

Как оказать ребенку помощь в обучении в школе?

Когда учеба приносит детям радость или хотя бы не вызывает негативных переживаний, связанных с осознанием себя неполноценным, недостаточным любви, тогда школа не является проблемой.

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.

Что не надо делать.

1. Ни в коем случае не сравнивать его посредственные результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми (вспомните свое детство).

2. Сравнивать ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем - 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями.

Родители должны терпеливо ждать успехов, ибо на школьных делах чаще всего и происходит замыкание порочного круга тревожности. Школа должна очень долго оставаться сферой щадящего оценивания. Болезненность школьной сферы должна быть снижена любыми средствами: снизить ценность школьных отметок, то есть показать ребенку, что его любят не за хорошую учебу, а любят, ценят, принимают вообще как собственное дитя, безусловно, не за что - то, а вопреки всему.

Как это можно сделать?

1. Не показывать ребенку свою озабоченность его школьными успехами.

2. Искренне интересоваться школьной жизнью ребенка и смещать фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий и т.п.

3. Подчеркивать, выделять ту сферу деятельности, где ребенок больше успешен (например, спорт, рисование, пение, собирание конструктора и т.п.), помогая тем самым обрести веру в себя.

Это поможет снижению тревоги, а так как ребенок на уроках все же работает, то у него накапливаются некоторые достижения. Благодаря этому, можно предупредить самый отрицательный результат - неприятие, отвержение школы, которая в подростковом возрасте может перейти в асоциальное поведение.

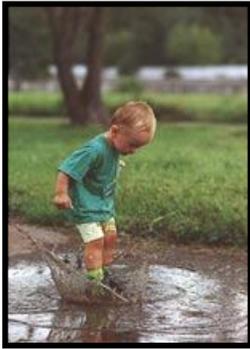
Чем больше мы пытаемся воспитывать, давить, тем больше растет сопротивление, которое проявляется иногда в резко отрицательном, ярко выраженном **демонстративном поведении**: истеричность, капризность порождается отсутствием любви, внимания, ласки, понимания в жизни ребенка. Каждый случай лучше рассматривать индивидуально.

Общие рекомендации.

1. Четкое распределение, регуляция родительского внимания к ребенку по формуле «уделять ребенку внимание не только, когда он плохой, а когда он хороший, и больше, когда он хороший». Здесь главное - замечать ребенка, когда он незаметен, когда он не выкидывает фокусов, надеясь привлечь внимание. Все замечания свести к минимуму, когда ребенок «фокусничает», а главное - к минимуму свести эмоциональность ваших реакций, ибо именно эмоциональности ребенок и добивается. Эмоциональность для такого ребенка не наказание, а поощрение его способа привлечения внимания. Наказывать за истерики одним способом - лишением общения -, причем делать это спокойно, без сарказма. Главная награда - это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, что-либо делает. Хвалите его деятельность, работу, а не самого ребенка. («Мне нравится твой рисунок», «Мне приятно видеть, как ты занимаешься со своим конструктором» и т.д.).

2. Ребенку желательно найти сферу, где он мог бы реализовать свою демонстративность (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.).

Если вы правильно выполняете изложенные здесь рекомендации, результат появляется обязательно, однако не ждите его слишком скоро – вам нужно время.



Ваш ребенок чрезмерно активный, вспыльчивый, импульсивный или невнимательный?

Можно перечислить целый ряд вероятных причин такого поведения малыша. Оно может быть связано с расстройствами слуха (хроническое воспаление среднего уха) или зрения, заболеванием щитовидной железы, скукой, депрессией, тревогой, страхом, интоксикацией свинцом, насильственными действиями на сексуальной почве, психическими заболеваниями или побочным действием некоторых препаратов.

Другой возможной причиной невнимательности и неусидчивости ребенка может быть заболевание, под названием - **синдром дефицита внимания и гиперактивности**. Ребенку, страдающему такими расстройствами, трудно сосредоточиться на чем-либо, спокойно сидеть на месте или выполнять чужие указания. Чрезмерная активность на фоне нарушений внимания приблизительно в пять раз чаще встречается у мальчиков, чем у девочек. Эти расстройства могут обнаруживаться еще до того, как ребенок начинает ходить, и могут продолжаться по достижении им взрослого возраста. Никто не может сказать, почему возникают эти расстройства. Некоторые ученые предполагают, что дело здесь в нарушении функций мозга в его лобной части. Вместе с другими отделами мозга эта область отвечает за контроль движений и внимания. Диагностировать данное заболевание должен только специалист. Следует отметить, что чем раньше выявили заболевание и начали лечение, тем выше вероятность выздоровления.

Лечебные воздействия для смягчения и устранения симптомов.

Если вы подозреваете, что у вашего ребенка имеются явления повышенной активности вследствие дефицита внимания, обратитесь к педиатру. Вы можете узнать, например, что будет достаточно подобрать ребенку новую пару очков или назначить другие препараты, чтобы восстановить порядок в семье. Если все-таки будет установлено наличие указанного синдрома, то существуют различные виды лечения, которые помогут вам в данной ситуации.

Используйте метод поощрения.

Мотивация поступков ребенка с чрезмерной активностью и неустойчивым вниманием хорошо регулируется системой поощрения. За правильное поведение или выполнение какой-либо задачи ребенок может получить вознаграждение в виде дополнительного часа просмотра телевизора, прогулки и т.п. При использовании этих методов следует иметь в виду, что поставленные задачи должны соответствовать возможностям ребенка, а вознаграждение должно осуществляться незамедлительно. Если ребенок не получает положенного ему вознаграждения в течение трех недель, ему трудно осознать, почему он старался вместо неправильных действий совершить что-то хорошее.

Постарайтесь избегать скандалов.

Неусидчивые дети часто отличаются неуравновешенностью. Есть простой способ смягчить эти расстройства. Нужно удалиться куда-нибудь на то время, когда у ребенка возникает вспышка гнева. Если ребенок пойдет следом за вами в другую комнату, закройте в ванной или спальне, так, чтобы он не мог добраться до вас. Когда ребенок увидит, что некому наблюдать за его спектаклем, его раздражение быстро пройдет. Таким образом, можно дать понять ребенку, что он должен сам успокоиться, и вы увидите, что это в действительности происходит.

Будьте осторожны в отношении критических замечаний.

Если даже ваш ребенок не слишком хорошо справляется с задачей или ведет себя неидеально, постарайтесь все-таки похвалить его. Так, если на обувание ему понадобится 30 минут, постарайтесь избегать таких выражений, как: "Посмотри, сколько времени ты тратишь на то, чтобы надеть ботинки!" Вместо этого попробуйте сказать: "Ну вот, теперь ты, наконец, надел ботинки. Я был уверен, что ты справишься с этим. Но давай посмотрим в следующий раз, сможешь ли ты сделать это немного быстрее". Даже если вы уверены на 200%, что это достижение является плодом ваших усилий, не забудьте сказать ребенку, что он справился с задачей.

Занимайтесь с ребенком специальными упражнениями.

Многие неусидчивые дети не имеют правильного представления о времени и скорости. Если вы попросите такого ребенка быстро пройти по комнате из одного конца в другой, а потом в обратном направлении медленно, то вряд ли он поймет различие. Здесь на помощь ему могут прийти упражнения по релаксации - глубокое дыхание.

Соблюдайте правило: разбивать задачи на несколько небольших частей. Дети с повышенной двигательной активностью способны концентрировать внимание лишь в течение очень короткого времени. Им трудно выполнять сложные инструкции. Если ребенку предстоит решать 5 задач по математике, давайте ему по одной задаче, распределяя все задание равномерно в течение вечера, пока он полностью не выполнит его. Кроме этого, если вы просите ребенка что-то сделать, давайте ему простые и краткие инструкции. Если ваши указания выходят за пределы одного предложения, они считаются слишком длинными для детей с этими расстройствами.

Желаем удачи!

ПАМЯТКА

РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

-  **Поддержите в ребенке его стремление стать школьником.** Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
-  **Обсудите с ребенком те правила и нормы,** с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
-  **Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться.** Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
-  **Составьте** вместе с первоклассником **распорядок дня,** следите за его соблюдением.
-  **Не пропускайте трудности,** возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
-  **Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха.** В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
-  Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, **не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией** к учителю или школьному психологу.
-  **С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы.** Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
-  **Учение — это нелегкий и ответственный труд.** Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.