

Как научить ребёнка учиться: советы профессиональных тьюторов

Чтобы хотеть учиться, нужно прежде всего уметь учиться. Над этим важным навыком регулярно работают тьюторы домашней онлайн-школы «Фоксфорда», и мы попросили их поделиться несколькими секретами того, как научить детей учиться.

- Как научить детей хорошо учиться
- Совет 1. Ориентируйтесь на интересы
- Совет 2. Покажите, как добывать и применять знания
- Совет 3. Научите ребёнка чувствовать время
- Совет 4. Пробуйте разные форматы
- Совет 5. Позвольте ребёнку контролировать процесс обучения
- Выводы

Как научить детей хорошо учиться

Дети любопытны от природы. Как правило, в начальной школе им всё ново, а потому интересно. Появился новый предмет — здорово! Задали новый тип задач — отлично, хочу поскорее попробовать! Их не нужно приучать учиться, они и так это делают с удовольствием.

С переходом в старшую школу программа усложняется, а у ребёнка ведущей деятельностью становится общение. Именно в этот момент взрослые должны объяснить, как научиться правильно учиться.

Совет 1. Ориентируйтесь на интересы

Научиться учиться — значит найти тот интерес, в котором ребёнок захочет развиваться. По мнению тьютора Юлии Рожковой, без этого все остальные методики бессмысленны.

Попросите ребёнка поразмыслить, что ему даст тот или иной навык в отношении его любимого дела. Предположим, ему нравится кататься на самокате. Подтолкните его к пониманию, что знание законов физики поможет ему делать крутые трюки, а английского языка — общаться с райдерами со всего мира.

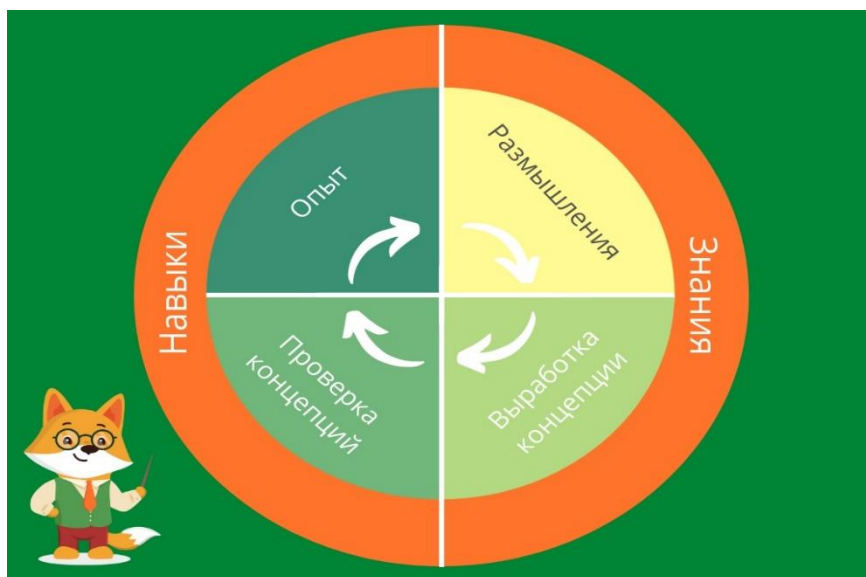


Что делать, если у ребёнка нет ярко выраженных увлечений? Присмотритесь к нему получше, предложите пройти диагностику Skillfolio, которая как раз направлена на выявление сильных сторон и интересов школьников. А главное — помогите ребёнку обзавестись хобби. Занимайтесь чем-то вместе, подавайте пример.

Совет 2. Покажите, как добывать и применять знания

Подобно тому как глотание еды без пережёвывания может привести к проблемам с желудком, поглощение знаний без рефлексии и применения на практике может повлечь «потерю аппетита» к обучению.

Процесс получения знаний и навыков на их основе в идеале должен состоять из нескольких этапов. Сначала ознакомление с каким-либо объектом или явлением, затем желание разобраться, как это работает, применение этого на практике и, наконец, осмысление пережитого опыта. Этот круг называется колесом обучения.



Колесо обучения

Концепцию колеса обучения использует в своей работе тьютор Наталья Смелова. При этом она считает, что не стоит давать ребёнку «рыбу» — нужно научить его пользоваться удочкой. Предположим, ученик не понимает проценты в математике. Попросите его найти в интернете мультфильм или хорошую статью на эту тему. Важно, чтобы он сделал это сам, ведь только добывая знания самостоятельно, можно научиться учиться. Однако затем обязательно разберите вместе найденный материал и покажите, как это может пригодиться ему в реальной жизни. Например, можно посчитать, сколько удастся накопить за год, если ежемесячно откладывать 10% карманных денег.

Совет 3. Научите ребёнка чувствовать время

Большинство малышей умеют определять время по часам ещё до школы. Но понимание ценности временного ресурса нет даже у некоторых старшеклассников. Звонок на урок и с урока должен постепенно приучить школьника, что за 45 минут можно выполнить примерно такой объём работы, и, к примеру, если учитель напоминает, что до конца занятия осталось несколько минут, нужно ускориться. Однако этот триггер вырабатывается далеко не у всех. А если ребёнок находится на семейном обучении, то

чувству времени нужно тренироваться отдельно, чтобы в итоге научить ребёнка учиться самостоятельно.



Вот какие вопросы рекомендует задавать тьютор Мария Суворова, чтобы приучить ребёнка следить за временем:

- Сколько времени у тебя сейчас есть?
- Как наилучшим образом ты им распорядишься?
- По каким критериям выберешь дела, которыми будешь заниматься?
- Что именно ты хочешь сделать по учёбе за отведённое время?
- Какой результат ты хочешь получить?
- Сравни, что ты хотел сделать и что сделал?
- Ты доволен результатом?
- Как сделать так, чтобы хватило времени на все задачи?

Совет 4. Пробуйте разные форматы

В статье о том, как изучать нелюбимые предметы, мы рассказывали, что люди делятся на визуалов, аудиалов, кинестетиков и дигиталов. Выясните, какой канал восприятия работает у ребёнка лучше всего, и предлагайте ему подходящие форматы обучения. Например, ученик жалуется, что ему сложно запоминать словарные слова. Можно предложить ему провести эксперимент по поиску идеального способа их запоминания: визуализация с помощью мнемотехники, наговаривание на диктофон и прослушивание, многократное записывание в тетрадь, разбор этимологии каждого слова. Пусть ребёнок попробует всё и составит рейтинг, какой метод помог ему лучшего всего. Самостоятельный поиск поможет ребёнку научиться учиться с удовольствием.

Совет 5. Позвольте ребёнку контролировать процесс обучения

«Доставай дневник, показывай, что задали», «Пиши на черновик — приду, проверю» — многие родители узнают себя в этих фразах. К сожалению, часто взрослые с первого класса проявляют гиперопеку в отношении учёбы ребёнка, чем губят мотивацию и самостоятельность.



«Младшеклассник не видит целого, поэтому пока что не может выбирать, что ему учить, но определиться, когда и в какой последовательности делать уроки, он может. Так позвольте ему это сделать!» — призывает тьютор «Домашней школы Фоксфорда» Светлана Гольцер. Пусть сам составляет график выполнения домашних заданий, готовится к аттестациям и получает на ней заслуженные отметки. Это даст ребёнку понять, что вы ему доверяете, и избавит от чувства тревоги в ожидании наказания за каждый неверный шаг.

По мере взросления родительский контроль должен всё больше ослабевать. Подросток должен осознавать, что учёба — это его зона ответственности. Воспитывайте в подростке самодисциплину, и у него никогда не возникнет запрос «хочу научиться учиться». Получать новые знания для него будет так же естественно, как чистить зубы по утрам.

Выводы

Ответ на вопрос, можно ли научить ребёнка учиться, однозначный — да, можно! Определите сферу интересов школьника, покажите практическую пользу получаемых знаний и ценность времени, пробуйте разные форматы обучения. И главное — доверяйте своему ребёнку!

Подростковый возраст

Психологическое состояние человека в разные периоды онтогенеза может иметь свои особенности. Внешние и внутренние факторы влияют на эмоциональное состояние и когнитивные способности. Особенно важны периоды гормональных перестроек, влияющие на развитие личности и психологические реакции. Именно в эти периоды часто возникает манифестация различных заболеваний. Подростковый возраст может быть показанием для работы с психологом в случае появления определенных симптомов, таких как: снижение самооценки или суицидальные мысли.

Общая информация

Возрастные психологические особенности можно описать как постепенное развитие личности. Совокупность внешних влияний и внутренних перестроек определяет эмоциональное состояние человека в определенные периоды жизни. Одним из наиболее важных факторов влияния является эндокринная регуляция организма. Гормоны оказывают воздействие на головной мозг путем изменения концентрации нейромедиаторов. Эти изменения могут иметь физиологическую функцию (пубертатный период) или быть признаками патологии.

Подростковый период является трудным возрастом, когда ребенок начинает подражать поведению взрослых людей и критически относиться к своим родителям. Физические изменения и гормональные перестройки становятся причиной эмоциональной нестабильности, раздражительности и снижения самооценки. Именно в этот период могут появиться первые симптомы психических расстройств, способных негативно повлиять на всю последующую жизнь человека.

Факты о пубертатном периоде

Половым созреванием называют период физиологических изменений, характеризующихся подготовкой организма к выполнению репродуктивной функции. В более широком понимании пубертатом можно назвать взросление, поскольку именно на этот период приходится закладывание фундамента личности человека. Процессы физиологических и психологических изменений происходят параллельно из-за влияния гормонов и реакции подростка на собственное состояние. В среднем пубертат может начинаться в 11-13 лет и заканчиваться в 18-19 лет. У девочек половое созревание обычно начинается раньше.



Главными регуляторами физиологических перестроек являются половые железы – яичники у женщин и семенники у мужчин. Эти органы выделяют в кровь гормоны, контролирующие развитие опорно-двигательного аппарата, половых органов и других анатомических структур. Влияние гормонов на центральную нервную систему обусловлено изменением баланса нейромедиаторов. У мужчин пубертат является единственным в жизни периодом психологической нестабильности, обусловленной эндокринными перестройками, в то время как у женщин похожие явления возникают во время беременности.

Аспекты психологических особенностей пубертата могут зависеть от следующих факторов

1. Наследственность. Признаки, передающиеся от родителей, влияют на развитие нервной системы.
2. Питание. Во время пубертатного периода организму требуется большое количество белков, углеводов, витаминов и минеральных веществ для развития органов, включая головной мозг.
3. Влияние общества, включая взаимоотношение со сверстниками и родителями.

Во время пубертата возникают резкие изменения телосложения. Мальчики и девочки обращают внимание на непропорциональное развитие тела, вроде длинных конечностей, сутулости и большой головы. Все эти временные особенности влияют на самооценку человека. При этом гормональный фон лишь усиливает влияние рефлексии на психику. У некоторых подростков эти факторы приводят к формированию стойких черт личности, вроде тревожности и избегающего поведения. В связи с этим важно начать работу с психологом как можно раньше.

Психология личности

Для подростков в период пубертата характерны определенные черты личности. Учет этих особенностей важен для профилактики психических расстройств и правильного воспитания. При этом следует иметь в виду, что выраженность тех или иных черт личностей варьируется в зависимости от половой принадлежности, возраста и индивидуальных качеств человека.

Основные черты личности

1. Неадекватная самооценка. Стремление к самовыражению, показной взрослости, признанию собственного авторитета и интеллектуальное развитие способствуют формированию у подростка взгляда на собственное положение в обществе. Для людей в этом возрасте характерна сниженная или неадекватно завышенная самооценка. В старшем возрасте эта проблема обычно исчезает, однако возможно формирование комплексов, постоянно влияющих на самооценку.
2. Импульсивное поведение. Прагматизм не является популярным взглядом на вещи среди подростков из-за отсутствия личного опыта и эмоциональной нестабильности.
3. Отсутствие опыта, «горячий рассудок», отсутствие самостоятельности и желание узнавать новое – это факторы, определяющие доверчивость и наивность подростка.
4. Эмоциональная лабильность – нестабильное состояние психики, характерное для многих подростков. Эта черта личности проявляется постоянными перепадами настроения, раздражительностью и агрессивностью. Настроение ребенка в течение дня может сменяться периодами плаксивости и эмоционального возбуждения.
5. Незрелый эмоционально-волевой контроль. Такую особенность также можно связать с эмоциональной нестабильностью и внушаемостью. Процессы торможения, связанные с функциями коры головного мозга, все еще развиваются во время пубертата, поэтому молодые люди с трудом контролируют собственные импульсы. Взрослый человек почти всегда может вовремя остановиться благодаря инстинкту самосохранения или жизненному опыту, однако детям может быть попросту недоступен такой психологический механизм.

Все перечисленные особенности отличают подростка от взрослого человека. Сохранение подобных черт личности у взрослых психологи называют инфантилизмом.