РЕБЁНОК НЕ ХОЧЕТ УЧИТЬСЯ И ПРОПУСКАЕТ ШКОЛУ

Памятка для родителей



Важно знать

Прогулы и нежелание учиться — это не всегда «лень» или плохое поведение. За отказом от школы могут стоять усталость, тревога, конфликты, трудности в общении, страх неудачи, проблемы с учёбой или ощущение, что «у меня всё равно не получится».

Чего лучше не делать

- ✗ «Ты просто ленишься».
- ✗ «В твоём возрасте я...».
- ✗ «Из тебя ничего не выйдет».
- ✗ Сравнивать с успешными одноклассниками или братьями/сёстрами.
- ✗ Каждый день устраивать допрос из-за оценок и прогулов.
- ✗ Лишать ребёнка всего приятного как единственный способ заставить учиться.
- ✗ Делать вид, что прогулов нет.

Такие реакции могут усилить сопротивление и желание избегать школы.

Помогите вернуть ощущение успеха

Если ребёнок давно испытывает трудности, не требуйте мгновенного результата.

Начните с маленьких шагов:

1. Стабилизировать режим сна и подъёма.
2. Договориться о регулярном посещении школы.
3. Выбрать 1–2 учебные задачи, которые реально выполнить.
4. Отмечать не только оценки, но и усилия.
5. Постепенно увеличивать самостоятельность ребёнка.

Маленький успех → ощущение «у меня получается» → больше готовности пробовать снова.

Сначала выясните причину

Попробуйте спокойно узнать:

- Что тебе больше всего не нравится в школе?
- В какой момент тебе особенно хочется не идти?
- Есть ли уроки, которые даются особенно трудно?
- Как тебе общается с одноклассниками?
- Есть ли взрослый в школе, рядом с которым тебе некомфортно?
- Что ты чувствуешь, когда думаешь о школе?
- Что могло бы сделать посещение школы немного легче?

Не начинайте разговор с обвинений. Ваша задача сначала понять, а потом решать проблему.

Что сказать вместо этого

- “Я вижу, что тебе сейчас трудно. Давай разберёмся, что именно мешает».
- “Мне важно не только, ходишь ли ты в школу, но и как ты там себя чувствуешь».
- “Давай не будем решать всё сразу. Подумаем, что можно изменить уже на этой неделе».
- ”Ошибки в учебе не делают тебя плохим или неспособным».

Не оставайтесь с проблемой один на один

Если прогулы повторяются, поговорите с классным руководителем и школьным психологом.

Важно выяснить, что происходит не только дома, но и в школе: учебная нагрузка, отношения со сверстниками, конфликты, буллинг, особенности адаптации, трудности отдельных предметов.

Если отказ от школы сопровождается сильной тревогой, частыми физическими жалобами перед школой, выраженными нарушениями сна или резким изменением поведения, стоит обратиться за помощью к специалисту.

Ребёнку нужна не война за оценки, а взрослый, который поможет разобраться, почему учёба стала для него настолько трудной.

Ваша цель — не заставить ребёнка «полюбить школу», а постепенно вернуть ему чувство безопасности, контроля и собственной способности справляться.