

### ***Родителям десятиклассников.***

Поступление в десятый класс открывает последний этап обучения в общеобразовательной школе. В этот период у школьников могут возникать определенные сложности в учебе, в отношениях со сверстниками и с родителями.

#### **ТЯЖЕЛО В УЧЕНЬЕ...**

Как правило, старшеклассники попадают в новый коллектив: они часто переходят в так называемые профильные классы (гуманитарный, математический и др.) или поступают в другие школы. В любом случае школьник оказывается в новом для себя обществе сверстников и учителей. Первые месяцы обучения в старшей школе становятся периодом адаптации к новым условиям и приобретения статуса среди сверстников. Необходимо, чтобы родители увидели, насколько важна для их ребенка проблема вхождения в новый коллектив, и оказали ему психологическую поддержку.

Конечно, в этом возрасте крайне нежелательно вмешиваться во взаимоотношения ребенка со сверстниками, приходить в школу или выяснять отношения с родителями других учеников (исключение составляют только самые крайние случаи, когда у родителей есть основания для серьезных опасений).

В десятом классе происходит резкая смена критериев оценки знаний учащихся.

Слабоуспевающие ученики обычно покидают школу после девятого класса, требования педагогов увеличиваются, изучаемый материал усложняется. Поэтому родители десятиклассников должны быть готовы к тому, что учащийся, имевший отличные оценки, в старших классах может стать средним или даже слабым учеником, а бывший твердый «четверочник» — неуспевающим.

Особенно часто это случается тогда, когда ребенок по настоянию взрослых поступает в престижное учебное заведение с усложненной программой, где критерии оценки его знаний и способностей иные, чем в «родной» школе. Плохие отметки (с точки зрения самого учащегося, т.е. более низкие, чем он привык получать) могут привести не только к понижению самооценки, но и к изменениям в поведении ребенка: он может стать подавленным и замкнутым или, наоборот, злобным и агрессивным.

Родители, заметившие, что их ребенок стал более раздражительным (или более мрачным и апатичным), чем раньше, должны помочь ему справиться с трудностями в учебе. Для этого, прежде всего, надо выяснить, с какими именно затруднениями он столкнулся, какие предметы сложнее всего даются. Затем постараться объяснить, что требования к нему возросли и педагоги оценивают его по новым критериям. Ведь ребенку кажется несправедливым, что за сочинения, например, по литературе учащемуся в средней школе ставили «отлично», а теперь «хорошо» или «удовлетворительно».

Нужно вместе с ребенком проанализировать те замечания, которые делают педагоги, и сформулировать новые параметры оценки успеваемости, уточнив, каким условиям должны отвечать его письменные и устные работы, рефераты, доклады. Возможно, для этого понадобится консультация учителя (желательно, чтобы ее получил сам школьник, а не его родители). Нужно помочь ребенку выполнить несколько заданий в соответствии с установленными правилами.

#### **ВОЗРАСТ ЛЮБВИ И... ОТДЫХА ОТ ТРУДОВ.**

Нередко встречающаяся в десятом классе проблема — ярко выраженное желание отдохнуть после напряженного девятого и перед выпускным одиннадцатым классом. Школьник чувствует себя уставшим от серьезных экзаменов и важных решений о своем будущем. Безусловно, школьникам необходима передышка. Более того, родители тоже могут воспользоваться возможностью проводить больше времени с детьми и помочь им восстановить и накопить силы.

Однако есть и большая опасность — можно, не желая того, позволить ребенку основательно «расслабиться» и потерять не только рабочий тонус, но и драгоценное время для подготовки к выпускным экзаменам.

Когда взрослые видят, что ребенок окончательно погрузился в свою жизнь и не

занимается ни учебой, ни помощью по дому, они пытаются воздействовать на него критикой и упреками. Обычно родители «пилят» ребенка примерно так: «Опять ты валяешься на диване и слушаешь это тупое радио! Ты целыми днями ничего не делаешь, тебя ничего не интересует! Придешь из школы и лежишь на диване с плеером или болтаешь по телефону до одури!.. » и т.д. и т.п.

Сами взрослые понимают, почему и за что они ругают своих детей, — ведь каждый родитель чувствует ответственность за будущее своего ребенка и, конечно, мечтает увидеть его успешным и счастливым в личной и в профессиональной жизни. Если родителям удалось добиться успеха, то они считают свою дорогу удачной, надежной и, к сожалению, единственно правильной. Если же не все в их жизни сложилось удачно, то они начинают бояться, что ребенок «наступит на те же грабли», и постоянно видят что-то опасное в его поведении.

Свои представления о том, как правильно строить жизнь, родители пытаются навязать ребенку. Они часто забывают, что сами, будучи подростками, не всегда вели себя идеально (в том числе с точки зрения их собственных родителей).

Для того чтобы старшеклассник не отдалялся от взрослых, нужно донести до него свои опасения в обычной беседе, объяснить, что именно в поведении ребенка заставляет вас беспокоиться. Расскажите ребенку о том, что интересовало вас в его возрасте, о каких упущенных возможностях вы жалеете, но сделайте это спокойно, не поучая и не раздражаясь.

Хорошо ориентироваться в явлениях, составляющих так называемую молодежную субкультуру, очень важно для ребенка в этом возрасте. Нередко бывает, что родители уже заранее уверены: все, что занимает подростка, — сплошные глупости. Только присмотревшись и, конечно, вспомнив собственные отроческие годы, взрослый может понять, что для уверенности в себе ребенку необходимо знать, чем живут его сверстники. Если тот стиль в одежде или в макияже, который выбрал ваш ребенок, не нравится вам, ни в коем случае нельзя его ругать, запрещать ему так одеваться или насмехаться над ним. Поговорите, объясните, что вам кажется неподходящим, и предложите, что именно и как изменить.

Юноши и девушки охотно используют время обучения в десятом классе для общения с друзьями и для разнообразных внешкольных занятий. Школьники проводят все больше времени вне дома, поздно возвращаются, реже, чем раньше, приглашают друзей к себе. Родители должны объяснить ребенку, что они волнуются за него, но ни в коем случае не выдвигать необоснованных требований: «всегда быть дома в 20 часов и точка». Любое требование должно быть разумным и аргументированным.

### **НАЧИНАТЬ ДЕЙСТВОВАТЬ.**

В десятом классе школьник должен окончательно определиться, будет ли он поступать в вуз после окончания школы. Если принято положительное решение, надо сформулировать конкретные шаги, которые следует предпринять для поступления, и начать готовиться к экзаменам.

Первый шаг — выбрать конкретное учебное заведение, в котором хочет учиться школьник. Желательно подготовить «запасные варианты», т.е. наметить два-три подходящих вуза, в которых совпадают сдаваемые предметы и экзамены проходят в разное время. При помощи Интернета можно найти координаты этих учебных заведений и ознакомиться с условиями приема.

Если есть такая возможность, то именно в десятом классе необходимо посетить День открытых дверей выбранного высшего учебного заведения. Во-первых, там можно получить наиболее полную информацию, задать все интересующие вопросы и купить справочную литературу. Во-вторых, для школьника очень полезно побывать (желательно не один раз) в том здании, где ему предстоит сдавать экзамены, сориентироваться там, выяснить, как лучше добираться, сколько на это требуется времени. В таком случае внешние факторы не будут для него стрессовыми, ведь он окажется в уже знакомой

обстановке.

В одиннадцатом классе также имеет смысл посетить День открытых дверей, так как иногда условия поступления меняются, например, добавляются новые экзамены. Родители и педагоги обычно в состоянии оценить знания ребенка по тому или иному предмету, необходимому для поступления в вуз. По самому «хромающему» из них надо начинать подготовку именно в десятом классе.

Родители могут помочь школьнику познакомиться с содержанием той специальности, которую он выбирает. Для этого надо найти кружок, клуб (в идеальном варианте — организованный при вузе, в котором можно получить выбранную профессию), где старшеклассников знакомят с азами того или иного дела.

Именно в десятом классе такие занятия будут своевременными, ведь у подростка сейчас есть последняя возможность поменять свое решение. В одиннадцатом классе график школьника станет более напряженным, начнется серьезная подготовка к выпускным и вступительным экзаменам.

### Опросник.

Заполнив опросник, составленный В.С. Юркевич, родители смогут определить, насколько у их ребенка-старшеклассника развита потребность в познании и понимает ли он необходимость обучения в школе лично для себя. Ответы на вопросы формулируются на основе наблюдений за ребенком.

#### **Определение уровня познавательной потребности:**

1. Связаны ли интересы старшеклассника (в учебе и во внешкольных занятиях) с выбором будущей профессии?

А. Связаны очень тесно.

Б. Связаны, но поведение ребенка хаотично, он хватается то за одно, то за другое, у него нет четкого плана действий.

В. Никак не связаны.

2. Случается ли, что старшеклассник обращается к серьезным источникам: пользуется научной литературой, словарями?

А. Часто.

Б. Иногда.

В. Никогда.

3. Ставит ли старшеклассник в своей учебной работе задачи, выполнение которых невозможно «за один присест», требует кропотливой работы в течение многих дней?

А. Очень часто.

Б. Бывает, что ставит такие задачи, но редко выполняет их.

В. Не ставит долговременных задач.

4. Занимаясь любимым делом, может ли делать «черную», неинтересную работу (выполнять длительные и скучные вычисления при решении интересной задачи)?

А. Делает такую работу спокойно, в том объеме, в котором это необходимо.

Б. Иногда делает, иногда бросает на полпути.

В. Избегает выполнения такой работы.

5. Может ли старшеклассник заниматься длительное время интеллектуальной работой, иногда даже жертвуя развлечениями, а иногда и отдыхом?

А. Всегда, когда это необходимо.

Б. Только иногда.

В. Никогда.

Необходимо определить, какие ответы преобладают — «А», «Б» или «В».

Преобладание **ответов «А»** свидетельствует о развитой и целенаправленной познавательной деятельности. Такой ребенок относится к учебе серьезно и проявляет в ней самостоятельность. От родителей может потребоваться помощь в поиске справочной литературы и в организации режима дня старшеклассника (некоторые школьники учатся «на износ», что может привести к истощению).

Преобладание **ответов «Б»** говорит о том, что у старшеклассника развита любознательность и есть интерес к некоторым учебным предметам. Но такой интерес не имеет организованного характера, он хаотичен. У школьника нет понимания того, как в дальнейшем в его жизни могут понадобиться те или иные знания. Родители могут помочь подростку, найдя для него интересный и необычный вид изучения самого привлекательного предмета, например, занимательный учебник или совместные обсуждения увлекательной темы.

**Ответы «В»** сигнализируют о низком уровне развития познавательной потребности и о нежелании учиться. Конечно, если «покопаться», всегда найдется область знаний или интеллектуальное занятие, которое в какой-то мере интересует старшеклассника. В разговоре с ним надо попытаться выяснить, что именно его интересует, присмотреться к его внешкольным занятиям и помочь найти способ реализовать свою склонность к той или иной деятельности, отнесясь к его интересу с пониманием и предоставив ему возможность действовать самостоятельно, но не отказывая в помощи при необходимости.

**Источник:** по материалам статьи научного сотрудника Московского городского психолого-педагогического института **Елены КРАВЦОВОЙ** (статья опубликована в № 20/2003 журнала "Школьный психолог" ИД "Первое сентября").

### **Рекомендации родителям десятиклассников по адаптации к обучению в старшей школе.**

Уважаемые родители! Переход к обучению в старшей школе связан с изменением для учащихся ряда условий: резкое усложнение и увеличение объема школьной программы, новый классный коллектив, новые учителя, усложненные требования, предъявляемые к учащимся. Поэтому, чтобы избежать увеличения школьной тревожности в данный период времени, родителям необходимо оказать детям посильную помощь:

- Необходимо, чтобы родители увидели, насколько важна для их ребенка проблема вхождения в новый коллектив, и оказали ему психологическую поддержку.
- В этом возрасте крайне нежелательно вмешиваться во взаимоотношения ребенка со сверстниками, приходить в школу или выяснять отношения с родителями других учеников (исключение составляют только самые крайние случаи, когда у родителей есть основания для серьезных опасений).
- Родители, заметившие, что их ребенок стал более раздражительным по причине неуспеваемости (или более мрачным и апатичным), чем раньше, должны помочь ему справиться с трудностями в учебе. Для этого, прежде всего, надо выяснить, с какими именно затруднениями он столкнулся, какие предметы сложнее всего даются. Затем постараться объяснить, что требования к нему возросли и педагоги оценивают его по новым критериям. Нужно вместе с ребенком проанализировать те замечания, которые делают педагоги, и сформулировать новые параметры оценки успеваемости, уточнив, каким условиям должны отвечать его письменные и устные работы, рефераты, доклады. Возможно, для этого понадобится консультация учителя (желательно, чтобы ее получил сам школьник, а не его родители). Нужно помочь ребенку выполнить несколько заданий в соответствии с установленными правилами.
- Нередко встречающаяся в десятом классе проблема — ярко выраженное желание отдохнуть после напряженного девятого и перед выпускным одиннадцатым классом. Когда взрослые видят, что ребенок окончательно погрузился в свою жизнь и не занимается ни учебой, ни помощью по дому, они пытаются воздействовать на него критикой и упреками, что зачастую оказывается бесполезным. Для того чтобы старшеклассник не отдалялся от взрослых, нужно донести до него свои опасения в обычной беседе, объяснить, что именно в поведении ребенка вызывает беспокойство.

- В 10 классе школьники проводят все больше времени вне дома, поздно возвращаются, реже, чем раньше, приглашают друзей к себе. Родители должны объяснить ребенку, что они волнуются за него, но ни в коем случае не выдвигать необоснованных требований: «всегда быть дома в 20 часов и точка». Любое требование должно быть разумным и аргументированным. В десятом классе школьник должен окончательно определиться, будет ли он поступать в вуз после окончания школы. Надо помочь ему сформулировать конкретные шаги, которые следует предпринять для поступления, и начать готовиться к экзаменам. Именно в десятом классе такие занятия будут своевременными, ведь у подростка сейчас есть последняя возможность поменять свое решение.

### **Рекомендации родителям десятиклассников.**

- Смотри на своего ребенка как на самостоятельную личность.
- Говори с ним о некоторых планах, касающихся домашнего хозяйства, например, что купить, что поправить, где сэкономить, чтобы ребенок чувствовал себя членом семейного коллектива.
- Все время доказывай своим поведением, что умеешь держать слово.
- Держи себя так, чтобы ребенок не боялся идти к тебе с любым вопросом, даже и тогда, когда чувствует, что вопрос деликатный.
- Прежде чем пристыдить или наказать ребенка, постарайся понять, по каким побуждениям он совершил свой поступок.
- Не обращай с ним все время как с маленьким ребенком.
- Не балуй его и не делай за него то, что он мог бы сделать сам.

Помните! Воспитывая ребенка, оба родителя и остальные родственники должны действовать согласованно.

### **Общение с подростком.**

- Создайте безопасную психологическую базу ребенку в его поисках, к которой он мог бы возвращаться, встретив на своем пути неудачи.
- Поддерживайте способности ребенка к творчеству и проявляйте сочувствие к ранним неудачам, объясняя, что для успеха требуется время и терпение.
- Развивайте волевые качества, воспитывайте здоровую продуктивность...
- ...формируя приоритеты в деятельности;
- ...обучая постановке конкретных целей;
- ...обучая распределению времени;
- ...обучая разделению любой деятельности на этапы.
- Будьте терпимы.
- Оставляйте ребенка одного и позволяйте ему самому заниматься своими делами.
- Помогайте учиться строить его систему ценностей.
- Помогайте в удовлетворении основных человеческих потребностей.
- Помогайте ему справляться с разочарованием и сомнением.
- Помогайте ребенку глубже познать себя. Для этого развивайте:
  - - уверенность, базирующуюся на сознании самооценки;
  - - понимание достоинств и недостатков в себе и окружающих;
  - - умение общаться с любыми людьми.
- Помните, что ребенок творит не только для себя, но и для тех, кого любит.
- Помогайте ребенку избежать общественного неодобрения, при этом помните, что его поведение не должно выходить за рамки приличного.
- Уважайте в ребенке индивидуальность. Не стремитесь проецировать на него собственные интересы и увлечения.