

«Ничего не хочу». Почему дети теряют интерес и что с этим делать.

Потерявший интерес ко всему ребёнок: к учёбе, кружкам, чтению или даже играм, — кошмар любого родителя. Причиной может быть что угодно, однако узнать о ней бывает крайне трудно. Во-первых, не каждый захочет говорить откровенно. Во-вторых, ребёнок вообще может не знать, что с ним происходит. Разбираем самые распространённые *причины детской апатии*.

Слишком большая нагрузка



Знаете таких родителей, которые постоянно спрашивают: «А что у вас с иностранными языками?», «На какой спорт ходите?». И даром что ребёнок только вчера пошёл в первый класс, от него непременно требуют заниматься всем и сразу. Такой подход не только не мотивирует, а наоборот — загонит школьника в депрессию.

Многие родители доводят смысл образования до абсурда и считают, что большое количество кружков, репетиторов и других дополнительных занятий — залог успеха в будущем. Однако они забывают, что ребёнок не взрослый и часто даже не понимает, зачем мама возит его по всему городу к этим непонятным людям и когда же, наконец можно будет поиграть или хотя бы просто поспать.

Именно игра и есть главное занятие в жизни любого дошкольника и ученика начальной школы, об этом не стоит забывать. Прежде чем загружать его под завязку всевозможными кружками и секциями, подумайте над тем, как ребёнок будет развлекаться. Помогите ему составить распорядок дня, где найдётся место чему-то весёлому.

Придумайте вместе игры, которые помогут ему развить те качества, которые вам кажутся важными

В психологии есть концепция «зоны ближайшего развития». Первым её сформулировал советский психолог и педагог Лев Выготский ещё в начале прошлого века. Психолог Юлия Гиппенрейтер в книге «Разговаривать с ребёнком. Как?» объясняет принцип его работы. Суть в том, что у ребёнка есть такие задачи, которые он может выполнять сам, а есть те, с которыми без помощи родителя или другого взрослого ему не справиться. Сначала что-то он делает вместе с ними, а потом будет выполнять уже самостоятельно. Соответственно, чем больше задач ребёнок освоил с мамой или папой, тем больше в будущем сможет делать сам.

Ощущение, что образование бесполезно

Бывает так, что за бесконечной подготовкой к контрольным и экзаменам, ребёнок вообще перестаёт понимать, зачем он ходит в школу. И это тоже одна из возможных причин потери мотивации к учёбе.

Большинство учителей, кстати, тоже не всегда понимают, для чего нужны их предметы. Кроме того, многие домашние задания, особенно

проектные, часто делают родители, потому что школьники не успевают или им не хватает знаний. И здесь скорее проблема не родителей, а нашей школьной системы образования. У учителей тоже не всегда есть время на то, чтобы придумать интересные задания, которые будут понятны ученикам.

Травля или конфликт

По данным ЮНЕСКО, каждый третий школьник в мире хотя бы раз в месяц подвергается травле. Столько же учеников страдают от побоев. К сожалению, буллинг -это проблема всего общества. Однако если уровень агрессии между взрослыми взлетел до небывалых высот только в последние годы, то в школах травля всегда была общим местом. Поэтому, возможно, причина апатии ребёнка — в частых конфликтах с одноклассниками или учителями.

Иногда дети - жертвы буллинга боятся рассказать об этом родителям. И происходит это не потому, что они боятся наказания, а потому, что не хотят разочаровывать родителей. *Как же узнать, что вашего ребёнка травят? Просто почаще говорите с ним.*

Если ребёнок неохотно рассказывает о том, что происходит в школе, отводит глаза, становится грустным, то это верный признак, что что-то не так

Кроме того, чтобы избежать или вовремя заметить, что у ребёнка что-то не так в отношениях с одноклассниками, надо чаще бывать на школьных мероприятиях. Ездите вместе с классом на экскурсии, помогайте готовить праздники, ходите на родительские собрания. Так вы сможете хотя бы периодически следить за атмосферой в классе своего ребёнка и даже посоветовать что-то учителю, который не всегда успевает уследить за всеми учениками.

Страх неудачи

Сегодня соцсети настолько сильно влияют на нашу жизнь, что иногда становится страшно. Взрослые часто это недооценивают или не замечают. Однако когда ребёнок видит, как его одноклассники или другие сверстники постоянно публикуют посты о том, какие они успешные, то это может стать серьёзным поводом для потери мотивации. То же самое часто происходит и с оценками, ведь ребёнку всё время твердят, что получить плохую отметку это сродни катастрофе.

«Чтобы снять страх ошибки, нужно легализовать (и для себя в том числе) право на ошибку. Расценивайте их как полезный опыт, который даёт возможность чему-то научиться и продвинуться вперёд. Разрешите себе обсуждать дома свои промахи».

Мотивирующие фразы для ребёнка:

- «Я тоже ненавидел экзамены» -честно расскажите ребёнку, что вы тоже боялись экзаменов, родительских собраний и плохих оценок. Так он будет знать, что вы его понимаете, и будет видеть в вас друга, а не надзирателя.

- «У меня перед контрольными руки тряслись. Да и сейчас тоже» - делитесь своими эмоциями и покажите, что вы тоже нервничаете перед

важными делами. Так ребёнок поймёт, что с ним всё в порядке и бояться проверок — нормально.

- «Меня вообще однажды стошнило» - расскажите какой-то смешной или знаковый для вас случай из школьной поры. Смех снимает напряжение.

- «Что самое плохое может случиться?» - предложите посмотреть страху в глаза. Когда известно, чего ждать в случае чего, то всегда легче. Попробуйте придумать план Б.

- «Это не конец света» - пускай, очевидно, но ведь это действительно так. Если даже получишь двойку на экзамене, ничего страшного не произойдёт: его можно пересдать.

- «Мы всё равно будем тебя любить» - это главная фраза. Больше всего на свете (что бы он там ни говорил) ребёнок боится неодобрения родителей или, ещё хуже, того, что его перестанут любить.

Если речь идёт о подростке, то с ним можно поговорить о том, как работают социальные сети, насколько то, что мы видим в них, расходится с реальностью. Кроме того, можно привести примеры успешных людей, которых считали отстающими в детстве.

Дислексия и другие трудности с обучением

По данным российской Ассоциации дислексии, 10–15% людей в мире испытывают разные трудности в обучении. Это может быть, например, дислексия (проблемы с чтением), дисграфия (проблемы с письмом) или дискалькуляция (проблемы со счётом). Однако эти нарушения в развитии изучены мало и говорить о них чаще всего не принято. Обычно такие дети чаще слышат в ответ, что они лодыри и глупцы, нежели получают необходимую помощь. Поэтому если ваш ребёнок не хочет учиться, то, возможно, он этого делать пока просто не может.

Психологи называют такие нарушения изолированными: ребёнок может быть прекрасно развит интеллектуально, но слаб в конкретном навыке. Родителям важно вовремя заметить проблему и выбрать хорошего специалиста, который поможет, а не диагностирует у вашего ребёнка отсталость в развитии. И сделать это, конечно, лучше до школы, но наблюдать стоит и в первых классах тоже.

Самая частая причина дислексии — нарушение фонематического слуха. То есть ребёнок слышит громкость, интонацию, но не различает фонемы

Например, «ба-ба», «па-па», «ма-ма» звучат для него одинаково, он не может отделить их друг от друга. В такой ситуации стоит обратиться к логопеду.

Отсутствие понятной цели

Ещё одна причина потери мотивации и апатии - ваш ребёнок просто не знает, чего хочет. Он может быть прекрасно развит физически и интеллектуально, но у него проблемы с силой воли.

Вот несколько советов, как воспитать целеустремлённость.

- **Научите копить и ждать.** Для этого большие подарки, о которых мечтает ребёнок, лучше дарить только на один праздник - на день рождения. Если новая приставка выходит раньше, то предложите ребёнку помочь вам с покупкой. Пускай вложит свою часть из накопленных карманных или заработанных на чём-то денег.

- **Если ребёнок потерял интерес к учёбе, то свяжите награду с успехами в школе:** «Сдашь экзамен на пять, и мы сделаем первый взнос на твою мечту». Пускай этот взнос не покрывает даже 50% стоимости, но у ребёнка появится мотивация, плюс он научится ставить цель, потому что вторую половину всё равно придётся накопить.

- **Отстаньте.** Некоторые дети становятся безвольными и нецелеустремлёнными из-за слишком жёсткого контроля со стороны родителей. Им начинает казаться, что в любом случае в итоге решают мама с папой, поэтому стараться особенно не нужно, главное - не накосячить.

- **Смейтесь трудностям в лицо.** Не убивайтесь (и ребёнка не убивайте) из-за каждой неудачи. Важно, чтобы он понимал: проблема - это не повод плакать и страдать, а возможность для развития, а если произошло что-то курьёзное (необязательно), то ещё и для смеха.

- **Хвалите не за оценки, а за усилия.** Ведущие психологи давно говорят о том, что лучше учатся те, кого хвалят за процесс, а не за результат. Если вы видите, что ребёнок вдруг сам решил прочитать какую-то книгу или учебник, - радуйтесь и приглашайте есть мороженое в ближайшее кафе. А вот на хорошую или плохую отметку, наоборот, можно отреагировать более сдержанно. Так процесс учёбы как таковой будет у ребёнка ассоциироваться с чем-то приятным и он научится ценить свою работу.