

УДК 159.922.7  
ББК 88.8  
Б95

**Быкова, Анна Александровна.**

Б95 Школьники «ленивой мамы» / Анна Быкова. — Москва : Эксмо, 2018. — 288 с. — (Ленивая мама).

ISBN 978-5-04-095047-8

Вот и настал сезон родительских собраний. Уже в садике нам сообщают, что сейчас самое важное — это подготовка к школе, а в школе, что самое важное — это подготовка к ЕГЭ. И не важно, сколько еще лет ждать этого момента. Про ЕГЭ говорит даже завуч начальной школы на собрании для родителей будущих первоклассников. Как будто за восемнадцать лет жизни ничего более важного быть не может. Как будто все детство — это период, когда нужно готовиться к экзаменам. Книга педагога, психолога и автора серии книг-бестселлеров «Ленивая мама» Анны Быковой о том, как пережить «школьные годы чудесные». Без неврозов, без насилия, без комплекса родительской неполноценности и без необходимости пить валерьянку.

**УДК 159.922.7**  
**ББК 88.8**

**ISBN 978-5-04-095047-8**

© Быкова А., текст, 2018  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

## *Из этой книги Вы узнаете:*

- ✓ Как правильно выбрать школу
- ✓ Как относиться к оценкам
- ✓ Как без напряжения и стрессов делать уроки
- ✓ Как быть в ситуации школьной травли
- ✓ Как противостоять учителю, если он нарушает границы личности ребенка



## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	9
<b>Часть 1. ДЕТЯМ НУЖНА НАША ПОДДЕРЖКА .....</b>	<b>21</b>
Родители — ученик — учитель .....	23
Родительская власть .....	26
Родительская забота .....	32
Нацеленность на успех .....	35
Развитие познавательной активности .....	38
Эмоциональная включенность .....	42
<b>Часть 2. ТАКИЕ РАЗНЫЕ ДЕТИ... И ВЗРОСЛЫЕ .....</b>	<b>45</b>
Интеллект .....	47
Психотип .....	61
Такие разные взрослые .....	83
<b>Часть 3. ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС .....</b>	<b>91</b>
Выбирая школу... ..	93
Психологическая готовность ребенка к школе .....	108
Кружки и секции в первом классе .....	120
Оценки в первом классе .....	126
<b>Часть 4. ОТНОШЕНИЯ С УЧЕБОЙ .....</b>	<b>147</b>
Ребенок не хочет в школу .....	149
Диагностика. Что не так в этой школе? .....	155

Ситуация успеха и выученная беспомощность .....	163
Страх ошибки .....	178
Отношение к оценкам .....	181
Домашние задания как фактор стресса .....	186
Репетитор .....	199
Семейное образование .....	203
<b>Часть 5. ОТНОШЕНИЯ С УЧИТЕЛЯМИ И ОДНОКЛАССНИКАМИ ....</b>	<b>211</b>
Мама, тебя в школу вызывают .....	213
«Нельзя жаловаться». Конфликты в школе .....	227
Границы личности. Защита прав ребенка .....	236
Травля. Буллинг .....	250
Профилактика буллинга .....	265
Осторожно! Псевдопсихология в школе .....	272
Дети и социальные сети .....	277
<b>Заключение .....</b>	<b>284</b>

## **ВВЕДЕНИЕ**

Осень — сезон родительских собраний. Узнаю в садике от воспитателей младшего сына, что сейчас САМОЕ ВАЖНОЕ — это подготовка к школе. А в школе узнаю от учителей старшего сына, что сейчас САМОЕ ВАЖНОЕ — это подготовка к ЕГЭ. И не важно, сколько еще лет ждать этого момента. Про ЕГЭ говорит даже завуч начальной школы на собрании родителей будущих первоклассников. Будущих! То есть детям еще целый год до школы, а родителей уже пугают ЕГЭ. Как будто за восемнадцать лет жизни ничего более важного быть не может. Как будто все детство — это период, когда нужно готовиться к экзаменам. Как будто после плохо сданного экзамена нет будущего...

Зачем создавать такое напряжение? Уже известны случаи подростковых суицидов, связанных с волнением и тревогой в дни экзаменов. Пожалуйста, родители, сохраняйте спокойствие. Хорошее психологическое здоровье важнее хороших оценок.

В моем школьном детстве был реальный пример девочки-вундеркинда. Феноменальная память. Быстрое усвоение больших объемов информации. Родители гордились и стремились, из класса в класс ее переводили с опере-



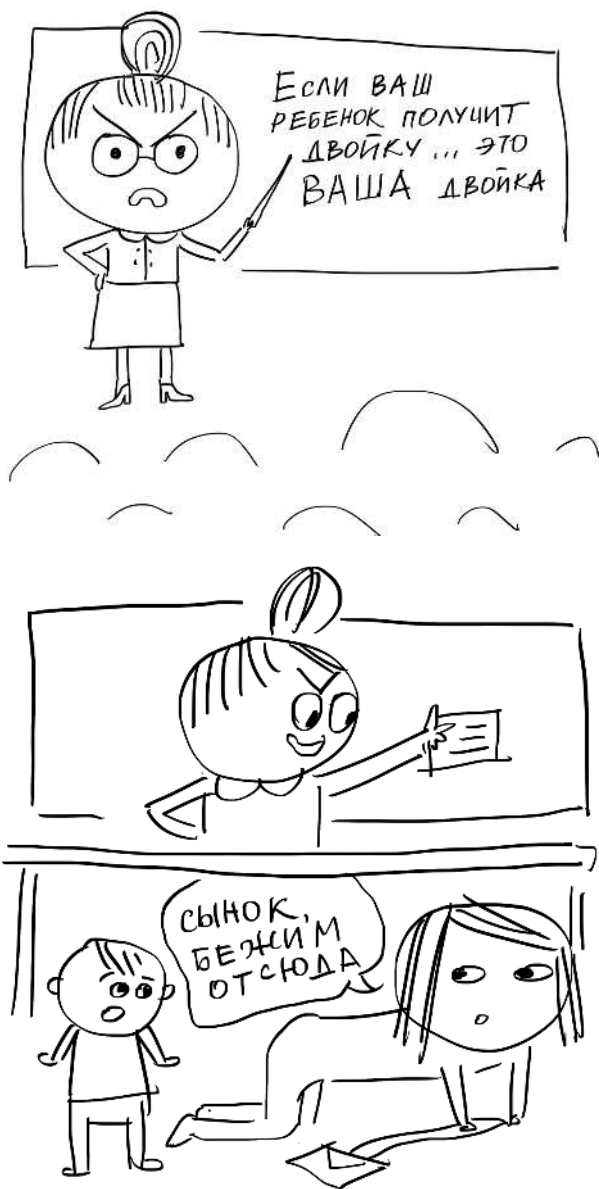
жением. К выпускным экзаменам она подошла в возрасте двенадцати лет претенденткой на золотую медаль. Но при сдаче последнего экзамена девочка так переволновалась, что с ней случился нервный срыв. Не знаю подробностей, ибо сама в то время была еще мала. Знаю только, что ее долго лечили в психиатрической больнице, а учиться после этого она больше не смогла... Я как-то приезжала в город своего детства. Мы с друзьями решили покататься на лыжах. Зашли в пункт проката, и там я увидела эту девочку-вундеркинда. То есть теперь уже тетеньку тридцати лет. Она работала гардеробщицей...

Эту грустную историю я вспомнила при посещении родительского собрания в лингвистической гимназии. Всего лишь информационная встреча завуча начальной школы с родителями, желающими водить своих детей на подготовительные курсы. Еще целый год до школы. Но какие напряженные лица у родителей... Особенно в момент, когда завуч говорит, что поступят в гимназию не все, что будет строгий отбор по результатам четырех контрольных работ, которые дети будут писать в течение года. Шестилетки?! Контрольные?! Да. И по результатам каждой контрольной будут индивидуальные собеседования с родителями.

Отслеживаю реакцию взрослых людей. Кто-то начинает нервно барабанить пальцами по своим коленкам. Кто-то начинает теревить сумочку. Кто-то вжимается в спинку стула и немного сползает под парту. Мышечная память отреагировала на слово «контрольная». Моя — тоже, мне захотелось немедленно сбежать с собрания. То есть сначала мои стопы развернулись в направлении двери, а потом я осознала пружинистый телесный импульс: «Хочу сбежать». Но я осталась. Сидела и смотрела на напряженные позы родителей, слушала наставления завуча про «обязательно за пятнадцать минут, чтобы успеть переодеть сменку», про «обязательные домашние задания», и мне очень захотелось продлить ребенку (и себе) беззаботное детство еще на один год... В итоге я приняла решение не водить Сашку на подготовительные курсы. Будет сохраннее для психики, если со всем, что «строго обязательно», он встретится годом позже.

А еще у меня возникла идея новой книги. Книги для родителей о том, как пережить эти школьные годы чудесные.





Без неврозов, без насилия, без комплекса родительской неполноценности, без потребности пить валерьянку.

Тема школы мне близка. Я знаю школу не только снаружи, как родитель школьников, но и изнутри, как психолог, к которому часто обращаются другие родители за помощью в решении школьных проблем, и как учитель, много лет проработавший в системе государственного образования. По первому образованию я учитель математики и информатики. После окончания вуза пришла работать в школу, преподавала информатику в начальной школе. Потом преподавала информатику и дискретную математику уже в колледже, была куратором первокурсников. Со временем к педагогическому опыту добавился психологический взгляд на саму ситуацию обучения в школе. Честно скажу, психологический и педагогический взгляды на проблемы школьников сильно отличаются. Даже при воспитании собственных детей во мне часто спорят разные части «Я». Внутренние персонажи: педагог, психолог, родитель. Поэтому в данной книге я буду излагать не одну точку зрения, а сразу три своих точки зрения. То есть буду просматривать ситуации с точки зрения педагога, с точки зрения психолога и с точки зрения мамы.

Когда во мне рождался и рос психолог, авторитарному педагогу приходилось несладко. Он сопротивлялся, отстаивал свои установки, кричал о правилах и морали. Но психолог набирал силы, подтачивал замок убеждений, скруглял углы. Все структурированное и черно-белое в моей картине мира (то есть в той картине, которая была у меня как у педагога), он превращал в нечто текущее и переливаю-

щееся всеми цветами и оттенками. В конце концов педагог сдался, собрал остатки тетрадок, исписанных правилами, в портфель... но не ушел, а подвинулся, признав психолога равным и имеющим право голоса. Психологу, правда, было фиолетово, что там признает педагог. На самооценку психолога это никак не влияло.

С тех пор на любую ситуацию я смотрю то глазами педагога, то психолога.

- ✓ У педагога все четко: «Так можно, а так нельзя»
- ✓ У психолога: «Так тоже можно, но с другими последствиями»
- ✓ Педагог призывает: «Быстрее, выше, сильнее!»
- ✓ Психолог говорит: «Счастливее!»
- ✓ Педагог говорит: «Так надо!»
- ✓ Психолог спрашивает: «А как ты хочешь?»

Иногда педагог стремится перевоспитать психолога. Порой даже гневно поучает, но психолог не реагирует. В свою очередь психолог тоже осознает в себе желание немного поработать с педагогом, чтобы тот стал более расслабленным. Но психолог свое желание не выпячивает, так как запроса на консультацию от педагога не поступало...

А еще во мне есть родительская часть. Мама. Она вообще странная женщина. То сжимается от тревоги, то расплывается в любви и нежности, то впадает в ярость, то в отчаяние. Чаще всего паникует и боится сделать ошибку. Как бы она жила, бедная, без педагога и психолога?

Однажды в августе мама во мне начала тревожиться, что каникулы заканчиваются, а старший сын еще не прочитал книги из того списка, который выдали в школе. Десять книг за две недели прочитать нереально. Что же делать? Мама паникует.

Педагог возмущен таким наплевательским отношением к заданию. Педагог негодует и продумывает систему наказаний.

А психологу фиолетово...

Педагог возмущен, что психологу фиолетово. Но его возмущение психологу тоже фиолетово.

Мама в тихой панике. Мама не может принять решение: то ли надавить на ребенка, заставить читать с утра до вечера, то ли каждое утро проводить воспитательную беседу о пользе чтения, а вечером читать вслух...

И тогда внутренний психолог задает маме резонный вопрос: «А сколько книг ты сама прочитала за лето?» (Рассматриваем только произведения художественной литературы, профессиональная не в счет!) Я из своей «мамской части» честно отвечаю, что нисколько. Нет смысла врать внутреннему психологу. «Вот-вот!» — радуется он возможности провести сравнение. Мама старается оправдаться: «Мне было некогда! А вообще, я читать люблю. Вон та стопочка книг на книжной полке — это книги, которые ждут своей очереди. Я бы с радостью их прочитала, будь у меня свободное время».



Фразу «будь у меня свободное время» надо понимать как «всегда находятся дела поважнее».

Ребенок в деревне. Там велосипед и приятели. В его системе ценностей это определенно важнее, чем чтение книг, которые он даже не сам выбирал.

Мама отпустила ситуацию. Чуда не случилось. Ребенок не прочитал все книги по списку. Он вообще прочитал только

одну книгу. Но он сдал в срок и в полном объеме читательский дневник, написав краткое резюме по каждому произведению (кто главные герои, о чем книга и что больше всего понравилось) — собственно, это то, что будет проверять учитель.

Нечестно! Но внутреннему возмущенному педагогу пришлось пристыженно замолчать, потому что психолог спросил его: «А не было ли в твоей жизни подобного?»

Было. Когда-то давно, после первого курса университета, я сдавала отчет по педагогической практике в летнем лагере, хотя на самом деле все лето провела в студенческом стройотряде с мастерком в руке... А еще на защите выпускной работы я знакомила комиссию с результатами тестов при исследовании динамики развития внимания школьников 5—7-х классов, хотя на самом деле тесты я не проводила, а просто подогнала цифры под нужный мне результат... Вот так психолог учит педагога не осуждать.

*Все тяготы  
школьной жизни  
ребенок сможет  
преодолеть при  
наличии адекватной  
поддержки  
родителей.*

Мой внутренний психолог научил моего внутреннего педагога задавать себе несколько простых вопросов, прежде чем принимать воспитательные решения. Вот эти вопросы:

- ✓ А не было ли в твоей жизни подобного? Всегда ли ты сама ведешь себя идеально правильно?
- ✓ Поступали ли с тобой аналогичным образом твои родители? Что ты при этом чувствовала?

- ✓ Если бы ты была на месте ребенка, какую поддержку от родителей ты хотела бы получить?

Родительской поддержке в этой книге будет отведена ключевая роль. Потому что я пока не придумала, каким образом могу повлиять на всю систему образования, перестроить ее таким образом, чтобы каждому ребенку было в ней комфортно. Но я знаю, что все тяготы школьной жизни, все недостатки системы ребенок сможет преодолеть при наличии адекватной поддержки родителей. Эту идею подтверждают многочисленные письма читателей моего блога. Когда я только начала работу над этой книгой, я попросила их поделиться историями из своей школьной жизни. Не историями успеха, а историями проблем, психологических травм, сильных переживаний и потрясений. Все истории разделились на три основные группы:

- ✓ Родители знали о проблемах, но не знали, чем поддержать ребенка
- ✓ Родители не подозревали о наличии проблем либо не считали нужным поддерживать ребенка
- ✓ Родители усугубляли ситуацию, были «страшнее школы»

Пока шла работа над этой книгой, жизнь активно подбрасывала мне новые школьные задачки. Поступление в школу младшего сына и выпускные экзамены у старшего. Для меня, мамы, первый класс показался испытанием посложнее, чем выпускной класс. Менялись учителя (за три класса начальной школы сменились три педагога), сменилось место жительства (переводить или оставить в прежней?),