

навигатор для родителей

ШКОЛА: ВСЁ ПОЛУ- ЧИТСЯ!

от детского
психолога

Елены
Лутковской

Москва · «Никея» · 2019

СОДЕРЖАНИЕ

От автора. Счастливого вам плавания!.....	9
---	---

Глава 1

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ШКОЛЕ

Что на самом деле является подготовкой к школе...	14
Что еще могут сделать родители для подготовки своего ребенка к школе.....	53
Как понять, готов ли ребенок.....	61
Как перестать беспокоиться и начать жить.....	63
Нужно ли отдавать ребенка в сад.....	65
Нужно ли вести в школу шестилеток.....	67
Стоит ли отдавать ребенка на подготовку к школе...	72
Что делать, если ребенку уже исполнилось 7 лет, а в школе считают, что он не готов.	
Индивидуальный образовательный маршрут.....	77

Глава 2

КАК ВЫБРАТЬ ШКОЛУ

Основания для выбора.....	82
Вчера-сегодня: история формирования современной школы.....	88
Какие бывают школы.....	94
Частная или государственная.....	120
Православная или обычная.....	122

Техника выбора школы.....	124
Держаться ли принципа «пешей доступности школы».....	129
«Школа по остаточному принципу».....	130
Школа «по наследству».....	131

Глава 3

КАК ВЫБРАТЬ ПЕРВОГО УЧИТЕЛЯ И ВЫСТРАИВАТЬ С НИМ ОТНОШЕНИЯ

Как выбирают педагогов родители, а педагоги — учеников.....	138
О чем спросить учителя на первой встрече.....	144
Стоит ли дожидаться «учителя своей мечты»?.....	148

Глава 4

ШКОЛА И ТРЕВОГИ РОДИТЕЛЕЙ

Почему школьная тема с каждым годом вызывает все больше беспокойства.....	152
--	-----

Глава 5

УЧИМСЯ УЧИТЬСЯ

Уроки: чьи они, мои или моего ребенка?.....	172
Чем и как помочь ребенку.....	181

Глава 6

АДАПТИРУЕМСЯ В ШКОЛЕ

В чем заключается адаптация.....	196
В школу — всей семьей.....	204
Чем помочь ребенку.....	206
Роль учителя.....	208
Как понять, что ребенок адаптировался к школе...214	
Кружки и секции.....	218

Что делать, если ребенок так и не смог вписаться в школьную жизнь.....	220
---	-----

Глава 7

ШКОЛЬНИК И ОЦЕНКИ

Важны ли оценки.....	230
Как подружиться с оценками.....	240
Оценки как угроза чести и достоинству.....	249
Двойки-тройки: как быть.....	252

Глава 8

ШКОЛЬНИК И ОДНОКЛАССНИКИ

Научить дружить.....	262
В классе — ребенок с особенностями.....	268
Конфликты, драки и травля.....	271

Глава 9

СИМПТОМЫ ШКОЛЬНОГО НЕБЛАГО- ПОЛУЧИЯ

Неблагополучие — что это такое.....	280
Как проявляются проблемы.....	284
Что делать с появлением тревожных признаков.....	286

Глава 10

ШКОЛЬНИК И ГАДЖЕТЫ

Сфера эмоций и воля под угрозой.....	299
Внутренний мир и мотивация в опасности.....	300
Мир книг теряется и пропадает.....	303
Какую позицию по отношению к гаджетам можно занять?.....	305
Давать ли ребенку с собой в школу телефон?.....	306

Что же делать родителям?

Давать или не давать детям цифровые устройства?

Разрешать или не разрешать?.....307

Гаджеты — искушение для родителей..... 309

Глава 11

ПУТЕВОЙ ЛИСТ. КАКИХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОЖИДАТЬ К КОНЦУ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ?

Какие навыки должны быть сформированы

у ребенка к концу начальной школы?..... 312

На что я, как родитель,

должен обращать внимание?.....316

ОТ АВТОРА. СЧАСТЛИВОГО ВАМ ПЛАВАНИЯ!

Тема школьного образования всегда волновала умы и сердца, причем не только педагогов, но и обычных людей. Однако никогда за всю историю человечества родители не были так сильно вовлечены в образовательные проблемы своих детей. В эту сферу вкладывается множество ресурсов — времени, денег и усилий. И как часто результаты этих усилий не устраивают ни родителей, ни школу. А главное — невооруженным глазом видно, что у детей появляется все больше проблем в разных аспектах школьной жизни. Родители не вылезают из школьных чатов, знают наизусть авторов всех учебников и ходят на курсы «Как научить ребенка учиться». При этом у современных школьников все чаще встречаются трудности с мотивацией, они не хотят ходить в школу, не усваивают программу и не справляются со своим собственным поведением. Обычно основные проблемы появляются у детей в средней и старшей школе. Но я специально решила начать разговор с начальной. Потому что корни разнообразных трудностей часто лежат в более раннем периоде, еще в дошкольном детстве. Последние несколько лет я работаю психологом в православной школе в Подмоскovie и активно консультирую московские школы, провожу

семинары, выступаю с лекциями и веду частную практику. Я вижу, что и школа, и родители находятся в сильном напряжении и тревоге. Эти переживания затрудняют диалог, и в результате все участники образовательного процесса, а главное, сами дети оказываются в зоне повышенного риска.

Я очень надеюсь, что эта книга поможет родителям сделать пространство начальной школы более понятным и предсказуемым. Снизит тревогу и позволит замедлить темп образовательного забега, который может сильно осложнить жизнь. Мне бы хотелось вернуть и детям, и родителям право получать удовольствие от детства. И не превращать время подготовки к школе и первые годы в ней в тяжелый бессмысленный труд. А еще я надеюсь, что знакомство родителей с разнообразием школ и педагогических подходов, с критериями выбора повысит вероятность точного совпадения семьи и школы. Благополучие ребенка напрямую связано с благополучием его родителей. Поэтому так много внимания в книге уделяется теме снижения школьной тревоги у членов семьи ребенка, прояснению их ожиданий и ценностей. Я постаралась обозначить круг специалистов, которые могут стать поддержкой для родителей в поиске верного образовательного маршрута для их ребенка.

Родители часто задают мне вопросы, помогать ли ребенку с домашними заданиями, как относиться к школьным оценкам, чтобы воспитывать в детях ответственность. Главы, посвященные этим темам, позволяют снизить накал страстей, а кому-то, возможно, помогут избежать проблем в этой области.

Общие принципы, закономерности и рекомендации проиллюстрированы в книге примерами из моей практики. Но не только. Ключи к решению задачи по вовлечению детей в мир образования мы будем искать в прекрасной художественной литературе. И в заключение — несколько слов благодарности. Я благодарю главного редактора издательства «Никея» Владимира Лучанинова за помощь в работе. Его живой интерес к теме психологического благополучия ребенка в школе вдохновлял меня на работу над книгой. Также я выражаю свою признательность редактору Анне Симкиной. Меня восхищает ее волшебная способность превращать отдельные тексты в книгу. Я благодарю всех моих коллег, которые подбадривали меня в моем начинании. В особенности — замечательного психолога Татьяну Климову, непревзойденного мастера психологической поддержки. И моя отдельная благодарность — директору школы «Образ» Татьяне Юрьевне Смирновой за радость совместного творчества в школьном пространстве. Я также буду признательна за отклики на книгу от всех специалистов, работающих в сфере образования. Счастливого вам плавания по морям образования.

*Ваш штурман —
психолог Елена Лутковская*

Глава 1

КАК ПОДГОТО- ВИТЬСЯ К ШКОЛЕ

ЧТО НА САМОМ ДЕЛЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПОДГОТОВКОЙ К ШКОЛЕ

Главная драма подготовки к школе сегодня — в том, что она требует все большего количества усилий, а уровень готовности детей «на входе» все ниже. Педагоги, родители — все признают этот феномен, но такое впечатление, что сделать с этим они ничего не могут. Как бывает в дурном сне, когда ты хочешь проснуться и не получается.

Основных причин такого положения дел несколько, но в этой книге мне хотелось бы отметить две самые существенные.

¶ Первая — тревога родителей. На рациональном уровне мы понимаем чрезмерность наших вложений, но внутреннее неосознанное беспокойство запускает процесс суетливого бега в колесе. Родители мчатся толпой, и страшно сойти с дистанции.

¶ Вторая — изменения характера жизни детей и взрослых. Разрушение нормального уклада семьи привело к тому, что в ней почти не осталось места для совместного общения, общих дел и игр.

Этот дефицит родители стараются компенсировать на стороне. Они отдают детей на бесконечные бессистемные развивающие занятия.

Как психолог, я наблюдаю печальные результаты «образовательного забега» родителей каждую весну и осень. И мне очень трудно обсуждать с ними эти итоги. Потому что я знаю: к тому моменту, как они дошли до моего кабинета, было истоптано три пары сапог. Ведь к психологу приходят очень хорошие родители, которые искренне пекутся о будущем своих детей. И как сказать им, что их ребенок, несмотря на все их усилия, еще не готов к полноценному включению в учебный процесс?! Но, с другой стороны, я обязана ответить на запрос, с которого начинается консультация: «Проверьте нас на готовность к школе».

Итак, что я, как психолог, имею в виду, когда говорю о подготовке к школе. Конечно, не умение считать, писать и читать длинные сложные тексты. Все эти умения — плоды обучения ребенка, о которых пока рано говорить. Школу в первую очередь интересуют результаты воспитания и развития, потому что именно они создают условия для обучения. На самом деле, готовность к школе состоит из трех основных условий: *саморегуляции, мотивации ребенка и уровня его интеллектуального развития.*

Родители хорошо помнят про третью, последнюю, составляющую, все силы тратятся на ее тренировку. В результате саморегуляция и мотивация формируются недостаточно, но без них подготовки к школе не бывает.