Практика дополнительного образования «Театр для жизни»

*Система занятий фольклорного театра, основанная на технологиях «Проект», «ТРИЗ», «Критическое мышление», «Творческие игры. Игры-ситуации с условиями неопределённости», «Портфолио».*

*Краснова Елена Павловна,*

*педагог дополнительного образования,*

*ДДЮТ г. Белоярский*

*Брувель Юлия Геннадьевна,*

*методист,*

*ДДЮТ г. Белоярский*

Современный, постоянно изменяющийся мир, по определению Татьяны Владимировны Черниговской рождает новый вид человека «Homo Confusus», человек в растерянности. Он даже не понимает, где он находится и не осознает, в какую опасность попал. В этой ситуации современная система образования страдает синдромом «отложенной жизни» и дрессурой, где детям говорят: «Ты учи всё и делай так!» - объясняя, что дальше в жизни всё пригодится. Мир меняется быстрее, чем система образования. По мнению Александра Григорьевича Асмолова должна быть школа «неопределённости», а не дрессуры. Я согласна с этой позицией. Считаю, что для жизни в быстро изменяющемся мире, важно уже сейчас научить ребёнка быть готовым к изменениям, научить действовать в условиях неопределенности, формируя гибкие навыки, максимально развивая творческие способности.

Моя практика «Театр для жизни» нацелена именно на это. Для максимального развития творческих способностей и формирования гибких навыков вводим формы и методы современных образовательных технологий, а именно «Проект», «ТРИЗ», «Критическое мышление», «Портфолио».

Итак. В основе практики лежит системно-деятельностный подход, так сказать «деятельность в системе», который заключается в организации разнообразной деятельности обучающихся, а именно триз-игры и триз-задачи, игры-ситуации с условиями неопределенности, творческие и социальные проекты, направленные на формирование у обучающихся системы гибких навыков. Результаты образовательной деятельности оцениваются диагностическими средствами и накапливаются в портфолио достижений обучающегося.

***Актуальность*** продиктована временем. В рамках практики используются современные методы и форматы обучения, направленные на развитие метапредметных навыков, навыков проектной деятельности, что соответствует принципам реализации дополнительных общеобразовательных программ, утвержденным в Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей. Обучающиеся не только получают знания, умения, навык и опыт театральной деятельности по русскому фольклору, им также прививаются две группы новых умений.

Речь идет, во-первых, о ключевых компетентностях, составляющих основу умения учиться (навыки решения творческих задач и навыки поиска, анализа и интерпретация информации). Во-вторых, речь идет о формировании у воспитанников мотивации к обучению, самоорганизации и саморазвитию. ***Актуальность*** ещё и в том, что современные дети знают культуру своего народа очень поверхностно, данная работа направлена вызвать интерес и приобщить обучающихся к народной культуре.

***Цель практики****:* развитие творческой, креативно мыслящей и социализированной личности обучающегося, способной принимать решения в изменяющихся условиях, нестандартных ситуациях посредством вовлечения в творческую (театральную), проектную и игровую деятельность в процессе обучения искусству русского фольклора.

***Новизна практики*** состоит в том, что в ней систематизированы средства обучения театрально-игровой деятельности, направленные на формирование гибких навыков, которые помогут обучающимся принимать решения в нестандартных постоянно изменяющихся ситуациях. Для этого фольклор является прекрасной основой, так как в саму культуру уже встроены ситуации неопределённости: поди туда, не зная куда, когда рак на горе свиснет, после дождичка в четверг и т.д. Работа направлена на интенсификацию процесса творческого развития обучающихся, генерирование новых идей, воссоздание в творческих и исследовательских проектах культурных и национальных традиций. **Оригинальность** практики в выборе образовательных технологий, нехарактерных для фольклорного театра.

***Содержание.***

Реализация практики осуществляется в рамках образовательной (общеразвивающей) программы «Хоровод творчества». Программа построена с учётом принципа модульности с разным уровнем сложности. Программа «Хоровод творчества. Ознакомительный уровень» *(Приложение 1)* рассчитана на детей 7–10 лет, программа «Хоровод творчества» *(Приложение 2)* рассчитана на детей 10–14лет.

Ознакомительный уровень является вводным и направлен на знакомство с фольклором, развитие речи, памяти, внимания, воображения, творческой игры, креативного мышления. Основной уровень направлен на базовую подготовку обучающихся (творческий проект «Хоровод круглый год», включающий спектакли по календарно-временным циклам, которые отражают традиции и обычаи русского народа). Модули программ также организованы по временным циклам календарных народных праздников: осень – «Покров», зима – «Святки», весна – «Масленица», лето – «Троица. Эко-сказка».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **«Хоровод творчества. Ознакомительный уровень» (7–10 лет)**  **«Хоровод творчества. Основной уровень» (10–14 лет)** | | | |
| ОСЕННИЕ  НАРОДНЫЕ ПРАЗДНИКИ. ПОКРОВ | ЗИМНИЕ  НАРОДНЫЕ ПРАЗДНИКИ. СВЯТКИ | ВЕСЕННИЕ  НАРОДНЫЕ ПРАЗДНИКИ. МАСЛЕНИЦА | ЛЕТНИЕ НАРОДНЫЕ ПРАЗДНИКИ. ТРОИЦА. ЭКОСКАЗКА |
| **Раздел «ФОЛЬКЛОР»** | | | |
| *Игровой фольклор. Проектирование* | | | |
| **Раздел «ТВОРЧЕСКИЕ ИГРЫ. ИГРЫ-СИТУАЦИИ С УСЛОВИЯМИ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ»** | | | |
| *Дидактические игры, игры на развитие творческого мышления, креативного мышления* | | | |
| **Раздел «ОСНОВЫ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА»** | | | |
| *Сценическая речь. Актерское мастерство. Тренинги* | | | |
| **Раздел «ТВОРЧЕСКИЕ МАСТЕРСКИЕ»** | | | |
| *Театральный проект «Хоровод круглый год». Социальный проект «Во имя добра»* | | | |

Цель каждого модуля — погружение обучающихся в культуру конкретного фольклорного праздника. Каждый модуль программы имеет следующие разделы, отражающие основные направления деятельности:

**Раздел «Фольклор»** знакомит детей с фольклором как видом искусства, «погружает» в народную культуру (быт, занятия, промыслы, традиции, обычаи, фольклорные праздники, многообразие устного народного творчества и народных игр). *(Приложение 3)*.

**В раздел «Творческие игры»** входят развивающие игры и игры на развитие творческого, креативного мышления, в том числе в быстро изменяющихся условиях. Эти игры развивают умения быстро ориентироваться и решать задачи неопределённости. (*Приложения 4,5)*

**Раздел «Сценическая речь»** направлен на приобретение обучающимися правильной артикуляции, четкой дикции, разнообразия интонаций через игры, упражнения и тренинги на развитие дыхания и свободу речевого аппарата.

**Раздел «Актёрское мастерство»** направлен на приобретение профессиональных умений и навыков через игры и тренинги на развитие мимики, жестов, пластики, эмоций, воображения через театральные игры и пластические. Пластические игры и упражнения призваны обеспечить развитие естественных психомоторных способностей у обучающихся, обретение чувства гармонии своего тела. Раздел направлен на развитие игрового поведения, эстетического чувства, способности творчески относится к любому делу.

**Раздел «Творческие мастерские. Проекты»** направлен на приобретение обучающимися умения, навыков и опыта самостоятельной работы, выполняемой под руководством педагога, при организации поисковой, творческой, социальной деятельности обучающихся. Дети интегрируют имеющиеся фактические знания и приобретают новые для создания образов и этюдов, которые «складываются» в фольклорные праздники и спектакли проекта «Хоровод круглый год». Спектакли показываются 4 раза в год в заключение каждого модуля. Выполнение проекта складывается из трёх этапов: разработка проекта, практическая реализация проекта, защита проекта. Проекты программы основного уровня являются самопрезентующимися – это спектакли, концерты, игровые программы, живые газеты, флэшмобы по темам модулей.

Работа над проектом в программе предваряется необходимым этапом — работой над темой, в процессе которой обучающиеся собирают самую разную информацию по теме модулей («Покров», «Масленица», «Святки», «Экосказка»). При этом дети сами выбирают, что именно они хотели бы узнать в рамках данной темы. Творческие работы в данной практике могут быть как индивидуальными, так и коллективными. Результатом выполнения творческих работ является появление творческого продукта, отличающегося новизной, оригинальностью, уникальностью (нового образа, сценария, сказки).

|  |  |
| --- | --- |
| **«ПРОЕКТ»** | |
| **«Покров», «Святки», «Масленица», «Троица. Экосказка»** | |
| **«Хоровод творчества. Ознакомительный уровень»** | **«Хоровод творчества»** |
| ***Творческие задания по празднику на примере сказки «Колобок»*** | ***Творческие задания по каждому празднику*** |
| – рассказать знакомую сказку по кругу;  – разыграть сказку;  – рассказать о рецепте теста, где ещё можно  – использовать тесто;  – придумать свою сказку "Блин" (по аналогии);  – оформить книгу "Масленица. Традиционные  рецепты нашей семьи" (обложка, иллюстрации);  – изготовить элементы костюмов;  – разыграть придуманные сказки. | – рассказать о традициях и обычаях праздника по кругу (все, что знают);  – драматизация обрядов этого праздника;  – драматизация игр праздника;  – составить сборник рецептов традиционных блюд праздника;  – оформить книги «Особенности праздника в разных регионах России» (обложка, иллюстрации);  – поставить свой этюд по празднику;  – собрать этюды в итоговый спектакль. |

Слева в таблице пример выполнения обучающимися ознакомительного уровня творческих заданий модуля «Масленица» на примере сказки "Колобок".

Могут быть и другие творческие задания: сказки по-новому (дети наделяют знакомых героев сказок противоположными для них качествами); сказки о бытовых предметах **(**началом сказки является рассказ о любом бытовом предмете, реальное начало и сказочное продолжение); продолжи сказку (вместо известной концовки сказки надо придумать свою). Дети учатся фантазировать, размышлять.

Справа в таблице приведён пример выполнения творческих заданий основного уровня. Проекты этого уровня – фольклорные спектакли. Обучающиеся создают образы и этюды, которые «стягиваются» в фольклорные праздники и спектакли проекта «Хоровод круглый год». В каждом модуле «Покров», «Святки», «Масленица», «Троица. Экосказка» учащиеся работают над обязательными промежуточными продуктами творческих проектов**.** Результатом выполнение творческих заданий является появление оригинального продукта: сборники пословиц и поговорок, примет, игр, считалок, потешек, небылиц, сочинение собственных сказок, загадок, составление толковых словариков, кулинарных книг, подготовка и проведение игровых программ и викторин.

В курсе программы «Хоровод творчества. Ознакомительный уровень» (7–10 лет) используется проектный метод. В программе «Хоровод творчества» (10–14лет), используются основы проектного обучения, «базирующиеся» на последовательном выполнении комплексных проектов в соответствии с модулями с информационными паузами для усвоения базовых теоретических знаний, основанных на системе проектного обучения Н. Г. Черниловой.

Работая над проектом, дети самостоятельно и охотно приобретают недостающие знания из разных источников для решения познавательных и практических задач; приобретают коммуникативные умения, работая в группах; развивают у себя исследовательские умения и системное мышление.

**Раздел «Учебные проекты»** направлен на приобретение обучающимися умения, навыков и опыта самостоятельной исследовательской работы, выполняемой под руководством педагога.

**Раздел «Социальный проект «Во имя Добра» –** этот раздел предусмотрен только в основном уровне программы «Хоровод творчества» и рассчитан на обучающихся 10–14 лет. Раздел направлен на приобретение социально-нравственного опыта посредством вхождения в социальную среду. *(Приложение 6)*

Все образовательные разделы предусматривают усвоение теоретических знаний и формирование деятельностно-практического опыта, который находит свое отражение в спектаклях и показательных выступлениях.

***Средства и способы реализации практики****.*

Для максимального развития творческих способностей и ключевых компетентностей обучающихся вводим формы и методы современных образовательных технологий («Проект», «ТРИЗ», «Критическое мышление», «Портфолио»).

**1. Метод проектов.**  Идея практики «Театр для жизни» – самостоятельно добывать и систематизировать новые знания, данные методы используются при организации поисковой, творческой, социальной деятельности. Метод проектов служит продолжением занятия и предусматривает участие всех обучающихся в работе. Работа ориентирована не только на интеграцию имеющихся фактических знаний, но и приобретение новых, активизацию познавательной деятельности и развитие креативного мышления .

**2. В практику «Театр для жизни» введены приёмы и принципы технологии ТРИЗ**, поскольку работа направлена на изобретение нечто нового, связанного с применением нетривиальных способов действий, формирование у обучающихся креативного мышления. Обучение происходит в три этапа.

– Подготовительный – это освоение алгоритма для решения творческих задач.

– Второй этап – это обучение детей решению изобретательских задач с применением триз-принципов и триз-приёмов.

– Сочинение ТРИЗ-сказок с открытой задачей.

|  |  |
| --- | --- |
| **«ТРИЗ»** | |
| **«Хоровод творчества. Ознакомительный уровень»** | **«Хоровод творчества»** |
| **Решение ТРИЗ-задач** | **Сочинение ТРИЗ - сказок с открытой задачей для младшей группы** |
| сказки-задачки А. Гина,  сказки-задачки обучающихся старшей группы | «Закончи…», «Придумай…», «Подбери…», «Вообрази…», «Изобрети…», «Сказка по рисунку», «Сказка наоборот», «Если бы…» |
| **Алгоритм решения**  **(автор А.В. Лимаренко)** | **ТРИЗ-принципы:** |
| Сформулировать задачу и определить ее тип.  Изобретательская задача: «Как быть?»  Исследовательская задача: «Почему?»  Сформулировать исследовательскую задачу как изобретательскую: «Как сделать, чтобы происходило именно это явление?»  Сформулировать противоречие (игра «Данетки»).  Сформулировать идеальный конечный результат (ИКР). Минимум затрат. Максимум результата. | объединение, дробление, превращение,  увеличение - уменьшение, оживление,  исключение некоторых качеств,  перенос, комбинация приемов и т. д. |
| **ТРИЗ-приемы:**  потрясти, перевернуть, надуть,  сделать заранее, покрасить и т. д. |

Создаются поисковые ситуации, способствующие самостоятельному поиску ответов и способов деятельности. С целью содействия развитию креативного мышления используются учебные ситуации, характерные незавершенностью для интеграции новых элементов, при этом детей поощряю к формированию множества вопросов. Работа направлена на активизацию инициативы обучающихся, фантазирование и развитие гибкости и оригинальности мышления.

**3. Эвристические методы:** ассоциаций, аналогий, акцентирования, придумывания, образного видения, «вживания». Эти методы также направлены на развитие воображения, гибкости и оригинальности мышления.

**Метод проблемного изложения** предполагает овладение обучающимися новых для себя средств и способов деятельности через **проблемные ситуации.** Выход из проблемной ситуации – это открытие нового, еще неизвестного знания. Проблемные ситуации активизируют познавательную, речевую, творческую деятельность детей. Создание проблемной ситуации требует постановки проблемного вопроса:

– Откуда взялась избушка на курьих ножках?

– Почему у русалки хвост?

– Происхождение Змея-Горыныча.

**4. Упражнения**, которые позволяют планомерно организовать деятельность обучающихся. Используются упражнения в три взаимосвязанных этапа.

|  |  |
| --- | --- |
| **Этапы** | **Действие** |
| I | воспроизведение действий по образцу в целях их закреплений |
| II | применение усвоенных действий в новых условиях |
| III | выполнение упражнений творческого (креативного) характера |

**5. Игровые технологии.** Развивающие дидактические игры**,** игры на развитие творческого мышления**,** игры**-**ситуации с условиями неопределенности. Игровая ситуация происходит поэтапно. Сначала обучающиеся проигрывают стандартную ситуацию, которая определяет условия игры, как правило, традиционна и всем известна. Затем в процессе игры вносятся изменения в виде дополнительных условий, задач-парадоксов, дополнительных препятствий, элементов внезапности и неожиданности, требующие нестандартного и быстрого решения. При этом основная задача, которая поставлена в игре, не меняется, ее необходимо выполнить, несмотря на изменения условий.

**«Творческие игры»** практики условно делятся на два вида: развивающие игры и игры на развитие творческого (креативного) мышления, в том числе в быстро изменяющихся условиях.

|  |  |
| --- | --- |
| **Творческие игры** | **Игры-ситуации**  **с условиями неопределённости** |
| – ролевые игры;  – игры-драматизации;  – режиссерские игры;  – игры на развитие связной речи, на обогащение словарного запаса;  – игры на развитие памяти и внимания;  – игры на развитие логического и образного мышления;  – игры на развитие ассоциативного мышления;  – интегрированные игры (одновременное сочинение и пластическое изображение персонажей, сочинение и рисование и другие). | Этапы игровой ситуации:  1. Игра в стандартных условиях (традиционных и всем известных).  2. Изменения в виде дополнительных условий, задач-парадоксов, дополнительных препятствий, элементов внезапности и неожиданности, требующие нестандартного и быстрого решения.  Основная задача, которая поставлена в игре, не меняется, ее необходимо выполнить, несмотря на изменения условий. |

Развивающие игры направлены на развитие речи, памяти, внимания, воображения фантазии, на развитие познавательных способностей. Игры-ситуации с условиями неопределенности направлены на развитие умения принимать решения в условиях постоянного изменения. Они призваны расширить у ребенка стандартные представления о каком-либо предмете, явлениях, событиях с позиции их применения и описания. Такие игры позволяют развить умения смотреть на поставленную задачу с разных позиций.

В таблице представлены возможные виды изменений условий игр.

|  |  |
| --- | --- |
| **ВИДЫ ИЗМЕНЕНИЙ УСЛОВИЙ ИГР** | |
| *Для младших групп* | |
| **1. Меняются условия самой игры.** | **2. Вводятся дополнительные условия.** |
| Игра «Мышеловка»  Изменение: мышки стали больше кошек | Игра «Цепи»  Изменение: «Цепи» перестали стоять на месте, двигаются в разные стороны |
| **3. Дополнительные препятствия.** | **4. Задачи-парадоксы (невозможности решения).** |
| Изменения: играть на песке, играть в многолюдном месте, двигаться по лестнице, а не на ровной поверхности, перекатывать мячи через игровое поле | Изменения: сказать молча,  повторять движения за ведущим закрытыми глаза, раскрасить без карандашей, передвигаться не двигаясь |
| *Для старших групп* | |
| Изменения в процессе подготовки к театрализованному представлению:  отсутствует костюм, отсутствует ребенок-герой, погас свет или затихла музыка | |

Хотелось бы отметить именно задачи-парадоксы (ситуации невозможности решения), они помогают выйти за рамки «обыденного» понимания того или иного явления. В своей профессиональной деятельности каждый педагог оказывается в ситуации неопределённости. В моей практике – это отсутствие костюмов, внезапная болезнь главного героя, технические неполадки и т.д. Я решила спроецировать эти ситуации в учебную деятельность. Дети старших групп решают задачи неопределенности в процессе подготовки к спектаклю. Игры и ситуации этого раздела формируют готовность детей к тому, чего нет, готовят их к будущему.

**6. Технология Критического мышления** направлена на формирование способности обучающихся самостоятельно работать с информацией, ставить новые вопросы, вырабатывать разнообразные аргументы, принимать независимые продуманные решения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Хоровод творчества. Ознакомительный уровень  Хоровод творчества | КРИТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ  ИГРА  РАБОТА  С ИНФОРМАЦИЕЙ | «Метод фокальных объектов»  «Круги на воде»  «Синквейн»  «Даймонд»  Таблица «Знаем – хотим узнать – узнали»  «Дерево предсказаний»  «Фишбоун»  «Кластеры»  «ИНСЕРТ»  «Тонкие и толстые вопросы |

На ознакомительном уровне приёмы критического мышления используются как игровые ситуации, где развиваются умение анализировать, оценивать, ставить вопросы и т.д.

На основном уровне технология критического мышления направлена на формирование умения работать с информацией при организации проектной деятельности.

**7. Портфолио**

Технология «Портфолио достижений» служит в практике средством оценивания и учета достижений обучающегося. Эта модель аутентичного (достоверного) оценивания, которое нацелено на выявление объективно существующего уровня владения умениями и навыками, пробелов в подготовке, трудностей усвоения, положительных мотивов учения, выявление интереса к виду деятельности, выявление развития мыслительной деятельности, выявление критического отношения к своей деятельности.

**Технология «Портфолио достижений»** служит средством фиксации, накопления, оценивания и учета индивидуальных достижений обучающегося. В составе портфолио содержатся материалы, характеризующие результаты, достигнутые ребёнком в ходе учебных занятий, репетиций, творческих мастерских, спектаклей, конкурсов, творческих и социальных проектов.

|  |  |
| --- | --- |
| **Портфолио достижений (модель Н.Н. Сметанниковой)** | |
| Разделы | |
| **«Портрет»** | раскрывает личность обучающегося (фотографии в костюмах и образах). |
| **«Коллектор»** | это папка, куда собирается материал учебного занятия, поступающий от педагога и других источников. |
| **«Рабочие материалы»** | представляет собой зарегистрированные этапы работы над заданием: аудиозапись, видео, фото, этапы выполнения и т.д. |
| **«Достижения»** | это папка, куда собираются грамоты и дипломы, лучшие работы, результаты диагностики. |
| Дополнительные рубрики | |
| **«Народная мудрость»** | тезисы, меняющиеся в зависимости от темы. |
| **«Библиография»** | библиография прочитанных изданий с краткой аннотацией |
| **«Самостоятельные работы»** | этот раздел представляет собой работы, проекты и исследования, выполненные самостоятельно. |

Работа детей оценивается в русле практики, поэтому окончательный вариант портфолио не оценивается. Традиционно, в мае каждого года, в учреждении проводится фестиваль портфолио, где обучающиеся представляют свои работы.

Практика показывает, что портфолио – это не только эффективная форма оценивания, но и действенное средство для решения ряда важных педагогических задач, позволяющее:

– поддерживать высокую мотивацию детей;

– поощрять их активность и самостоятельность;

– развивать навыки рефлексивной и оценочной (в том числе самооценочной) деятельности учащихся;

– формировать умение учиться – ставить цели, планировать и организовывать собственную учебную деятельность.

Портфолио достижений дополняет диагностический инструмент данной практики.

Современные образовательные технологии в программе являются средством достижения метапредметных, предметных и личностных результатов обучающихся.

**Диагностика** проводится ежегодно в рамках стартового, промежуточного и итогового мониторинга. Выстроена диагностика в соответствии с поставленными задачами, критериями и методикой оценивания.

Диагностика «Гибкие навыки» – это мониторинг умений решения проблем, работы с информацией, коммуникации, креативности.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ГИБКИЕ НАВЫКИ** | | |
| Задачи | Критерии оценивания | Методика оценивания результата |
| Обеспечить успешное освоение обучающимися способов деятельности, применимых при решении проблем в реальных жизненных ситуациях | Решение проблем  Работа с информацией  Коммуникация | Г.Б. Голуб,  О.В. Чуракова Технология Портфолио в системе педагогической диагностики |
| Развивать творческое (креативное) мышление обучающихся | Беглость (легкость, продуктивность)  Гибкость  Оригинальность | Тест Гилфорда модифицированный |

При диагностике креативного мышления мы опираемся на критерии, установленные в исследованиях Гилфорда (гибкость, беглость, оригинальность мышления). Диагностика проводится педагогом-психологом.

Диагностика социализированности проводится для выявления уровня социальной адаптированности, активности и нравственной ориентации обучающихся.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **СОЦИАЛИЗИРОВАННОСТЬ** | | |
| Задачи | Критерии оценивания | Методика оценивания результата |
| Содействовать обучающимся в процессе социализации | Социальная адаптированность и нравственная ориентация обучающихся | Тест для изучения социализированности личности учащегося (М.И. Рожкова) |

Необходимые условия реализации практики:

Хочется заметить, что в быстро меняющемся мире полной ясности не будет никогда. Неопределённость – это уже не абстрактное понятие, а условия жизни. Нужно приучать детей действовать в условиях неопределенности. Моя практика «Театр для жизни» решает эти задачи, развивая творческие способности и формируя гибкие навыки средствами современных образовательных технологий. Театр для жизни – это не просто подготовка к жизни, а подготовка к жизни в мире неопределённости, сложности, разнообразия. Своё выступление хочу закончить словами Экхарта Толле, которые передают суть всей моей работы: Когда неопределенность становится комфортной, в вашей жизни открываются безграничные возможности.