**Созерцательные практики в контексте личностного образования в эпоху цифровизации образования**

*Байдин Дмитрий Иванович*

*Аспирант*

*Московский городской педагогический университет,*

*институт гуманитарных наук и управления, Москва, Россия*

*E–mail: india2014@bk.ru*

На каждой ступени образования активно проецируются современные еще не зарекомендовавшие себя идеи и ценностные установки, оказывающие влияние на развитие всех участников образовательного процесса (от учащихся до руководителей). Но все это не ориентировано на понимание и роль значения человека, осознание человека в качестве важнейшей общественной ценности, признание его интересов и целей, приоритета его прав на свободное развитие и полноценную реализацию его способностей в эпоху насыщенной информационной среды, когда неизвестен подход к выбору того или иного информационного контента.

В данном вопросе возникает проблема, где выпускник в целях своего совершенствования просто не может ориентироваться, его этому не учат: как отбирать информацию, кто готовит, а кто «деготовит» в тех вопросах жизни, которые возникают у него в процессе его становления, а также при переходе от одной ступени образования к другой; в вопросах раскрытия своей внутренней индивидуальности, природы, при отсутствии формирования базовых ценностей и основ личностного образования, свободы выбора своего пути в интересах себя и общества.

Речь идет о выстраивании педагогического процесса, где и когда может быть разъяснен тот или иной процесс, с которым сталкивается каждый учащийся, зачем они и как их проходить; попытаться давать ответы на эти все вопросы (жизненные ситуации), возникающие у учащихся; помочь им самим осмыслять свое внутреннее содержание (внутренний мир) и осознанно самообладать[2] собой, работать со своим внутренним содержанием, природой, которую может изведать только сам учащийся, и только конкретный человек. В перечисленных аспектах мы считаем и есть возможность формировать базовые основы личностного образования, когда человек сострадательно и с глубоким уважением научился уважать самого себя, ценить себя.

Таким образом, мы доказываем, что личностное образование есть комплексное обучение успешному жизнеустройству пространства жизни школьника, студента или молодого педагога, формирующее устойчивую жизненно-нравственную позицию, способствующую развитию проактивности и замотивированности их к жизни, для комплексного решения разноплановых проблем, возникающих в процессе социальной адаптации, ориентации и поиска себя: кто я и каково мое место в современном обществе[1].

В реализации такой системы задач возникает потребность в применении созерцательных практик, которые выступают здоровье-сберегающей технологией, особенно в эпоху цифровизации всех систем жизнедеятельности человека, ориентации в пространстве вариативности своего развития, в том числе в полной беспомощности ориентации и навигации своего пути и собственного развития, понимания и осознания всего перечисленного выше, в том числе обучающиеся и сами учителя сталкиваются с применением информации к уроку той, которая происходит без осознания ее актуальности, без передачи смыслов и пробуждения внутреннего отклика ученика отношения к тому или иному знанию. Отсюда может произрастать раздробленность личности, что утверждает в своих работах и А. Г. Асмолов.

В этом контексте появляется потребность к новому подходу обучения: не из вне на человека, а подход из самого человека. Это два разных подхода. Это возможно тогда, когда учитель овладевает способностью и компетентностью побуждать ребенка из себя из внутреннего отклика (желания) (мотива) познавать ту или иную дисциплину, в том числе и самого себя.

Для этого нами предлагается применение созерцательных практик, переходя на свободную педагогику, транслирующую свободу в развитии, проявлении себя с целью выстраивания той персональной траектории развития, которая присуща именно конкретно каждому ученику.

Таким образом, созерцательная педагогика смещает фокус обучения на практики соединения учащихся с их живым, воплощенным опытом их собственного опыта. Созерцательная педагогика представляет собой систему, позволяющая каждому осознавать свой внутренний мир и связывать свое обучение со своими собственными интересами, ценностями и смыслами смыслов, что позволяет им становится глубокими в отношении с собой и окружением. Формы созерцательной педагогики многообразны: йога, использование методов медитации или осознанности, которые улучшают концентрацию и позволяют более глубокое созерцание изучаемого материала, в частности работы с самим собой; письменные методы, которые могут привести к значительно более глубокому пониманию содержания курса; глубокие слушания (аутотрениг), которые побуждают находить голос для своих собственных мыслей и более глубоко соприкасаться со своими интересами.

Созерцательная педагогика не только способ, помогающий ученику сконцентрироваться более эффективно, но и включает в себя способы обучения, которые могут обеспечить совершенно другой опыт обучения, открывая новые способы познания. Это достигается путем выхода за рамки технической, научной подготовки для включения тела, разума и духа, позволяя обучающимся понять и познать себя, включать в поле познания то, кто они есть, и понимать, как они меняются по тому или иному пути и чему они учатся.

Созерцательные практики являются практичными, радикальными и преобразующими, развивают способности для глубокой концентрации и успокаивают ум в разгар действия и отвлечения, которое наполняет повседневную жизнь цифровой эпохи. Это состояние спокойной сосредоточенности – это помощь в исследовании смысла, цели и ценностей. Сопутствующие практики могут помочь в развитии большего сочувствия и чувствания себя и окружающего мира, навыков общения, улучшения внимания, снижения стресса и повышения творчества, поддержки любящего и сострадательного подхода к жизни.

Поэтому, в этом контексте, создание эффективных и мотивационных систем выстраивания перспективных персональных траекторий развития есть применение системы упрощения взаимодействия «учитель – ученик».

**Литература**

1. Автор Байдин Д.И. Личностное образование как форма роста человеческого потенциала в условиях развития института образования: магистр. дис. … магистр педагогики. Московский гор. пед. Университет, Москва, 2017.

Мальцев Ю.П. Развитие волевых качеств – целеустремленности, настойчивости, выдержки и самообладания в процессе спортивной тренировки борцов: автореф. дис. .. канд. пед. EajK; Л., 1967.