

Серия «Психологический практикум»

Наталья Царенко

**АНТИСТРЕСС
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВАШ РЕБЕНОК ИДЕТ В ШКОЛУ**

**Ростов-на-Дону
«Феникс»
2012**

www.phoenixbooks.ru

УДК 371
ББК 74.202.4
КТК 41
Ц18

Царенко, Наталья.

Ц18 Антистресс для родителей : ваш ребенок идет в школу / Наталья Царенко. — Ростов н/Д : Феникс, 2012. — 158, [1] с. — (Психологический практикум).

ISBN 978-5-222-19508-6

Книга затрагивает актуальные вопросы подготовки ребенка к школе, правильного выбора учебного заведения и педагога, адаптации к школьным условиям, наиболее характерные трудности, возникающие на начальном этапе обучения. Кроме того, здесь рассматриваются изменения, происходящие с подростком, и наиболее сложные проблемы этого возраста, а также вопросы профориентации старшеклассников.

УДК 371
ББК 74.202.4

ISBN 978-5-222-19508-6

© Царенко Н., 2012
© ООО «Феникс», оформление, 2012

www.phoenixbooks.ru

Глава 1. ДОШКОЛЬНИКИ: СОБИРАЕМСЯ В ШКОЛУ — ГОТОВНОСТЬ № 1!

Раннее развитие ребенка — где проходят границы разумного?

Итак, ваш любимый малыш скоро отправится в школу, и вы с трепетом (гораздо большим, чем сам виновник торжества!) ждете этого момента и, конечно, стараетесь подготовиться как можно лучше — ничего не забыть, ничего не упустить, учесть все нюансы, подстелить соломки, где только возможно (именно поэтому вы и читаете эти строки), в надежде, что в этой книге найдется полезная и интересная информация, которая поможет вашему малышу и вам самим справиться с новым сложным этапом в жизни.

И это, безусловно, правильно. Главное при этом понимать, что подготовка к школе и учеба в ней должны быть в радость, процесс узнавания нового должен приносить удовольствие, а жизнь класса — это не только расписание уроков, но еще и новые друзья, и новые интересы...

Однако в наш ориентированный на победу стремительный век во главе угла нередко стоит не это, а нечто совсем другое: каких успехов ребенок добьется в школе.

Видимо, поэтому некоторые мамы и папы начинают подготовку к учебе не в последнее предшкольное лето, и даже не за год до события, а гораздо раньше: множество родителей готовы начать обучение своего ребенка чтению, счету и письму без преувеличения с грудничкового возраста. Большинство таких экспериментов, как правило, обрушиваются на голову первенцев молодых амбициозных мам (реже инициатива исходит от пап).

Однако все же имеет смысл привести в соответствие с основами детской психологии и физиологии ответ на вопрос о том, «когда же начинать».

Собственно раннее развитие, согласно японскому автору Масару Ибука¹ и его идее «после трех уже поздно», состоит в том, чтобы создать базу для дальнейшего обучения ребенка, посеять в нем уверенность, что познавать — интересно и увлекательно, что мир удивителен и полон открытий. Ведь исследования показали, что интенсивное развитие клеток головного мозга происходит именно в первые годы жизни и поэтому именно в этот период он требует интенсивной стимуляции. Кроме того, до трех лет важно не «задавить» детскую инициативу, не загасить познавательный инстинкт — именно в этом и состоит суть раннего развития малыша — а вовсе не в том, чтобы рассматривать ребенка как некий овощ, который необходимо «нафаршировать» информацией.

Согласно убеждению древнегреческих мыслителей, «ребенок — факел, который надо зажечь, а не сосуд, ко-

¹ *Масару Ибука*. После трех уже поздно / пер. с англ. — М.: РУССЛИТ, 1991.

торый необходимо наполнить». Авторство высказывания приписывают Сократу, однако в XX в. эту светлую мысль старался донести до педагогических масс В. А. Сухомлинский, поэтому данное утверждение нередко приписывают и ему. Так или иначе, очень важно уловить разницу и следовать именно этому принципу, воспитывая малыша.

Всем известен постулат о том, что дети пишут картину мира с нас, взрослых, поэтому, если мы хотим вырастить всесторонне развитую личность, необходимо в первую очередь совершенствовать себя, а не ребенка. Дети тянутся за родителями, копируют их привычки, действия и образ мыслей, поэтому раннее развитие ребенка состоит не столько в том, чтобы его чему-либо специально учить, сколько в том, чтобы развиваться вместе с ним. Эта идея является основой педагогического подхода Лупан Сесиль, изложенного ею в замечательной книге «Поверь в свое дитя»¹.

Необходимо определиться и с приоритетами: если в главе угла «научить», выработать навык — это амбиции родителей и не более того. Если же упор делается на побуждение ребенка к познанию, на выработку познавательной активности — это конструктивный подход, достойный уважения.

Огромная разница именно в том, от кого исходит познавательная инициатива: от самого ребенка или от родителей? Если малыш хочет научиться читать или считать САМ, если он «зачитал» уже несколько малышейовых книжек и пересчитывает даже конфеты в коробке — значит, это ЕГО интерес. Если же мама, начитавшись статей

¹ Лупан Сесиль. Поверь в свое дитя. — М.: Азбука, 2010.

в журналах, в год с небольшим усаживает его за азбуку — это ЕЕ инициатива.

Не надо все делать за ребенка, оставьте ему шанс прожить жизнь по собственному сценарию, а не по навязанному родителями. Ребенок сам в праве выбрать, на что и когда обратить свое внимание.

Помните, если какой-то процесс «не идет», какая-то деятельность малышу явно не по вкусу, не настаивайте, займитесь чем-либо другим. В конце концов, раннее развитие не стоит понимать слишком однобоко — как обучение чтению, счету и письму. Это еще и развитие общего кругозора, логики, силы, ловкости, воображения, умения воспринимать прекрасное...

При этом следует учитывать еще один важный момент: раннее развитие должно происходить в соответствии с природными наклонностями ребенка. Проведу аналогию со школьным возрастом — «физику» нечего делать в специализированном классе для «гуманитариев», равно как и наоборот, поэтому если малыш не хочет пока писать палочки, пусть рисует картины красками (разовьется мелкая моторика и воображение), со скрипом даются буквы — придумывайте с ним фантастические истории и рассказывайте их вслух (этим вы поспособствуете развитию речи и фантазии), или учите стихи (натренируете память).

Что касается конкретики, то начнем, пожалуй, с любимого родительского занятия — *обучения чтению*.

Конечно, умилительна картина, когда двухлетний малыш воспроизводит алфавит. Тем не менее, надо по-

нимать, что всему свое время. Ребенок готов учиться чтению тогда, когда он начинает ЧЕТКО говорить. То есть правы большинство педагогов (П. Б. и Л. А. Никитины¹, Н. А. Зайцев² и многие другие авторы) — начинать обучение чтению имеет смысл тогда, когда дети имеют вполне развитую речь. Все малыши разные, и не стоит паниковать, если вам кажется, что ваше чадо в чем-то вдруг не оказалось «впереди планеты всей». Перфекционизм — опасное воспитательное кредо, ведь если родители слишком давят, можно получить и обратный результат: отвращение к чтению и учебе вообще.

Просто получайте удовольствие от занятий с вашим ребенком. Неужели вы меньше будете его любить, если он не выучит буквы по первому вашему требованию?

Некоторые малыши готовы начать обучение чтению уже к двум годам, но таких очень и очень немного, большинство деток «созревают» к трем-четырем, а некоторые — только к пяти-шести годам. При этом нужно понимать, что сравнивать детей друг с другом недопустимо. То, что рано для одного, — вполне своевременно для другого, однако наличие в доме «вундеркинда» не повод смотреть свысока на менее «продвинутых» детишек.

Важно обратить внимание, что «начинать обучение» — означает начать учить буквы и узнавать целые слова, превратив это дело в увлекательный процесс: к примеру, можно развесить везде веселый алфавит (непреренно с картинками), подписать все предметы в доме,

¹ Никитин Б. П. Развивающие игры. — М.: Педагогика, 1985.

² Зайцев Н. А. Письмо. Чтение. Счет — СПб.: Лань, 1997.

организовать с малышом переписку и даже сочинить для него книжку (тут уж на что хватит вашей фантазии). Однако читать «запоем» ребенок все равно будет позже.

Кроме того, следует учесть: ребенок, который учится читать до 3 лет, и тот, что учится после этого возраста, — делают это принципиально по-разному. В первом случае — за счет памяти, во втором — за счет абстрактного мышления. Ведь лет до 3 в силу того, что это самое абстрактное мышление еще не сформировалось, малыш еще не и способен понять, что вот этот значок означает букву А, а эта закорючка — цифру 3... Таковы особенности развития головного мозга, и, какими бы ни были амбиции родителей, «выше головы» не прыгнешь. Мы ведь не учим ребенка ходить сразу после рождения, понимая, что организм не готов. Почему же такого понимания нет в отношении развития психики и интеллекта?

С другой стороны, начинать обучение буквам после 7 тоже поздно — ребенку в 7–8 лет учиться читать на порядок сложнее, чем 4–6-летнему. Поэтому не зря современные школы требуют от поступающих в первый класс хотя бы чтения по слогам.

Итак, возрастной интервал понятен — в среднем между 3 и 6 годами. Спешить, как и откладывать, здесь ни к чему.

Но помните: если вы хотите вырастить своего ребенка читающим, он ежедневно должен видеть вас с книгой, причем не только в те моменты, когда вы «просвещаете» его, а тогда, когда читаете лично для себя. Малыш должен осознать, что чтение в вашей семье — естественный

способ проводить свободное время, что обсуждение прочитанного — увлекательное занятие для всех, и — главное — что с читающим человеком очень интересно общаться! Не верит? Пусть расскажет приятелям во дворе недавно прочитанную книгу — всеобщее внимание гарантировано!

Рассмотрим теперь такой аспект, как *готовность малыша к письму*.

Большинство добросовестных специалистов рекомендуют «обычным» родителям (не учителям) до 6–7 лет не учить ребенка писать прописные буквы (именно прописные, а не печатные). Вместо этого необходимо готовить руку к письму, то есть в игровой форме учиться рисовать элементы, которые потом пригодятся для написания букв. Если родители не являются педагогами соответствующего профиля и нет уверенности, что это будет сделано правильно, учить писать лучше не начинать, поскольку переучивать намного сложнее.

Разница в том, что готовить ручку к письму — это одно, а учить писать — совсем другое. И в среднем до 6 лет это делать преждевременно. Мускулатура и строение кисти еще не готовы, но именно к 7 годам полностью формируется физиологическая база: рука ребенка до этого возраста просто не готова к такого рода нагрузке, как не готов сидеть ребенок в 2 месяца или ходить в полгода.

При рисовании и при письме письменными буквами задействованы различные группы мышц руки. Если замечали, даже рисунок ребенок осваивает «этапами» — в совсем малышом возрасте ручка движется «от плеча»,

позже — «от локтя» размашистыми движениями, и лучше всего рисуется детишкам на больших пространствах. Потому-то они так любят рисовать на стенах — именно так им удобнее всего (кстати, отучить легко — купите детский мольберт или вешайте на стены большие листы, разрешая рисовать только там). Потом приходят более точные движения. Но все равно лет до 6–7 ребенок рисует не пальчиками, а всей кистью. Поэтому — да, многие детки умеют писать печатные буквы, но письменные — это совсем другая техника исполнения.

Кроме того, для письма необходимо полное развитие ВСЕХ мышц кисти, а еще — умение правильно ориентироваться в графическом пространстве. Чем больше малыш занимался лепкой, вырезанием, раскрашиванием, тем легче ему будет научиться писать.

А учителя (хорошие учителя!) борются не за красоту почерка, а за легкость обучения слитному письму — это разные вещи.

Итак, милые мамы и уважаемые папы, вы уже, наверное, поняли: в сложном и ответственном деле обучения не может быть никаких ориентиров на «нормы» и, тем более, — на достижения чужих детей. Ориентируйтесь только на своего ребенка: его желания, его склонности и предпочтения должны вести вас в этом море, а отнюдь не собственные амбиции. Успехов!

Возраст первоклассника — 6 лет или 7?

Ежегодно множество родителей задается вопросом: в каком возрасте отдавать ребенка в школу?

В пользу раннего поступления в школу — с 6 лет — приводится в последнее время множество аргументов: «он/она — очень развитый ребенок», «мальчику лучше пойти с 6 лет, чтобы успеть поступить до армии», «дочка моих знакомых пошла с шести — и ничего», — и еще множество других резонов.

Среди них *достаточными основаниями для поступления в школу с 6 лет* можно назвать следующие:

— ребенок действительно хорошо читает, считает и, возможно, даже пишет;

— ребенок здоров, он не относится к часто болеющим (более 5 раз в год) детям, то есть у него крепкий иммунитет, нет хронических заболеваний и уж тем более нет таких особенностей развития, как гиперактивность, синдром дефицита внимания (имеются в виду проблемы с концентрацией и восприятием информации), аутизм, задержка психического развития и прочие подобные нарушения;

— ребенок хорошо социально адаптирован, он легко налаживает контакты и (желательно) имеет опыт посещения детских дошкольных учреждений (от детских садов до школ раннего развития — то есть любых детских коллективов);

— ребенок хорошо ориентируется в окружающем мире, знает полные фамилию, имя и отчество родителей, их род занятий, свой адрес, телефоны родительские и домашний, понимает назначение школы и правила учебы в ней;

— ребенок хорошо владеет речью, не заикается, достаточно четко произносит все звуки, имеет достаточный для своего возраста словарный запас;

— у ребенка адекватная самооценка, низкая тревожность и утомляемость, невысокая эмоциональная возбудимость, развитая самостоятельность;

— класс будет вести очень грамотный, добрый и понимающий педагог;

— дорога в школу не слишком долгая, не более 20–30 минут, иначе ребенок устанет еще до начала учебного дня.

Внимание, родители: только при сочетании ВСЕХ вышеперечисленных факторов поход в школу шестилетки будет оправдан.

Необходимо трезво и объективно взвесить свои возможности. Например, если ребенок отлично считает, это еще не показатель школьной зрелости. Может ли он удерживать внимание на ОДНОМ и том же предмете в течение не менее 15 минут? Так ли хороши его успехи в письме, как и в математике? Пишет ли они печатными буквами или же прописными? (А это колоссальная разница: если малыш пишет печатными буквами, не факт, что он готов к воспроизведению тех элементов, которые предусмотрены в возрасте 7 лет — ведь, как мы уже гово-

рили, именно к этому возрасту окончательно «созревает» мелкая моторика кисти и пальчиков). И вообще — хочет ли он сам в школу?

Кроме того, важен момент: развитый ребенок и готовый к школе ребенок — это не одно и то же. Обученность — это те умения и навыки, которым ребенка обучили: умение писать, читать, считать. Интеллектуальное же развитие — это некий умственный потенциал, способность ребенка к самостоятельному обучению, к решению проблемных задач. Например, задач по адаптации в новом коллективе и к требованиям посторонних, но значимых взрослых; задач по упорной и самостоятельной работе над чем-то трудным, не дающимся сразу и требующим усилий.

Таким образом, обученность и общий уровень развития — в том числе и эмоционального — это отнюдь не синонимы!

И, кроме всего прочего, помимо обучаемости и усидчивости, есть еще такой важный фактор, как здоровье и адаптируемость к иммунной нагрузке. То есть первоклассник должен быть настолько физически и иммунно силен, чтобы, попав в класс с 20–30 другими детьми, иметь силы отработать свой рабочий день, да еще и противостоять неизбежным в большом коллективе инфекциям.

И родители, и учителя начальных классов должны помнить, что у шестилеток еще существуют значительные трудности с произвольным поведением, то есть с таким, как требуется (а не как хочется). Да, в 6 лет ребенок уже может какое-то время управлять своим поведением, осознанно идти к поставленной перед ним цели, но он

ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 1. Дошкольники: собираемся в школу — готовность № 1!.....	3
Раннее развитие ребенка — где проходят границы разумного?	3
Возраст первоклассника — 6 лет или 7?	11
Как выбрать школу для будущего первоклассника?	17
Тестирование будущего первоклассника — что это такое и для чего необходимо?	30
Как подготовить ребенка к школе? Выработка необходимых умений и навыков.....	36
Глава 2. Начальная школа: первый класс — это серьезно!.....	42
Как первокласснику адаптироваться к школе?.....	42
Почему возникают трудности в учебе у первоклассников?.....	49
Кому с трудом дается первый класс?	54
Как преодолеть трудности в учебе у первоклассников?.....	57
Почему у ребенка проблемы в начальной школе: личностные особенности	61
Зачем нужна школьная форма?	76
Глава 3. Средняя школа: непонятый и непонятный подросток — кто он?	82
Трудности подросткового возраста — что это такое?.....	82
Как выявить и пресечь сексуальное насилие?.....	101
Как выявить наркозависимость у подростка?.....	108
Правда ли, что СМИ и компьютерные игры провоцируют подростковую жестокость?.....	112
Глава 4. Старшие классы: выбор жизненного пути.....	120
Мир юности и мир подростков: в чем разница?	120
Чем руководствоваться при выборе профессии?.....	131

Ранние беременности и браки — тенденция времени или ошибка общества?	137
Кризис 17 лет — для чего дается это испытание?	144
Варианты выбора жизненного пути: дорогу осилит идущий!	150
Литература	156

ЦАРЕНКО Наталья
Антистресс для родителей
Ваш ребенок идет в школу

Ответственный редактор	<i>Ю. Бахметова</i>
Выпускающий редактор	<i>Г. Логвинова</i>
Технический редактор	<i>Ю. Давыдова</i>
Макет обложки:	<i>М. Сафиуллина</i>

Сдано в набор 18.01.2012. Подписано в печать 25.02.2012.

Формат 70×90/32. Бумага офсетная.

Гарнитура Таймс. Тираж 3 000 экз. Зак. № 2222

ООО «Феникс»

344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80

Тел. (863) 261–89–59, факс (863) 261–89–50