



Ukids

КАК ВЕРНУТЬ ИНТЕРЕС К УЧЕБЕ И ПОКОЙ В СЕМЬЮ?

руководство для родителей,
чьи дети не хотят ходить в школу
и делать уроки

Очень много родителей младшеклассников сталкиваются с проблемой: их дети не хотят ходить в школу, делать уроки, дополнительно заниматься и вообще учиться.

🙄 Родители не могут заставить ребёнка заниматься «как следует», кричат и ругаются, а потом мучаются чувством вины.

☹️ Но крики и наказания не помогают. Кажется, что это замкнутый круг.



“

«Он лентяй, делает только то, что ему интересно. Начинаю объяснять спокойно — не понимает, нередко всё заканчивается моими угрозами и его слезами. Устали все»

”

“

«Приходит с продлёнки и не хочет ничего прописывать, чтобы исправлять почерк. Ему не нужен красивый почерк!»

”

“

«В выходные не заставишь делать уроки и заниматься дополнительно, всё из-под палки»

”

“

«Дочь совершенно не старается, делает домашку быстро, небрежно, чтобы поскорее отстали. А это только 2 класс. Что будет дальше?»

”

“

«Сын не делает уроки сам, а когда я сажусь с ним, говорит, что я его замучала»

”

**Как привить ребёнку интерес к учёбе,
а родителю стать спокойнее в
вопросах, связанных со школой и успеваемостью?**

Ниже перечень важных принципов, которые в этом помогут.



Ukids

ПРИЧИНЫ ОТСУТСТВИЯ ИНТЕРЕСА К УЧЁБЕ, НИЗКОЙ УСПЕВАЕМОСТИ И НЕЖЕЛАНИЯ ДЕЛАТЬ УРОКИ

1. Не может учиться так, как того хотят взрослые

Лобные доли мозга ребёнка 7-10 лет ещё не сформированы. Именно они отвечают за программирование, контроль и регуляцию. Это значит, что ребёнок физиологически пока не в состоянии заставлять себя учиться: делать то, что неинтересно или сложно. Воля «я должен» как психическая функция до конца не сформирована. Ребёнку нужна помощь в этом.

2. Не знает, зачем ему учиться

У детей младшего школьного возраста не развита внутренняя мотивация к обучению. Они действуют только на интересе и желании порадовать значимых взрослых: родителей и первого учителя. Если ребёнка стимулируют только внешней мотивацией (отметки, похвала, замечания, критика) и не помогают сформировать внутреннюю познавательную мотивацию — с желанием учиться будут сложности. Важно найти курсы, кружки, секции, преподавателя, который справится с этой задачей.

3. Переутомляется от высокой нагрузки

Суточная учебная нагрузка на учащихся начальной школы сегодня составляет 8 часов. Это почти вдвое выше нормы, и намного больше, чем было в нашем детстве. В сочетании с внешкольными дополнительными занятиями получаем физическую усталость и эмоциональное истощение. Результат — нет сил учиться.



Ukids

4. Демотивируется завышенными ожиданиями и требованиями

Современные родители отличаются крайне высоким уровнем ожиданий от своих детей в плане учёбы. Нам редко бывает «достаточно хорошо». Дети это считывают и либо пытаются достичь недостижимого идеала, либо «машут на себя рукой».

5. Теряет естественный интерес из-за сравнений и оценок

Сравнения убивают мотивацию и интерес к познанию нового. К сожалению, традиционная школьная система во многом построена на публичном сравнении: зачитывание оценок вслух, прямые сравнения учителя: «Смотрите, как это делает Петров», гонка среди родителей: «А мой закончил четверть всего с одной четвёркой и получил медаль за 1 место по дзюдо». Дети во всём этом стремительно теряют уверенность в себе и возможность сформировать познавательную мотивацию.



НАУЧИТЬ УЧИТЬСЯ И РАЗВИТЬ ЕСТЕСТВЕННЫЙ ИНТЕРЕС — КЛЮЧЕВАЯ ЗАДАЧА ВЗРОСЛЫХ В ПЕРИОД НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Мы переживаем серьезный кризис образовательной системы: общество стало цифровым, а образование осталось на уровне индустриального. Для успешного процесса обучения родителю важно изменить прежде всего свой подход к образованию ребёнка.

● Контакт и правильная поддержка

Чтобы у ребёнка были силы на учебную деятельность и преодоление сложностей, ему важно знать, что его всегда услышат и поддержат дома. Будьте на стороне ребёнка, применяйте метод «активного слушания», правильно поддерживайте и поощряйте (не молодец, что получил пятерку, а молодец, что разобрался с такой сложной темой), дайте знать, что его успеваемость никак не повлияет на ваши детско-родительские отношения.

● Следование за интересом

У младших школьников большие способности к неожиданным обобщениям и ассоциациям, высокая синтетичность восприятия любого предмета. Давайте ему больше информации об окружающем мире, позволяя самому выбирать занятия и кружки и менять их, если стало неинтересно. Помните: чтобы развить интерес, нужно глубже копать.



Ukids

● Обучение целеполаганию и умению видеть прогресс

Важно научить ребёнка замечать свои успехи (даже микроуспехи) и видеть прогресс. Ещё Ушинский отмечал, что «только успех поддерживает интерес ученика к учению». Используйте для этого различные трекеры, графики, дневники успеха. Тренируйте навык целеполагания с помощью карты желаний.

● Развитие soft skills

В современном мире важно нарабатывать в первую очередь soft skills: навыки кооперации, общения, планирования и целеполагания. Разговаривайте с ребёнком о нём самом, его самооощущении, задачах, месте в жизни и в коллективе. Идеальный вариант — индивидуальная образовательная стратегия.

● Режим и планирование

Приучайте ребёнка к четкому распорядку дня. Это поможет не только легче справляться со школьной рутинной, меньше уставать и больше успевать, но и разовьёт у него навыки тайм-менеджмента, важные для успешной взрослой жизни.



ПРИЧИНЫ РОДИТЕЛЬСКОЙ ТРЕВОГИ ИЗ-ЗА УСПЕВАЕМОСТИ, ПЛОХИХ ОЦЕНОК И НЕСДЕЛАННЫХ УРОКОВ

Существует одна главная причина, связанная с ребёнком — это страх за его будущее. Он происходит из устаревшей установки, что хорошая учёба гарантирует хорошее будущее. Остальные причины связаны с личностью самого родителя.

Эмоциональный симбиоз

Родитель не может эмоционально отделить себя от ребёнка и все его сложности переживаются как собственные. Такой родитель не может помочь ребёнку справиться с его эмоциями.

Страх осуждения окружающими,

в первую очередь учителями и своими собственными родителями.

ТРЕВОГА ЗА СЕБЯ

Страх школы у родителя

Особенно присущ тревожным, высокочувствительным, неуверенным родителям, которые боятся отпускать ребёнка в школу, где не поймут, не полюбят, обидят.

Ощущение себя «плохим родителем»

восприятие успеваемости как критерия родительской успешности.



АЛГОРИТМ ПОВЕДЕНИЯ, КОГДА НАКРЫВАЮТ СИЛЬНЫЕ ЭМОЦИИ И ХОЧЕТСЯ НАКРИЧАТЬ НА РЕБЁНКА

1. Прервите контакт

При первых признаках сильной ярости, гнева, раздражения выходите из контакта. Буквально уходите из комнаты. Повторяйте мантру: «Прямо сейчас я ничего не решу, сначала надо успокоиться».

2. Почувствуйте свое состояние

Обратите внимание на своё дыхание и руки. Как правило в этот момент руки напряжены, горло сжато, а дыхание поверхностное и быстрое.

3. Расслабьтесь

Важно расслабить тело: сделать несколько глубоких вдохов и выходов, расслабить руки, потрясти кистями, сделать несколько глотков воды.

4. Возьмите тайм-аут

Взять тайм-аут на 5 минут, не принимать никаких решений, отвлечься от ситуации.



Ukids

КАК РОДИТЕЛЮ ПОМОЧЬ САМОМУ СЕБЕ ДОЛГОСРОЧНЫЙ ПЛАН ДЕЙСТВИЙ



«...нет особой причины для родителей беспокоиться о том, что им важно дать какой-то «старт» ребенку: в современном мире жизненный успех мало коррелирует со школьной успешностью»

Людмила Петрановская,
психолог, педагог и публицист



1. Откажитесь от желания решить всё здесь и сейчас

Когда вы в моменте остро реагируете на какую-то ситуацию, приучите себя вслух повторять мантру: «Прямо сейчас мы ничего не решим, сначала надо успокоиться». Дайте эмоциям схлынуть и только потом, на холодную голову, начинайте думать о том, как исправить ситуацию.

2. Разберитесь с целями и задачами обучения

Какие результаты вам важно получить? Чтобы ребёнок получил отличный аттестат и поступил в хороший вуз или развил социальные и гибкие навыки? Что приоритетнее? Если и то, и другое — то как это совместить в реальной жизни. Ответы помогут сформулировать подходящую именно вам стратегию поведения.

3. Повышайте свою родительскую компетенцию

Чем больше понимания, тем ниже тревожность. Изучайте соответствующую литературу, смотрите тематические лекции на ютуб, ходите на консультации к психологам.



Ukids

В Академии Ukids дети от 7 до 13 лет осваивают основные гибкие навыки по 12 направлениям: от эмоционального интеллекта и самоорганизации, до критического, финансового и экологического мышления.



Работая раз в неделю в мини-группах с опытными наставниками, дети закладывают фундамент для успешного будущего и раскрывают свой индивидуальный потенциал.

Программа разбита на 4 тематических блока:

- тренировка навыков коммуникации и работа в команде;
- развитие креативности и гибкого мышления;
- умение понимать и справляться со своими эмоциями;
- умение брать на себя ответственность, делать выбор и принимать решения.



Дети занимаются под руководством опытных педагогов, которые имеют не только профильное образование и большой опыт работы, но и специальную подготовку по развитию гибких навыков.

Помимо работы с детьми UNITS KIDS проводят ежемесячные встречи с родителями и специальные психологические консультации на тему детско-родительских отношений

Помогите ребенку уже сейчас начать понимать свои эмоции и справляться с ними на нашем недельном курсе «Управление эмоциями»



Ukids

Вместе — лучше!
Мы пишем для вас

