

**Родитель-тьютор:  
помогаем ребёнку в  
обучении**

# Протягивайте руку помощи

Множество факторов влияют на академические успехи детей: отношения с одноклассниками и в семье, вовлечённость родителей в школьную жизнь, ожидания учителя, собственная мотивация и способности, накопившиеся хвосты за предыдущие годы, питание — и этот список можно продолжать. Если интересно узнать больше, есть масштабная работа [Джона Хэтти](#): в его книге [«Видимое обучение»](#) собраны сотни исследований о том, как мы учимся и что на нас влияет.

Бывает, что детям для устойчивых хороших результатов в учёбе предстоит преодолеть больше сложностей, чем мы думали, и давление на детей в этом далеко не помогает. На этом пути ребёнку важно чувствовать опору и поддержку близкого человека. А это как раз вы!



# Подавайте пример

Дети наблюдают за нами, перенимают наши ценности, установки, воспроизводят наше поведение в разных ситуациях. **Наш пример влияет значительно больше, чем слова, не подкреплённые действиями.** Для того чтобы обучение было ценностью для детей, учитесь сами, делайте это максимально открыто. Делитесь с детьми своим опытом: говорите о том, с какими трудностями вы сталкиваетесь, когда узнаете что-то новое, рассказывайте о том, чему вы научились, советуйтесь с детьми, когда выбираете новый курс или интересный подкаст.

Наверняка ваши дети умеют что-то такое, чего вы не умеете, так попросите их научить вас. **Любопытство, знания, интерес к новому — всё это заразительно.**

# Создайте условия для учёбы

**Рабочее место имеет значение:** хорошее освещение, удобный стул или кресло, стол, на котором достаточно места. Если есть возможность, лучше разделять место для работы и для отдыха. У любого из нас должна быть возможность сконцентрироваться в тишине, в спокойной атмосфере. Если в соседней комнате вы что-то громко слушаете, смотрите или разговариваете по телефону, это будет мешать.

Было бы здорово составить вместе с ребёнком наглядное расписание: разграничить время работы, перерывов и отдыха, отмечать уже сделанное. В этом помогают и **ежедневные чек-листы**, которые помогут ничего не забыть: ни домашку, ни перекус, ни смену деятельности — выход на короткую прогулку. Полезно обсуждать с ребёнком устройство его рабочего времени и вместе придумывать, как его можно улучшить, отмечать, что работает, а что не очень.

Всё это нужно, чтобы учебный процесс не доставлял мучений и был эффективным, не занимал всё время. Если каждый день сидеть над домашкой до ночи, можно быстро выгореть и потерять мотивацию.

# Проявляйте интерес

Жизнь в школе состоит не только из уроков и контрольных: ещё из общения со сверстниками, впечатлений, проектов, в которых ребёнок участвует, моральных дилемм, с которыми сталкивается, принятых решений, радостных и грустных моментов, рефлексии. То, как мы учимся, тесно связано со всем нашим школьным опытом.

Показывайте, что **вам важен опыт ребёнка**, интересуйтесь его школьной жизнью, задавайте более конкретные вопросы: про друзей, впечатления, настроение и эмоции. Если есть возможность, старайтесь включаться в школьную жизнь: участвуйте в поездках или мероприятиях, конференциях или собраниях для родителей. Не в роли надзорного инспектора, а как близкий вашему ребёнку человек, который проживает эту школьную жизнь вместе с ним.

Дети будут учиться лучше в школе, в которой им хорошо, которую они считают значимой для себя и своей семьи.

# Поддержите учебную мотивацию

Мы рождаемся с сильной внутренней мотивацией познавать мир вокруг. Дальше в детстве этот вид мотивации может быть как поддержан, так и, к сожалению, подавлен.

Основной способ поддержать внутреннюю мотивацию — **позволить ребёнку быть автором своего образовательного процесса**: когда он может выбирать задачи, имеющие для него значение, когда есть выбор проектов, хотя бы немного свободы в том, как выполнять задание, выбирать способы оценки своих успехов. Это помогает ребёнку почувствовать контроль над своим образованием, что укрепляет мотивацию.

Стоит обсудить с ребёнком и учителем, как это можно реализовать. Например, если ребёнок увлекается компьютерными стратегиями, он мог бы сделать сравнительный анализ представления исторической эпохи в игре с тем, что написано о ней в учебнике. В химии, физике, геометрии можно предложить ребёнку найти изучаемые явления в повседневной жизни и тем самым решить не теоретическую задачу, а задачу из реальной жизни. В математике — использовать изучаемые понятия в проекте, связанном с интересами ребёнка.

Если со школой возникают трудности, попробуйте поискать онлайн-курсы, детские лагеря, проектные школы с программами, которые помогают почувствовать связь между реальной жизнью, интересами ребёнка и изучаемыми предметами.

Важно иметь эту смысловую опору, иначе обучение превращается в рутину и механические действия. Если есть понимание, в чём смысл, появляется **внутренняя мотивация**. А без неё любая внешняя мотивация (награды, похвала или угрозы и т. д.) рано или поздно перестанет работать.

# Ставьте с ребёнком цели

Ставьте вместе с ребёнком цели на неделю, на месяц или на четверть. Это могут быть ваши общие цели с ребёнком: например, изучать новое слово каждый день, или посетить три выставки, или в течение месяца не опаздывать в школу. Академические цели по предметам здорово сформулировать вместе с ребёнком и учителем. Причём не обязательно, чтобы цель была связана с текущими отметками. Например, у ребёнка в седьмом классе проявились проблемы в математике из-за того, что раньше, ещё в пятом, тема дробей не была хорошенько проработана. Тогда можно поставить цель на две недели — освоить эту тему. Вряд ли за это смогут поставить пятёрку в седьмом классе, но это важная цель, опираясь на которую вы сможете ставить следующие. Отмечайте усилия школьника и его достижения.

Хорошо работает **визуализация цели**: можно сделать картинку и наклейками отмечать прогресс, или таблицу, которую ребёнок будет заполнять, или чек-лист. Важно, чтобы ваш школьник видел прогресс, держал в фокусе цели, видел результат усилий, даже промежуточный, — это будет стимулировать на новые свершения.

# Поддерживайте детские усилия

Важно видеть ситуации, где ребёнок проявил упорство, приложил усилия и достиг прогресса, который был вызовом именно для вашего ребёнка, был в зоне его ближайшего развития. Например, если переход с двойки на тройку по предмету требовал серьёзных усилий от ребёнка (возможно, накопились пробелы за прошлые годы или у вашего учителя особенно строгие требования) — это тоже успех.

Не нужно хвалить просто так. Но если вы видите, что ребёнок вложил и достиг результата, особенно если вы этот результат заранее оговорили, важно это отметить.

**Поощряйте усилия, а не качества:** не «ты умный», а «ты проделал большую работу». Если ставить непосильные для ребёнка цели и замечать только выдающиеся результаты, мотивация пропадёт. Попробуйте придумать ритуалы, которыми вы будете отмечать успехи и достижения.

Достижения — это не только пятёрки, но и интересный проект, выступление с докладом, к которому ребёнок долго готовился, достижение поставленных вами с ребёнком целей. Если вы замечаете только отметки, а не знания или усилия, вы даёте сигнал о том, что знания не важны, важен только результат в виде оценки.

# Размышляйте о процессе учёбы

**Все дети учатся по-разному:** кому-то тяжело воспринимать информацию на слух, кому-то — работать с текстами. Кто-то схватывает на лету, а кому-то нужно больше времени, но он глубже освоит материал. Кого-то несправедливая ситуация на перемене может выбить из колеи на целый день.

Вы можете обсудить с ребёнком, с какими трудностями он сталкивался сегодня или на этой неделе в школе, что помогало преодолеть эти трудности. Например, если скучно на уроках информатики, может быть, участие в мастер-классах или в интересных каникулярных программах поможет пробудить интерес или увидеть смысл в этом предмете. Может быть, задание предполагало командную работу, а вашему ребёнку трудно взаимодействовать с другими детьми. Пробуйте придумывать решения проблем вместе. Фиксируйте эти решения, смотрите, помогли ли они.

Через рефлексию вместе с ребёнком вы можете определить его особые образовательные потребности и вместе сделать учебный процесс более персонализированным.

# Давайте ребёнку выбор

**Умение выбирать** — это навык, который развивается с опытом. Чтобы ребёнку было проще делать выбор в жизни, этот навык нужно тренировать с ранних лет. К тому же, принимая решения, ребёнок присваивает себе процесс и более ответственно к нему относится. Можно начать с чего-то простого: выбора собственной одежды, школьных предметов, на которые будут направлены основные усилия, выбора кружков или летнего лагеря, меню для вашей семьи на неделю, профильного класса в школе.

Обсуждайте, почему ребёнок совершает тот или иной выбор, пробуйте разные механизмы для принятия решений, но оставляйте право решения за ребёнком. Чем раньше ребёнок что-то сможет выбирать и учиться на пока ещё не очень серьёзных последствиях своих решений, тем более осознанный выбор он сможет сделать, когда ставки будут высоки.

# Право на ошибку

Страх провала — это очень мощный стопор. В дело вмешиваются чувства вины и стыда — из-за них мы избегаем дел, в которых можем совершить ошибку. Ожидание успеха, а не провала нам больше помогает в учёбе.

**Попробуйте относиться к ошибкам так, как учёные относятся к экспериментам.** Отрицательный результат в науке — это тоже результат. На его основе можно сделать выводы, которые помогут в следующих исследованиях. Если это ошибки, например, в контрольной — они помогают увидеть, какие темы не освоены. Это не более чем обратная связь: какие темы западают и над чем стоит поработать. Если речь идёт об ошибочных решениях или поступках — это тоже обратная связь. Она даёт нам возможность сделать выводы и поступить по-другому в следующий раз.

Да, могут быть неприятные последствия. Придумайте вместе с ребёнком план, как с этими последствиями справиться. Сумев преодолеть их, ребёнок будет чувствовать себя уверенней.

# Помогайте ребёнку понять, что ему интересно

Одна из основных задач в школьном возрасте — определиться с тем, что тебе нравится. **Чтобы понять, что нравится, нужно пробовать**, чем раньше, тем лучше. Ребёнок может пробовать что-то новое не только в кружках или на курсах, но и участвуя в проектах, театральных постановках, в походах, на экскурсиях. Обсуждайте этот опыт, обращайтесь внимание на то, что интересно. Что именно понравилось и почему? А что именно не понравилось? Здорово, если вы будете выписывать вещи, которые нравятся, вызывают интерес, группировать их. В какой-то момент вы увидите закономерности и сможете опираться на них для выбора следующих занятий.

Мы уже не выбираем одну профессию на всю жизнь. Сейчас так быстро меняются технологии и социальные процессы, что мы сами, может быть, не раз сменим не только профессию, но и сферу деятельности. Хотя бы потому, что наши профессии сильно трансформируются со временем.

Ребёнок, у которого ещё мало опыта и который не осмысляет свой опыт, не сможет понять, чего он хочет.

# Помогите ребёнку управлять ресурсами

Вокруг много возможностей для развития — не только в школе, но и в вашем районе, на природе, в интернете. Подбирая подходящие предложения, вы можете вместе с ребёнком составить для него образовательную траекторию. Эта задача тесно связана с пробами и поиском себя.

Сделайте вместе с ребёнком **карту имеющихся у вас возможностей и ресурсов**: клубов, кружков, дистанционных программ, которые вам кажутся полезными, онлайн-ресурсов, проектных школ, соревнований и т. д.

Обсудите получившуюся карту: что кажется полезным и интересным, а что пробовать не хочется. Попробуйте договориться, на основе каких критериев ваш ребёнок сделает выбор, на какое время — на год, четверть или только пробное занятие.

А после посещения занятий обсудите, как это было, какие были ожидания и что получилось на самом деле. Стоит ли изменить критерии выбора? Стоит ли переделать карту? Что вы учтёте, когда снова обратитесь к ней, чтобы сделать выбор на следующую четверть или месяц?

Управление ресурсами для своего развития тесно связано с умением ребёнка сформулировать запрос для учебного опыта. А это большой шаг к тому, чтобы обучение стало осмысленным и осознанным.

# Верьте в своего ребёнка

Способность прикладывать усилия и добиваться цели связана с концепцией **установки на рост**. Это вера человека в то, что его способности могут быть развиты благодаря усердию и упорному труду — ум и талант лишь отправная точка. Установка на рост противопоставляется установке на данность.

Чтобы помочь ребёнку справляться с трудностями, нужно формировать у него установку на рост. Здесь помогут все советы, которые мы дали выше.

Отношение взрослых к ребёнку, вера в него, поощрение влияют на его отношение к учёбе. Позитивная установка отличает ученика, бросающего всё, потому что он «не математического склада ума», от того, кто прикладывает усилия, которые приводят к росту.

Но установка на рост не сводится только к труду и усилиям. Люди, запертые в клетке установки на данность, считают, что вся работа была напрасной, если результат не достигнут. Установка же на рост позволяет людям ценить то, что они делают и какой путь прошли, и это даёт возможность двигаться дальше.

