

Обучение на дому. Советы психолога

Психологи – родителям: как организовать обучение ребенка на дому

Совместная «удаленка» оказалась настоящим испытанием для многих семей. Еще бы: многие родители переведены в онлайн-режим работы, а дети – на дистанционное обучение. И все они сошлись в одной точке: дома.

И хотя детям нужны здоровые (читай «спокойные») родители, младшее поколение – наше будущее, и поэтому ему – все лучшее. В том числе и грамотно организованное домашнее обучение.

Однако в каждой семье – свои порядки: стандарты, правила, свое понимание режима, которое порой, оказывается, находится в противофазе восприятия всего вышеперечисленного у других домочадцев.

Как же обеспечить детей условиями для дистанционного обучения без ущерба для нервной системы?

Советуют психологи:

Детский и семейный консультант-психолог Александр Викулов (г. Череповец) предлагает родителям несколько практических решений:

- Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение. Можно обсудить с ребенком, что ему поможет и что может помешать. Пусть он напишет свое намерение на бумаге. Собственное решение, зафиксированное письменно, станет для школьника психологической опорой, к которой можно обращаться. Оно отличается от простого устного обещания родителям, то есть внешней системе управления жизнью, в которой преобладает ответственность взрослых.
- В конце каждого дня подробно обсуждайте с ребенком что получилось, а что пока нет. Для понимания успехов и трудностей задавайте открытые вопросы, обращенные к конкретному опыту. Давайте ребенку развернутую положительную обратную связь: опишите его конкретный успешный опыт, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий.
- Большинство школьников плохо чувствуют время и не умеют его планировать. Помогите ребенку составить план на каждый день, а вечером подробно его проговорить и мысленно прокрутить «видеофильм» завтрашнего дня. Важно, чтобы у школьника перед глазами были часы и таймер, который фиксировал бы окончание запланированного периода. Полезно разбить работу на отрезки по 15-20 минут (в трудных случаях – до 7-10 минут), между ними делать пятиминутный перерыв, в который можно заниматься чем угодно.
- Без внешних стимулов и санкций, согласованных с ребенком, не обойтись. Можно составить письменный договор, невыполнение условий которого отдаляло бы исполнение мечты или поощрения.

- Очень важна организация рабочего места. Все необходимое должно быть в зоне доступности руки, в то время как мобильный телефон и другие гаджеты – вне рабочей зоны. Списки книг и образовательных фильмов, видеоуроков, уникальных мастер-классов, специальных сервисов – всего этого предостаточно в сети Интернет, но даже самые лучшие обучающие материалы могут оказаться бесполезными, если изначально не решить вопрос с организацией пространства и времени для дистанционного образования. Учитесь, учитесь, берегите себя и близких!