detkityumen.ru

Как быть, если ребенок не хочет идти в школу?

Уговаривать, заставлять или оставить в покое – разбираемся с психологом

С проблемой нежелания ребенка идти в школу рано или поздно сталкиваются все семьи. Если раньше с подобной трудностью чаще встречались родители подростков, то сейчас фразу "Не хочу в школу!" можно услышать и от дошкольника. Как мотивировать ребенка заниматься учебой и объяснить ему, что школьные знания в жизни обязательно пригодятся, объяснила психолог, семейный системный терапевт Татьяна Максимова, которая выступила спикером открытой лекции "Факультета осознанного родительства".

Эксперты онлайн-курса семинаров "Факультет осознанного родительства" продолжают помогать родителям разбираться в том, как выстраивать со своими детьми отношения, основанные на взаимном уважении и доверии. В течение двух месяцев в прямом эфире обсуждаются самые наболевшие вопросы воспитания и раскрываются секреты семейного взаимопонимания. Одной из самых дискуссионных стала **тема "Не хочу идти в школу!".**

- Процесс обучения и саморазвития, запускаемый с рождения, не останавливается ни на минуту. Первые навыки мы получаем от родителей и воспитателей, а затем от учителей в школе, педагогов в колледже или в вузе. Мы становимся профессионалами своего дела, но нет такого университета, где учат быть родителями. И довольно часто бывает так, что взрослые люди, успешные в своей профессии, сталкиваются с огромными трудностями в воспитании детей, о которых и не подозревали раньше. Родители должны везде успевать, обо всем знать, ничего не забывать и при этом умудриться не потерять собственное я. Помочь мамам и папам в их непростом деле призван наш проект "Факультет осознанного родительства": цикл онлайн-семинаров. Вместе с психологами мы разбираем проблемы взросления, отношений с детьми и с самим собой. Непростая ситуация возникает в семье, когда ребенок не хочет учиться или совсем отказывается идти в школу. При этом неважно, на каком этапе подготовки к школе или школьного обучения он находится. Последствия могут быть самые печальные. О том, можно ли избежать подобных трудностей и как это можно сделать, мы поговорили с **Татьяной Максимовой**, психологом, семейным системным терапевтом, – рассказывает **Елена Кашкарова**, руководитель семейного проекта "Создавая будущее".

Не хочу учиться!..

- Татьяна, как предостеречь себя и ребенка от подобных проблем?

- Этот вопрос действительно актуален для многих родителей и может возникнуть в любой момент обучения ребенка. При этом он достаточно непростой, поэтому начну несколько издалека. Когда дети заявляют, что не хотят идти в школу, нужно понять, что скрывается за этой фразой и почему ребенок ее произносит. Еще один момент, который родители должны для себя прояснить: чья это зона ответственности? Это сложность того, кто с ней столкнулся, то есть дошкольника или школьника, или система, в которой задействованы разные люди, тоже имеет отношение к этой ситуации?

- О какой системе идет речь? Родители, дети, учителя?

- В рамках этой темы сразу несколько составляющих. На первом месте – конечно, ребенок, но не менее важную роль играет семья, в которой он растет, развивается и которая является для него главным примером и

авторитетом. Это все родственники, а особенно родители, если мы говорим про ребенка дошкольного и младшего школьного возраста. Ну и третьей составляющей является, несомненно, школа.

- Расскажите, что происходит с ребенком, который оказывается в ситуации, когда у него нет желания учиться, а делать это нужно?

- Я бы предложила родителям задуматься: а те требования, которые они предъявляют ребенку, те ожидания, которые у них есть, действительно ли они соответствуют уровню детского развития? Мы очень часто сталкиваемся с тем, что дело вовсе не в том, что ребенок недостаточно развит, а в уровне амбиций каждого из родителей, не совпадающим с тем, какова реальность. Или бывает, из благих побуждений родители поднимают планку своих ожиданий так высоко, что детям очень сложно до нее дотянуться.

- Что могут сделать родители, чтобы не оказаться в этом противоречии?

- Важно четко понимать, что скрывается за уровнем готовности ребенка к школьному обучению или за уровнем его развития на определенном этапе. Эта проблема молодеет, мы сталкиваемся с ней уже у дошкольников, которые ходят на подготовку к школе. Поэтому лучшее решение проблемы – это профилактика. Когда ожидания родителей от своего ребенка слишком завышены, происходит демотивация. Так, если раннего развития слишком много и случается перебор, то у ребенка происходит так называемое опережение программы. Когда дети в пять лет выучивают всю программу первого класса, им становится скучно, неинтересно, соответственно, отпадает и цель – получение знаний, ради которых он ходит в школу. И тогда у детей в школе появляются новые цели и задачи, например развлекать себя.

- Играет ли в этом процессе свою роль момент выбора учебного заведения, к которому многие родители относятся очень серьезно? Нужно ли придирчиво выбирать школу или учителя для своего первоклассника?

- Выбор школ в нашем городе большой, с этим нет сложностей. Но не всегда родители учитывают тот факт, что гимназия может быть ребенку не под силу. И речь не только про интеллектуальный уровень, но и про психическую и эмоциональную готовность. Возможна и обратная ситуация, когда ребенок очень развит или одарен, но он оказывается в среднестатистической школе. На этом этапе родителям нужно быть внимательными к своим детям: наблюдать, оценивать уровень развития, смотреть на способности, изучать информационное поле с точки зрения образования и уже затем двигаться дальше.

Быть на стороне ребенка, а не собственных амбиций

- Давайте поговорим о тех случаях, когда подготовка ребенка, скажем так, недостаточна, потому что тогда и сложности в школе могут возникнуть с большей вероятностью.

- Начнем с того, что же такое готовность к школе? Под этим понимаются две важные составляющие. Во-первых, физическая готовность, которую можно оценить по содержанию медицинской карты, выданной ребенку после выпуска из детского сада. Если сложности со здоровьем есть, то я бы призывала родителей, которые всем сердцем любят своих детей и хотят для них только блага, найти школу своего уровня, а не отдавать ребенка в среднюю школу с намерением, чтобы он там подтянулся. Ему будет очень сложно справляться с нагрузкой, поскольку он уязвим физически и поэтому вынужден адаптироваться с точки зрения физиологии и плюс усваивать весь материал. Родителям важно находиться на стороне своего ребенка, а не своих амбиций.

- А каковы параметры психологической готовности дошкольника к учебе?

- Сюда относится сразу множество компонентов: личностные возрастные особенности, волевая готовность, которая зачастую важнее даже эмоциональной составляющей, поскольку процессы саморегуляции – это самые необходимые навыки, которые формируются в детском возрасте и важны на любом жизненном этапе. Учитывается и эмоциональная готовность взрослеть, обучаться, переходить на новый этап: здесь родителям важно заниматься профилактикой и "подращивать" не самого ребенка, но его самостоятельность. Следующий

компонент – коммуникативная готовность к школе – это вопрос, актуальный для деток, которые не посещали детский сад и другие дошкольные коллективы. Недостаток общения – это то, что легко поправляется, поэтому, если вашему ребенку еще нет семи лет, время обратить на это внимание есть. И, наконец, интеллектуальная готовность. Здесь можно обратиться к специалистам, но больше для диагностики этой самой готовности, для оценки которой есть четкие критерии, отражающие уровень развития необходимых навыков ребенка на данном этапе: умение классифицировать и обобщать, находить сходства и различия, уровень его словарного запаса и так далее. Наблюдайте за своим ребенком: насколько легко ему даются задания из детского сада, это даст представление о его готовности к обучению. Пренебрегать подготовкой к школе точно не стоит, потому что ее отсутствие вредит, сказывается на процессе адаптации, когда ребенок приходит в первый класс. Но важно помнить, что подготовка к школе должна быть сбалансированной.

- А должна ли быть у ребенка собственная мотивация к обучению в школе?

- Мотивационная готовность – это, пожалуй, главное, о чем мы сегодня говорим и то, над чем следует потрудиться до того момента, как ребенок пойдет в школу. Почему такое внимание уделяется подготовке к школе? Скажем, переход из класса в класс не волнует родителей так, как переход ребенка из садика в первый класс. Школа – это не только смена заведения, но и смена ведущей деятельности: взамен сюжетно-ролевой садичной игре приходит учеба. Семь лет – это период рождения социального "я", пора изменения социального статуса. Важно об этом помнить, потому что ребенку нужно время перестроиться. Любая адаптация – это стресс.

- Если родители в период адаптации своего ребенка к первому классу дадут ему максимум поддержки и постараются ничего не упустить, то поможет ли это ему в дальнейшем избежать нежелания учиться?

- Это важно, потому что именно в этот период закладывается мотивация к учебе и к школе, привычка к школьной системе в целом. Зачем вообще идти в школу – такой вопрос мы нередко слышим от детей, но его появления можно избежать, если учитывать все факторы и вехи развития ребенка. Если учеба воспринимается как естественный процесс, то и вопроса о ее необходимости у детей не возникает. Речь не о подростках, а о более младшем возрасте.

Лень, саботаж, сопротивление и нежелание учиться

- А о чем говорят слова родителей о том, что их ребенок ленится? Что стоит за этим?

- Я бы хотела предостеречь родителей от таких заявлений, потому что лень – это симптом, следствие, за которым кроется что-то очень большое, важное и ценное. Это как верхушка айсберга, а задача родителей – посмотреть, что скрыто под ним.

- Получается, за ленью может крыться, например, большая нагрузка, с которой детям сложно справиться и поэтому руки могут начать опускаться?

- Это родителям кажется, что отсидеть шесть уроков – пустяк. Но от ребенка школа требует сосредоточенности, многозадачности, быстрой переключаемости. Дети держат под контролем сразу несколько внутренних процессов: им нужно осваивать знания, ежедневно демонстрировать, насколько хорошо это у них получилось, учиться выстраивать отношения с другими людьми – учителями и сверстниками. Выдержать такую нагрузку детской психике не всегда просто. Иногда случается перегруз эмоций и информации, когда ребенок не выносит такого объема. Как результат – саботаж, сопротивление и нежелание учиться. В этот момент очень важна поддержка и внимание со стороны родителей к ребенку, потому что такие сигналы от детей – знак, что ситуацию нужно поисследовать. Главные вопросы тут: "Почему так происходит и что с этим делать?"

- Почему школьникам так трудно учиться?

- Проиллюстрируем ответ на этот вопрос примером. За время учебы в основной школе дети должны только по математике запомнить 270 понятий, 137 определений, 89 теорем, выучить 154 правила, освоить 82 типа математических задач, для чего им нужно решить примерно 8544 задачи. Не нужно забывать про этот объем.

Почему ребенку может быть тяжело учиться? Причиной может быть повышенная тревожность. Как показывает практика, это самый часто встречающийся фактор демотивации и нежелания учиться в школе. Тревожность может быть вызвана как детским страхом не оправдать ожиданий родителей, так и внешними обстоятельствами, на которые каждый ребенок реагирует по-своему, начиная от неудобной формы, некомфортного школьного туалета, потерянной ручки, непонятой темы или невыполненного домашнего задания до робости перед одноклассниками или учителем. Все это отвлекает от процесса обучения и может являться причиной детского нежелания идти в школу.

- Как родителям можно помочь своему ребенку, чтобы придать ему уверенности в себе?

- Семья и родители особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте являются для ребенка главным авторитетом. Да, с семи лет педагог тоже становится значимым для детей человеком, но это не делает авторитет родителя меньше. Как же могут мама и папа помочь своему ребенку? Стараться соблюдать некий баланс. Всё, что родители делают для детей, они делают из любви и стремления помочь. Но иногда это желание может выражаться, например, в чрезмерном контроле из-за потребности обезопасить детей или от внутреннего страха самого родителя, но ребенок это воспринимает как ограничение и ощущает как неверие в его собственные силы и стремление дать ему дополнительную опору. Кода дети вырастают, мы задаемся вопросом, откуда взялась низкая самооценка, неуверенность в себе. И тут снова хочется сказать о важности профилактики таких последствий и соблюдения баланса.

- В чем проявляется повышенная заботливость родителей, которой можно ребенку навредить с точки зрения формирования его уверенности в себе?

- Довольно часто мы сталкиваемся с тем, что родители слишком много делают за своего ребенка, в том числе выполняют домашнее задание. К примеру, нарисовать папе контурную карту за своего восьмиклассника, ведь ему уже пора ложиться спать, а уроки еще не сделаны. Я от всей души понимаю родителей, которые тем самым хотят добра своим детям и себе. Но как это может вредить? Ребенок не учится делать сам. У него не формируются навыки саморегуляции и не развивается воля, поэтому ему сложно дальше становиться самостоятельным.

- А можно ли помогать с уроками в качестве исключения? Или помогать не нужно совсем?

- Помочь и делать за детей – это большая разница. Конечно, помогать важно, потому что это говорит ребенку о том, что он не один, его поддержат, и он справится с задачей.

А если родители тоже "не хотят" в школу?

- Получается, родители могут как мотивировать, так и демотивировать своих детей? А в чем может проявляться нежелательное влияние домашней обстановки на успеваемость ребенка?

- Нередко мы выясняем, что причина нежелания ребенка учиться в школе кроется дома. Резкое снижение успеваемости и мотивации к учебе наблюдается и у подростков, и у школьников младшего возраста. Это может говорить о том, что у ребенка внутри что-то не в порядке и он хочет таким образом что-то сказать. Нередко это связано с родителями, ведь мы тоже живые люди. Причиной могут послужить и внешние обстоятельства, которых масса. Но важно помнить о том, что ребенок может принимать вину за то, что происходит в жизни родителей, на себя. Мама с папой ссорятся – виноват я: так это ощущают дети через призму своей природной эгоцентричности. В младшем возрасте дети даже не могут это осознать и уходят в состояние, которое для них непереносимо. Что получается? У ребенка на учебу попросту не остается сил. И родителям важно этот момент отследить, потому что за ним может следовать ухудшение детского здоровья.

- Повышенная тревожность родителей тоже отражается на внутреннем состоянии и учебе детей?

- Конечно. Мы, взрослые, боимся двоек и ругаем детей за плохие оценки, потому что не хотим показаться плохими родителями. Как же так? Наш ребенок плохо учится? Значит о нас будут говорить, что мы не научили

его? Мы боимся и транслируем это своим детям словами или без слов, поэтому важно обращать внимание не только на ребенка, но и на себя. Быть может, родителей самих в детстве ругали за плохие отметки, и теперь этот страх передается чаду? Или мама и папа боятся, что с их ребенком в школе что-то случится: его обидят, отругают, у него не получиться справиться с заданием, он кому-то не понравится или окажется не таким, как все. Все наши тревоги, словно вирус гриппа, передаются ребенку, и он начинает бояться, даже если раньше был спокоен.

- А если родители сами "не хотят" в школу? Им лень снова "учиться" писать, считать, привыкать к новому распорядку дня, рано вставать... Дети это тоже чувствуют?

- Да, мы сами того не замечая, частенько вспоминаем свою "ужасную" школу, чудовищных учителей, драки, двойки, контрольные и переносим все это на учебу своего ребенка. Мы раскрываем дневник и тяжело вздыхаем: "Опять эти проклятые уроки...", но при этом, как и полагается родителям, говорим чаду: "Нужно идти в школу, ты обязан делать уроки". Иногда случается другая ситуация: ребенок для мамы – единственный свет в окошке. Это часто встречается, когда дети, забота о которых раньше занимала все мамину жизнь, вдруг подрастают и собираются от нее отдаляться. Мама пугается, что ее жизнь станет пустой, и подсознательно мечтает, чтобы ребенок был с ней всегда. И так и случается: такие дети начинают болеть, пропускать школу, просятся побыть с мамой, ведь именно этого ждет от них самый главный для них человек.

Опять двойка!?..

- Расскажите, как родителям следует относиться к оценкам своего ребенка в школе?

- В этом вопросе важно оставаться со своим ребенком на уровне договоренностей и объяснений. Часто сталкиваюсь с вопросом, а можно ли дополнительно мотивировать и поощрять детей за оценки, например финансово? И мне хочется сказать, что оценка – это уже поощрение или наказание для ребенка, которое он переживает как некий полученный результат. И здесь нет необходимости в дополнительной мотивации или демотивации. Важно это отслеживать и проговаривать с ребенком. Еще одна распространенная ситуация, когда детям говорят: "Ты получил плохую оценку – мама расстроилась". Это выстраивает у детей определенную логическую цепочку: меня можно любить и принимать только при определенных условиях. И это очень опасно для дальнейшей жизни человека.

- А демотивирует личный пример родителей, когда они требуют с ребенка одно, но при этом сами этого не делают, а дети это видят?

- Конечно да. Когда родители отправляют ребенка в свою комнату делать уроки, а сами в это время сидят в телефонах, то какие сообщения они несут своим детям, какие установки формируют? "Я не люблю читать". "Школа мне никогда не нравилась". "Опять ранние подъемы". "Мне скучно читать что-то познавательное: я лучше телевизор посмотрю". Важно это подмечать, ведь пример родителей может быть мотивирующим, когда взрослые и сами продолжают учиться, так и демотивирующим, когда в доме нет книг, никто не читает. Или когда родители говорят: "Да ты ничего не хочешь!..", а ребенок чувствует, что его обесценивают, что ему нельзя ошибаться. Одна из важнейших задач – соблюсти состояние безопасности. Ошибаться можно: и родителю, и ребенку, это важнейшее условие дальнейшего развития и мотивации к школе.

- А атмосфера в школе тоже сильно влияет на детскую мотивацию?

- Атмосфера в школе бывает разная, в том числе и демотивирующая, когда класс подбирается так, что в нем не принято хорошо учиться или складывается агрессивная конкурентная среда, возникают ссоры и конфликты с одноклассниками и учителями. Поэтому важно разговаривать и с ребенком, и с учителем, спрашивать у педагога, как сын или дочка чувствует себя на уроках, как ведет себя на переменах, как общается с другими детьми и как ему или ей удается командная работа.

- Как родители могут помогать ребенку учиться, чтобы эта помощь была ему на пользу? Чего делать не следует, а что все-таки можно?

- Каждый ребенок – это индивидуальность, поэтому то, что хорошо для одного, может оказаться совершенно неприемлемым для другого. И сравнивать своего ребенка можно только с самим собой. Чего точно делать не стоит – это выполнять работу за него. Можно только направлять и организовывать его внимание, воспитывать чувство ответственности. Родителю важно отслеживать, как он транслирует собственное ответственное поведение: доводит ли начатое до конца, держит ли данное слово – например, если принял решение ввести какое-то ограничение, то как его придерживается, как выполняет правила, принятые в доме. Такие бытовые моменты – это уже база и подспорье для того, чтобы ребенок, который пошел в школу, мог легче справляться. Не запугивайте детей. Учение из страха быть наказанным приводит к тому, что у ребенка вырабатывается отвращение к школе. Не ругайте за плохие отметки. Очень важно по достоинству оценивать знания. Когда ребенок испытывает чрезмерное давление, то испытывает стресс, а стресс отупляет, и никакие знания не откладываются в голове ни при каком желании. И получается замкнутый круг. Чтобы такого не происходило, нужна только поддержка и одобрение, совместная работа.

- Мы поняли, что атмосфера в доме важна для успешной учебы и мотивации ребенка, а важна ли организация домашнего учебного процесса?

- Режим дня, организованное рабочее место и пространство, прогулки, переключение видов деятельности, отдых – все это важно. Это не пустые слова, это то, что необходимо и с точки зрения физического и психического состояния ребенка. И, конечно, любите своего ребенка настоящим – таким, какой он есть.

- А могут ли родители заинтересовать ребенка учебой?

- Здесь важен личный пример, беседы о перспективах. Разговаривать с ребенком нужно как с равным, договариваться и объяснять. Поощрять нужно не только за результат, но и за любое достижение, каждый маленький шаг, сделанный в процессе. Стоит видеть труд ребенка и отмечать его.

Спрашивали – отвечаем

В рамках онлайн-лекции "Факультета осознанного родительства" психолог, семейный системный терапевт Татьяна Максимова ответила на вопросы родителей, присланные к прямому эфиру.

- Как быть родителям подростков, когда ребенок перестает получать в школе знания, его успеваемость снижается? Как можно помочь ему вернуть мотивацию к учебе?

- Необходимо понять, что под этим скрывается, исследовать, что случилось: спрашивать, разговаривать с ребенком. При этом понимать, что вполне возможно за этим стоит какая-то проблема: ссоры, конфликты, буллинг. А уже поняв, в чем заключается сложность, двигаться в эту сторону. Да, авторитет родителя в глазах подростка снижен, на первое место для него выходит интимно-личностное общение со сверстниками. Но решение будет всегда лежать через диалог, вот что главное в подростковом возрасте. Очень часто саботаж учебы может быть и криком в адрес родителя, когда ребенок не может достучаться до взрослых другим способом, иначе сделать так, чтобы на него обратили внимание и увидели в нем не только ученика или ученицу, но и личность.

- Ребенок с первого класса говорит, что ему скучно в школе. Интереса и мотивации к учебе нет, хотя учится в целом хорошо. Что можно предпринять родителям?

- Я бы предложила вместе с ребенком поискать мотивацию и интерес, в том числе и за пределами школы. И посмотреть на ситуацию шире: удается ли ребенку в том окружении, в котором он находится, замечать позитивные моменты. Возможно, это переподготовленность, а возможно и звоночек о том, что в семье есть чрезмерное давление или родители ребенка не слышат. Можно поговорить с классным руководителем, спросить ее мнения по данному вопросу и вместе поискать варианты выхода из положения, чтобы выйти на интерес.

- Ваше мнение насчет специализированных школ и классов. Что полезнее с точки зрения мотивации ребенка к учебе и с точки зрения багажа знаний: классическая школа или профильная гимназия?

- Если говорить о детях младшего школьного возраста, то я бы видела в профилизации риски, потому что есть принятые стандарты образования. А вообще, сейчас существует проблема ранней профориентации. Дети уже в восьмом классе должны понимать, какой профиль им дальше выбирать. И это сложно. Специализированные школы позволяют своим ученикам сформировать более четкое представление о конкретном профессиональном направлении, и это плюс.

- Как помочь своему ребенку, которому неинтересно учиться?

- Под словом "скучно" у каждого ребенка будет скрываться свой ответ. Подстроить школу как систему под себя, увы, не получится. Я бы учила ребенка смотреть вокруг и уметь находить то, что его интересует, причем делать это не только в рамках учебного процесса, но и в обычной жизни. И, конечно, важно показывать детям этот навык и умение своим примером в первую очередь.

Прослушать полную лекцию спикера цикла онлайн-семинаров "Факультет осознанного родительства" психолога, семейного системного терапевта Татьяны Максимовой и ознакомиться с ответами эксперта на вопросы зрителей, присланные к прямому эфиру, можно на ютуб-канале сайта для тюменских родителей "Детки!", также можно просмотреть презентацию выступления эксперта.

Фото Getty Images

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/psiholog/5481/