

# «Не хочу учиться!»

Как родителям и детям грамотно вернуться к школьным занятиям?

Татьяна СОКОЛОВА

«Я не хочу в школу» — с такими заявлениями детей нередко сталкиваются родители в начале учебного года. Как сделать переход ребёнка из состояния отдыхающего в состояние учащегося менее болезненным, «ОГ» рассказала Вероника ШНЯК, педагог-психолог екатеринбургской гимназии № 210 «Корифей».

— В отношении ребёнка в школе и в воспитании вообще большую роль играет эмоциональный климат семьи. Поэтому в теме «Школа» важен позитивный настрой родителей, бабушек, дедушек. Беспокойство первоклассника, негативизм подростка в школе — все эти переживания могут стать более понятными родителю, если он неформально интересуется жизнью ребёнка и в культуре семьи принято разговаривать, — говорит Вероника Шняк.

— Часто родители не знают, как начать такой разговор...

— Есть специальные коучинговые или, проще сказать, развивающие вопросы, которые расширяют сознание, понимание себя, своих действий. Например: «Что будет возможно, когда ты научишься читать?», «Как, если ты будешь знать биологию, изменится твоя жизнь?». Я, как профессиональный коуч, включаю эти вопросы в общение с учениками. Интересно, что даже у малышей зачастую уже есть ответы. Например, на вопрос: «Что будет возможно, если ты научишься писать?», один мальш ответил: «Теперь я смогу сам написать письмо Деду Морозу». У детей постарше уже более серьёзные ответы. В каких-то случаях ро-



Очень часто начало учебного года для ребёнка — вовсе не праздник, а большой стресс. Но психологи уверены, что при соблюдении простых правил этого можно избежать

дители могут и подсказать, дав возможность выбрать из нескольких вариантов. Главное — определить актуальную потребность ребёнка. Тогда его стремление узнать, овладеть навыками будет более осознанно и желаемо. Важно, чтобы разговоры о школе были в позитивной обстановке, а не в момент, когда родитель уставший, и из «родительских обязанностей» он «интересуется»: как дела в школе? Ученика начальной школы можно сформировать положительную связь: «разговор о школе» — «приятная беседа с родителем» — «приятное времяпрепровождение». Такие разговоры можно включить в семейные походы в кафе, парк, но это не должно быть «обязательной программой», живой интерес родителя и отклик ребёнка — вот главное в беседах.

— А на неуспехи школьников родителям как реагировать?  
— Желательно спокойно, не забывая об искренности. Конечно, это не всегда просто, все мы живые люди, можем уставать на работе, а тут ещё и дома расстройство. Но фразы: «Сядь наконец за уроки», «Я тебе тысячу раз говорила...» — неконструктивны, родитель лишь временно сбросит напряжение. Однако ребёнок не будет таким образом замотивирован, более того, он постепенно начнет отдаляться и воспринимать интерес родителей к школе в негативном ключе. Это одна из основных ошибок родителей, причём не только в период возобновления учёбы. Есть техника «Я-высказывания», овладев которой, родители улучшат качество отношений не только с детьми.

— Какие ещё ошибки могут допустить родители?  
— Во-первых, отсутствие согласованности между мамой, папой, бабушкой и дедушкой, если последние тоже принимают активное участие в воспитании. Нельзя, чтобы мама в разговоре наводила ребёнка на мысль, что учиться надо хорошо, а папа говорил, что он учился на двойки, но «состоялся». Сегодня и так происходит инверсия ценностей, детям очень сложно ориентироваться в «хорошо/плохо», потому что дома говорят одно, по телевизору — другое, а друзья — третье. Поэтому ведущую роль в этом должна играть семья. Во-вторых, родительская непоследовательность. Это особенно важно в случае с первоклашками и учениками начальной школы. Если родители решили дома с ними позаниматься, то на все

внезапные ситуации, например, звонки с приглашениями куда-то пойти, приход гостей — надо реагировать грамотно. Понятно, что в жизни всякое бывает, но в таком случае с ребёнком надо обговорить, когда вы продолжите. Малыш иначе просто не понимает, зачем нужен режим.

— К слову о режиме, стоит ли его менять?

— Безусловно, режим, особенно в случае с первоклашками, должен стоять на первом месте. Подъём, отход ко сну — важные составляющие в готовности ребёнка перенести учебную нагрузку в течение дня. Развлечения можно перенести на выходные, а в будни делать развивающие задания. И здесь тоже очень важно, чтобы сами родители или тот, кто сопровождает режим ребёнка, были организован-

ные, собранные. Потому что ребёнок будет копировать их поведение.

— Сложности возникают не только у родителей первоклашек, родителям подростков бывает ещё труднее. Как настроить на учёбу ребёнка 12-15 лет?

— С ними в первую очередь тоже нужно разговаривать. В подростковом возрасте человек учится общаться. Если ребёнок не хочет идти в школу даже ради общения — у родителей должен возникнуть вопрос «Почему?». Подростку не нужны морали и назидания. Самый лучший способ — мотивационные вопросы, рассуждение о ситуации вместе с ребёнком, рассказ о своём опыте. Даже если подросток в беседе демонстрирует, что ему не важно, интересуется ли мама, например, его успехами или нет, то в его «жизненную копилку» всё равно попадает понимание о родительском неравнодушии.

— Для многих школьников учебный год ещё не начался: сейчас самое модно уезжать на море вместе с детьми в начале сентября — в бархатный сезон. И ребята приходят в школу только к середине месяца. Как вы к этому относитесь?

— Я не поддерживаю такую традицию — в бархатный сезон уезжать куда-то вместе со школьниками. Конечно, ребёнок отдохнёт, но ему потом ещё труднее будет втянуться в учебный процесс. Потом придётся догонять, учиться, когда друзья гуляют — это породит новые проблемы. Особенно не стоит этого делать, если вы знаете, что у ребёнка есть какие-то сложности с успеваемостью, усвоением материала.

\*Техника «Я-высказывания» подразумевает осознание формулировку, которая передаёт другому человеку ваше отношение к событию без оценки

## 90 процентов абитуриентов приходят в вуз с родителями

Задача родителей — подготовить ребёнка к взрослой жизни. Первый ответственный шаг после получения аттестата зрелости, как правило, — выбор профессии и учебного заведения. В последние годы этот выбор за ребёнка зачастую делают мамы и папы.

— Когда мы были студентами, некоторые родители даже не знали, где вуз находится. А сейчас 90 процентов абитуриентов приходят подавать документы с родителями. Сын говорит: «Ой, какая специальность интересная». А мама: «Нет-нет, нужно поступать на другую». И делает выбор за сына, — поделилась своими наблюдениями ректор Уральского аграрного университета Ирина Донник.

Инфантилизацию поступающих отмечает и начальник отдела «Приёмная комиссия» Уральского государственного педагогического университета Илья Бабёв. По его словам, родители порой просто вынуждены выбирать профессию сыну или дочери, потому что сами дети ничего не хотят и не ориентируются в специальности:

— Бывает, принимающий документы спрашивает: «На какую специальность вы поступаете?». А у абитуриента встречный вопрос: «А куда можно с ЕГЭ по русскому языку, математике и обществознанию?». Принимающий: «На физику пойдёте?» Абитуриент: «Ну, ладно...». При этом видно, что он явно гуманитарий. Но ему абсолютно всё равно.

Ещё хуже дело обстоит, когда нужно следить за списками поступающих, чтобы понять, где какой конкурс, и решить, куда отнести оригинал аттестата. Особенно, если документы поданы в пять вузов и в каждый — на три направления. Часто следят за 15-ю списками также родители. А если не следят, бывают печальные случаи.

— Звонит молодой человек и спрашивает: «Почему меня не зачислили, у меня же высокие баллы?». Ему отвечают, что он не представил оригинал аттестата. Юноша с удивлением: «Я ждал, что вы мне позвоните», — отмечает Илья Бабёв.

По мнению ответственного секретаря приёмной комиссии Уральского государственного педагогического университета Павла Кузнецова, эта проблема во многом обусловлена тем, что ребята вынуждены выбирать прежде всего не профессию, а предметы для ЕГЭ, и сделать это нужно очень рано, в 15-летнем возрасте.

**ВАЖНО!** Мы приглашаем читателей к разговору об инфантилизации молодёжи. Присылайте нам свои мнения на этот счёт и предложения, как преодолеть эту проблему. Кроме того, ждём ваших писем о том, какие семейные проблемы вы хотели бы обсудить на страницах «ОГ».

Елена АБРАМОВА

**ЭТО МЕСТО ПРОДАЕТСЯ!**  
Аукцион  
Стартовая цена — **5 000 рублей**  
Аукцион  
Тел: (343) 262-70-00

## Порядок в доме по японской методике

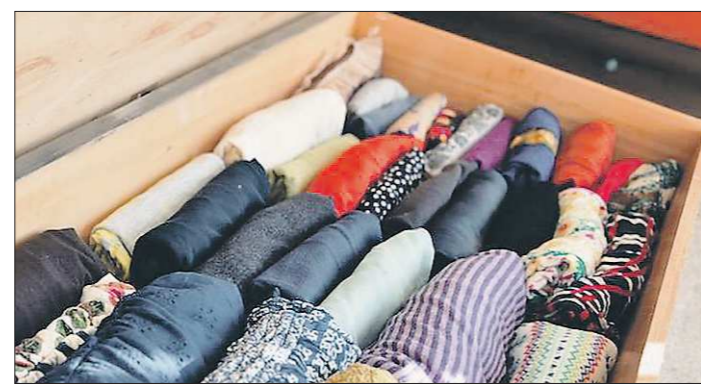
Алёна ХАЗИНУРОВА

Казалось бы, наводить чистоту в доме все умеют с самого детства, никакой «велосипед» в этом деле уже не избобрести. Однако в последнее время в магазинах всё чаще встречаются книги о том, как оптимизировать уборку, а Интернет пестрит статьями на эту тему. Их авторы на полном серьёзе советуют, с какого угла дома нужно начать мыть пол, чтобы потратить меньше усилий, или какой способ вытирания пыли наименее энергозатратный.

Одна из модных сегодня книг — «Магическая уборка. Японское искусство наведения порядка дома и в жизни» японки Мари Кондо. Автор утверждает, что её метод поможет навести порядок не только в квартире: «Приведение дома в порядок позитивно воздействует

на все остальные аспекты жизни — включая работу и семью». Основная мысль Мари Кондо — надо избавляться от ненужных вещей, оставляя только те, с которыми есть глубокая эмоциональная связь. Особенно это актуально для тех людей, квартиры которых забиты одеждой, журналами и сувенирами, и для помещенных, в которых мало воздуха и свободного места.

— Однажды я поймала себя на мысли, что хочу купить ещё один шкаф для вещей — так их было много, — рассказала «ОГ» жительница Екатеринбурга Катерина Чистякова. — Тогда я поняла, что надо что-то менять, и нашла книгу Мари Кондо. Первым делом я разобрала полки с косметикой, выкинув или раздав подругам половину из неё. Поняла, что мне не нужны три флакона масок, если я пользуюсь только одной. У автора очень радикальный подход к уборке, она считает, что всё, чем вы не пользуетесь



Хранить одежду в шкафах советуют, складывая вещи не горизонтально стопками, а вертикально — как книги на полке. Это значительно сэкономит место, позволит легко видеть все вещи и доставать их, не сминая остальные

часто, надо выкинуть. Я с ней не во всем согласна. Например, если даже я не перечитываю какую-то книгу каждый день, я не готова от неё избавиться. У моих родителей была большая библиотека, сейчас я формирую свою. Здесь, наверное, имеет значение разница менталитетов — в России особое отно-

шение к книгам... Но с тем, что в комнате без хлама и пылесборников находиться приятней — не поспоришь. А мелочи вроде красиво расставленных баночек на кухне вместе хаотично разбросанных пакетов с крупами задают тон всему дому.

Чтобы навести дома порядок, специалисты предлагают

не браться за всё сразу, а подходить к делу поэтапно, разбирая отдельные категории вещей — одежду, косметику, кухонную утварь, книги, рабочий стол и так далее. Главное — не запускать квартиру. Рекомендуется хотя бы раз в неделю пылесосить и убирать пыль, поддерживать в чистоте пол, а также протирать кухонный гарнитур и мыть раковину после каждого приготовления и приёма пищи.

— Уборку всегда надо делать сверху вниз. Сначала обеспыливаются — гардины, шкафы, подоконники, мебель, плитушка. Потом необходимо протереть окна и пропылесосить ковры. В последнюю очередь моется пол, — рассказала «ОГ» директор одной из клининговых служб Екатеринбурга Наталья Михайлова.

— Лучше использовать специальные полироли для мебели и стёкол, которые убирают отпечатки пальцев и делают так,

чтобы пыль как можно дольше не оседала. Особое внимание стоит уделять санузлу — тщательнее мыть там пол, раковину, ванну и унитаз, использовать дезинфекторы. На генеральную уборку квартиры площадью 30-40 квадратных метров у нас уходит около четырёх часов, причём делают эту уборку три-четыре человека, один не справится.

И ещё несколько советов. Для уборки кухни удобнее использовать одноразовые бумажные полотенца, чтобы не тратить время на стирку тряпок и не разводить в них микробы. А вот для пола лучше всего подойдёт мелкая микрофибра, которая хорошо выжимается и не оставляет разводов. Удобно держать в каждой комнате небольшие мусорные корзинки, чтобы не накапливать на столах и креслах фантики от конфет, сломанные ручки и отгрызки яблок.

## СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ

# Игры, в которые играют семьи

Юлия ВИШНЯКОВА

Настольные игры в моём доме были всегда. Я с удовольствием играла в них в студенческие годы, потом с коллегами по работе, а теперь главные «соперники» по игре — мои же дети.

Настольные игры для всей семьи сегодня очень и очень много. В поисках подходящего варианта стоит учесть возраст детей и их увлечения, ну и про интересы взрослых забывать не стоит.

● **КЛАССИКА НА НОВЫЙ ЛАД.** Вариант, проверенный временем: шахматы, шашки, нарды, домино, лото, карты. — Они развивают память, внимание и сообразительность. Несмотря на то, что сегодня на прилавках очень много новинок, подобные игры всегда пользуются спросом. К тому же в этих играх тоже появляются популярные сюжеты: например,

### МНЕНИЯ

Светлана ПОПЫРИНА, мама двоих детей, Полевская:

— С девятилетним Даниилом мы иногда играем в шашки. Ещё с ним и с мужем любим играть в «Банкира», это игра в жанре экономической стратегии и напоминает знаменитую «Монополию». Много у нас всяких ходилок, где кубик надо кидать. Дарья, ей 4 года, тоже иногда к нам присоединяется, она умеет считать до 10. Но не любит, когда её обгоняют, и сама переставляет фишки.

Антонина ШАБАНОВА, мама, Екатеринбург:

— Сыну пять лет, и он пока болезненно воспринимает проигрыш, поэтому приходится ему подыгрывать. Наша любимая игра — «Мемо». Раскладываем карточки рубашкой вверх, а внутри однотипные картинки (например, у нас только города). Открываем по две карточки, запоминаем и кладем обратно. Когда открыл уже знакомую карточку, то вспоминаешь, где лежит её дубль. Кто больше пар соберёт, тот и победил. Эта игра отлично тренирует зрительную память.

дети с радостью берут лото с персонажами мультфильма «Фиксики». Или хорошая модификация игры в карты — чудесно оформленная «Свинка 10» — весёлая игра с картинками, которая отлично учит устной счёту и логическому мышлению, — отмечает Ирина Боярских, консультант в одном из детских магазинов.

● **ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЕ ИГРЫ.** Это игры, в которых сложно победить, не включив мозги и внимательность. Игра «Фигурка» подойдёт семье, в которых детей всего три-четыре года. Это многовариантная игра на изучение цветов и геометрических фигур. Хорошей тренировкой для речи станет игра «Алиас», она имеет несколько модифи-

каций для разных возрастов, но суть всегда одна: необходимо объяснить загаданное слово команде. При этом нельзя использовать части загадываемого слова и однокоренные слова. Если ребёнку уже исполнилось 10 лет, то можно смело браться за игру «Скрабл», требующую составления слов с помощью фишек-букв.

● **БРОДИЛКИ-ХОДИЛКИ.**

Игры передвигают свои фишки по игровому полю, подбирая кубик. И здесь фантазия производителей просто восхитительна: столько сюжетов и необычных решений, что глаза разбегаются. Самым маленьким понравится игра «Синий слоник», выделяющаяся необычным оформлением. Вместо классического поля ваши фигурки будут залезать на горку в виде Синего слонёнка, а потом весело скатываться вниз и искать разноцветные игрушки. Кто первым соберёт правильный набор игрушек, тот и победил. А вот в игру «Ниагара» бу-

дет интересно играть со школьником: игровое поле расположено на перевёрнутых чашках коробки (чтобы было куда падать водопаду), всё русло реки заполнено прозрачными дисками, по которым в первой части раунда перемещаются казны. Скорость реки меняется от раунда к раунду и зависит от погоды и от выложенных игроков в данном раунде карточек перемещений.

● **ИГРЫ НА ЛОВКОСТЬ РУК.**

Здесь победа зависит не только от правильно выбранной тактики, но и от точности движений. Примером может служить игра «Кликандо», которая имеет специальную отметку: «рекомендовано детскими психологами». Суть игры в том, чтобы «прицепить» все свои иглы к ёжику на переключатель, то есть «вернуть его иглоки». В игре «Медвежья школа» важно правильно сгруппировать фигурки медвежат, чтобы на весах установилось равновесие. Играв, дети научатся сопостав-

лять предметы по весу, соотносить размер и вес, познать нюансы с цифрами и получат первичные представления о счёте.

● **ТВОРЧЕСКИЙ ПОДХОД.**

Очень красивой и вдохновляющей игрой можно назвать «Диксит», она хорошо развивает абстрактное и ассоциативное мышление. Внимание привлекают большие необычные карты, которые нарисовала французская художница Мари Кардо. Каждый раунд один из игроков становится рассказчиком и придумывает к одной из своих карт ассоциацию. Далее карты перемешиваются, и остальным игрокам надо решить, какая карта была загадана. Ещё одна игра на воображение — «Экспронт», ставит перед соперниками сложную, на первый взгляд, задачу: по случайным карточкам составить рассказ и убедить всех в его правдивости. Лучший оратор определяется всеобщим голосованием.

**ЛАЙФХАК\***  
**Экономия в семейном путешествии**  
Летние каникулы только закончились, но мудрые родители уже планируют новый семейный отдых — между семестрами или на новогодние праздники. О том, почему это нужно делать заранее и как сэкономить, рассказывает Марина ЧЕРКАСОВА, председатель Свердловского областного отделения Российского детского фонда:  
— Считается, что путешествие по Европе — дорогое удовольствие, поэтому родители, отправляясь в такие поездки, оставляют детей дома. Мы нашли способ путешествовать вместе, и дети (на тот момент им было 12 и 16 лет) активно участвовали в подготовке поездки. Отпуск запланировали на июнь, искать билеты на различных сайтах дети начали за полгода. Мы научили их, как это делать. В итоге билеты Москва — Дюссельдорф — Москва обошлись в шесть раз дешевле, чем если бы мы покупали их накануне нашего турне.  
Остановились мы не в самом Дюссельдорфе, а в пригороде. До города — рукой подать, а стоимость отеля гораздо ниже. Взяли машину напрокат и совершили радикальные поездки, это гораздо дешевле, чем пользоваться общественным транспортом.  
Детям оформили International Student Identity Card (международное удостоверение, подтверждающее статус учащегося во всём мире), а мы с мужем себе — соответствующие педагогические карты. Благодаря этому во всех музеях, пунктах проката велосипедов, Диснейленде и других центрах развлечений получали скидки от 30 до 70 процентов. В Екатеринбурге оформить такие удостоверения можно по адресу Вайнера, 19. Оформление стоит небольшой суммы, но она несколько раз окупается.  
Мы посетили ряд городов, при этом дети не были пассивными потребителями развлечения. Задолго до поездки они вместе с нами продумывали маршрут, читали о достопримечательностях тех мест, где решили побывать. И по дороге в тот или иной город рассказывали, что там непременно стоит посмотреть. На первых ролях они были, когда возникла необходимость что-то узнать — уточнить, таким образом дети подтянули свой английский. Подобные поездки для детей — очень хороший опыт.  
\* Полезный совет, маленькая хитрость  
Елена АБРАМОВА