них нет интереса к учебе, но агентность есть: они нарушают дисциплину, прогуливают уроки и всячески дают понять, что в школе им не нравится. Достигаторы, наоборот, корпят над уроками и хорошо учатся, но боятся проявлять самостоятельность или неординарность.

Возраст достижений

Основная причина, по которой дети не являются Исследователями, состоит в том, что им не дают возможности активно и самостоятельно конструировать знания. Во «Введении» мы говорили, что такую возможность имеют менее 10% учащихся. Но наше исследование показывает, что в средних и старших классах эта цифра падает до 4%. Малая часть опрошенных учеников считает, что их образовательная среда позволяет:

- развивать собственные идеи;
- изучать то, что им интересно;
- решать, как выполнять свою работу;
- высказывать свое мнение [24].

Прогрессивные педагоги стремятся обеспечить такие возможности, но их часто сдерживает традиционная школьная система, ориентированная на передачу, проверку и оценку знаний. Система напрямую влияет на выбор учителей и учащихся. Вот несколько примеров. Ученик XI класса хочет написать эссе о невидимой, на его взгляд, политике «позитивной дискриминации», но решает этого не делать, выбирая легкий и надежный способ получить хорошую отметку. Девочка-подросток обожает заниматься выпечкой, но знает, что это не добавит баллов при поступлении в колледж, поэтому отказывается от идеи создать клуб любителей книг и пирогов, дабы меньше сидеть в социальных сетях. Лучше делать то, что принято и положено, чем выходить за рамки стандартов и рисковать натолкнуться на неприятности.

Учителям здесь не позавидуешь. Им надо за одно и то же время научить одним и тем же вещам совершенно разных детей, вопреки всякой логике человеческих способностей и мотивации. А способности у некоторых учеников старшей школы не выше уровня III–V классов, и это типичная ситуация.

Кэрол Бейзил, декан Университета штата Аризона, одного из самых инновационных университетов в США, поделилась с нами личной историей, иллюстрирующей эту проблему. Ее пятилетняя внучка отчаянно хотела прочесть сказку «Маленькая принцесса Китти» (*Itty Bitty Princess Kitty*). Но

учительница сказала, что ей еще рано. Тогда Бейзил пошла с внучкой в библиотеку, взяла книгу и они вместе сели ее читать. Какие-то вещи давались девочке с трудом, но она справилась. Простудировав книгу три раза, она выучила все сложные слова и была на седьмом небе от счастья, что уже умеет читать про принцессу Китти. Она добилась успеха в трудном деле и горела желанием дерзать дальше.

Рассказав эту историю, Бейзил обмолвилась, что многие, наверное, подумали: «Какой ужасный педагог – так подавлять устремления ребенка!» Но, когда дочь Бейзил поговорила с учительницей, та честно сказала, что отказала девочке не из-за уровня ее чтения, а просто потому, что не могла сидеть рядом с ней и помогать читать. В классе слишком много детей, и все со своими запросами и потребностями.

«Такая работа не под силу одному человеку, – сказала Бейзил. – Эту структуру, эту модель “один учитель на класс” нужно менять».

Существуют мягкие и эффективные способы улучшения школьного обучения в рамках нынешней системы образования (мы рассмотрим их позже). Но печальная правда такова, что традиционная школа априори не ориентирована на личностное развитие и раскрытие потенциала всех детей. Так как образование развивалось от небольших однокомнатных школ в начале XIX века до общедоступной системы для всех, ключевой функцией школ был отбор учеников для поступления в университеты. По сути, большинство школ по-

прежнему нацелены на отбор «победителей» и «проигравших», и дети, находящиеся в менее благоприятном положении, слишком часто оказываются в числе последних, лишенными должной поддержки и возможностей.

По мере того как расширялся доступ к образованию (положительный момент, означавший для многих повышение квалификации и доходов) и все больше детей вступали в гонку за результатами, барьеры, через которые нужно было перепрыгивать, становились все выше и создавались все чаще. Чтобы преодолеть каждый из них (получить более высокую отметку по предмету, более высокие баллы SAT/ACT⁹ или повышенную стипендию), приходилось все усерднее трудиться [25]. За период с 2006 по 2018 год показатели приема в 50 самых престижных колледжей США упали на 45%; в частности, в элитной десятке – с 16 до 3% [26]. Мы называем эту многолетнюю образовательную гонку *«эпохой достижений»*. Поскольку барьеры подразумевали узкий набор целей, «эпоха достижений» требовала от детей постоянного наращивания усилий. Выносливость была ключевым фактором успеха или, лучше сказать, выживания. Такая система просто не предназначена для личностного роста и исследований.

Все это крайне плачевно сказывается на жизни и благополучии детей.

⁹ SAT (Scholastic Aptitude Test), ACT (American College Testing) – стандартизированные тесты для приема в высшие учебные заведения США. – *Примеч. ред.*

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.