



Як розмовляти з дітьми про
ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ?





ДОМАШНЯ РОБОТА

Після довгого шкільного дня Марію, вашу 9-річну доньку, неможливо вмовити закінчити домашнє завдання. Вона спробувала виконати його, але не зрозуміла, що від неї вимагається, повністю розчарувалась і зараз хоче кинути все, так і не завершивши¹.

Хто не знайомий з цією ситуацією? Проблеми з виконанням дитиною домашніх завдань часто є конфліктом номер один у багатьох сім'ях. Батьки, які прагнуть заохочувати та розвивати своїх дітей, хочуть, щоб вони виконували домашні завдання належним чином. Домашні завдання є важливою частиною навчання, яку діти не повинні пропускати. Однак учні часто не бажають приділяти багато часу навчанню поза школою. Вони можуть погано розуміти завдання. Окрім того, їм немає у кого просити про допомогу, якщо тато і мама на роботі. Водночас, батьки, які прагнуть допомогти своїй дитині, швидко перебирають на себе роль «помічника вчителя». Вони контролюють, нагадують і накладають санкції на своїх дітей через занепокоєння, що діти можуть не виконати завдання або виконати його неправильно, у разі, якщо вони як батьки не будуть поводитися подібним чином. Як батьки повинні діяти в такій ситуації?

Виберіть один із запропонованих варіантів реакції з вашого боку і подивіться, як можуть розвиватися події у цьому випадку, а також ознайомтесь із пропозиціями, які ми для вас підготували!

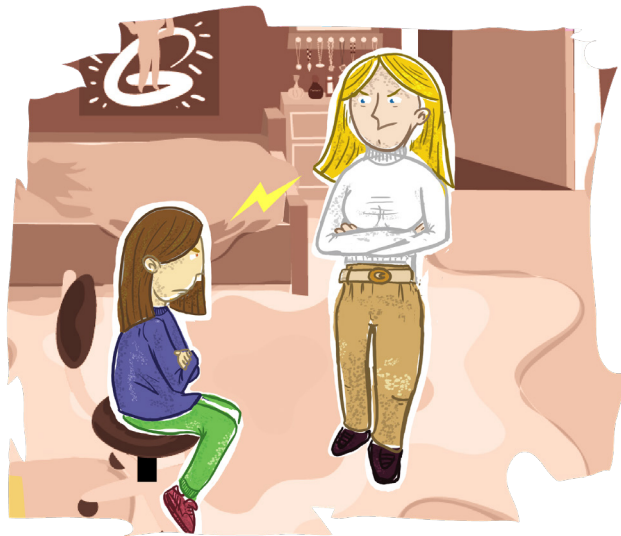


Дізнайтесь більше на [сторінці 2!](#)



Дізнайтесь більше на [сторінці 3!](#)

Більше корисних порад щодо розв'язання суперечливих питань при виконанні «домашнього завдання» ви знайдете на [сторінці 6](#).



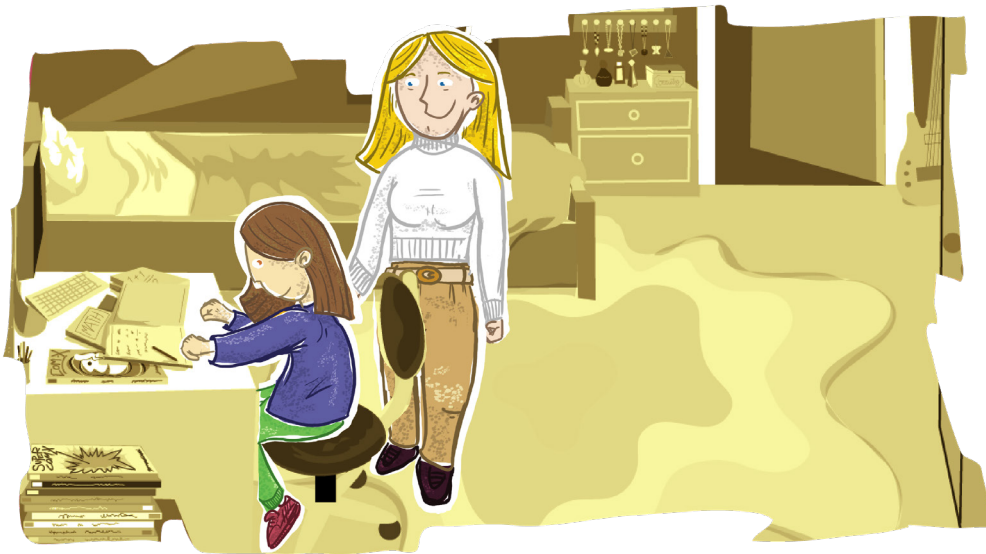
Якщо ви реагуєте так само, як її мати, то конфлікт неминучий. Марія зайшла у глухий кут з виконанням домашніх завдань, і, окрім цього, вона має ще й протистояти вашим докорам. Вона відчуває, що її не розуміють, а ви в цей час, мабуть, будете обурюватися її безвідповідальністю та небажанням вчитися. Цього конфлікту можна уникнути, якщо ви спробуєте протистояти гніву та роздратованості Марії «відкритим» спілкуванням із нею. Детальніше про «відкрите» спілкування читайте на [сторінці 4](#).

Як ми можемо зробити наше спілкування «відкритим»?

По-перше: Покажіть своїм дітям, що саме ви зрозуміли чи частково зрозуміли з їхнього повідомлення. Утримуйтесь від інтерпретації їхніх жестів та поведінки. Просто покажіть, що ви почули свою дитину.

По-друге: Вам також потрібно відкрито обговорювати зі своєю дитиною власні почуття, думки, побажання та потреби. Будьте обережними і не висловлюйте їх приховано, або так, що дитині буде важко вас зрозуміти.

По-третє: Сплануйте своє повсякденне життя так, щоб у вас з дитиною завжди було достатньо часу для бесід та спілкування. Таким чином, ви демонструєте дитині «Ти для мене важливий/ва. Мене цікавиш ти, твої думки, емоції та твоє життя». Це дає глибоке відчуття сприйняття та підтримує впевненість у собі вашої дитини.



Реагуючи таким чином, ви намагаєтесь відкрито продемонструвати своє сприйняття ситуації. Ви визнаєте, що Марія відволікається, але ви не оцінюєте та не критикуєте її поведінку. Це дозволяє не викликати у неї почуття того, що її не цінують та не розуміють. Коротка перерва може або мотивувати вашу доньку швидко завершити виконання всіх завдань, або вам доведеться разом знайти інше рішення.

Насправді важливим є те, що ви обоє берете участь у позитивній взаємодії. Таким чином, ваша дитина усвідомлюватиме, що її розуміють і приймають. Вона відчує, що може ділитися своїм сприйняттям та почуттями, не боячись, що її можуть засудити чи не любити. Коли ви спілкуєтесь зі своєю дитиною відкрито, ви зміцнюєте її самооцінку. Усвідомлення власних почуттів та думок дозволить вашій доньці навчитися мислити та оцінювати себе критично. Таким чином, вона не буде обмежена тим, що про неї можуть подумати інші. Особистості з розвинуеною ідентичністю мають відігравати важливу роль у функціонуванні демократичних систем.

Детальніше про відкрите спілкування читайте на [сторінці 4](#).

Відкрите спілкування

Спілкування відбувається не тільки за допомогою слів. Ми також спілкуємось невербально мовою тіла (міміка, постава, жести). Окрім того, тембр голосу та інтонації також впливають на те, як люди розуміють про що ми говоримо.

Слід враховувати 4 різні аспекти повідомлень (інформація, взаємовідносини, звернення та самовідкриття), що важливі для успішного спілкування з оточуючими.

Висновок: навряд чи легко передати повідомлення таким чином (в цьому випадку – Марії), щоб відобразити інформацію так, як це задумав відправник. А одержувачу (в цьому випадку – мамі Марії) це складніше повністю розшифрувати значення повідомлення.

Таким чином, важливо прагнути до «відкритого» спілкування. Відкрите спілкування дозволяє нам зробити неявні аспекти наших повідомлень більш виразними, і дає певні гарантії, що ми не зрозуміємо один одного невірно. Часом навіть відправники можуть не усвідомлювати справжньої мети своїх повідомлень чи поведінки. Наприклад, немовлятам та малюкам, які не в змозі впоратися із власними почуттями, внутрішніми переживаннями та потребами, часто не вдається сформулювати свої повідомлення і висловити або продемонструвати їх вірно. Тому батьки чи інші дорослі люди повинні самі зрозуміти, що має на увазі їхній малюк (Приклади: дитина хворіє чи голодна? Чи щось завдає йому/її болю, чи він/вона просто втомились?). Ситуація з 9-річною дівчинкою свідчить про те, що вона не повністю усвідомлює свої потреби. Для вас як для батьків один з найважливіших викликів – зрозуміти своїх дітей. Відкритість у спілкуванні з вашим сином може допомогти йому розкрити перед вами свої приховані почуття.

Як ми можемо зробити наше спілкування «відкритим»?

По-перше: Покажіть своїм дітям, що саме ви зрозуміли чи частково зрозуміли з їхнього повідомлення. Утримуйтеся від інтерпретації їхніх жестів та поведінки. Просто покажіть, що ви почули свою дитину.

По-друге: Вам також потрібно відкрито обговорювати зі своєю дитиною власні почуття, думки, побажання та потреби. Будьте обережними і не висловлюйте їх приховано, або так, що дитині буде важко вас зрозуміти.

По-третє: Сплануйте своє повсякденне життя так, щоб у вас з дитиною завжди було достатньо часу для бесід та спілкування. Таким чином, ви демонструєте дитині «Ти для мене важливий/ва. Мене цікавиш ти, твої думки, емоції та твоє життя». Це дає глибоке відчуття сприйняття та підтримує впевненість у собі вашої дитини.

Щоб попрактикуватися у відкритому спілкуванні ознайомтесь з додатковими матеріалами з теми на [сторінці 5](#).

Тренуємось спілкуватися відкритого

Нижче ви знайдете опис різних буденних ситуацій з життя дітей. На кожну окрему ситуацію приведені дві типові реакції батьків. Уявіть, як би далі розвивалась ця ситуація з урахуванням відповідної реакції батьків, і опишіть її.

Потім подумайте про те, як покращити взаємодію зі своєю дитиною, поставивши собі такі запитання: Яка реакція батьків сприятиме кращому розумінню батьками своєї дитини та ситуації, в якій дитина знаходиться? Як дитина може знайти розв'язання своєї проблеми в цій ситуації? Як батьки можуть направляти дитину, допомагаючи їй сформулювати свої почуття та потреби? Яка реакція батьків призводить до конфлікту?

Під час обіду²

4-річна Світлана не хоче їсти. Вона просто колупає картоплю на тарілці.

<p>А: «Світлано, перестань удавати з себе королеву драми! Їж свою картоплю, інакше доведеться сьогодні вкласти тебе спати без казки на ніч!» Мати говорить голосно, попереджаючи, піднявши вказівний палець догори.</p>	<p>В: «Я бачу, що ти просто колупаєш їжу та дивишся на тарілку. Ти сказала, що не голодна й нічого не хочеш. Я гадаю, ти просто втомилися та не голодна. Я маю рацію?»</p>
<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>

Ранковий підйом³

10-річна Оля не хоче вставати з ліжка і каже: «Я не можу сьогодні піти до школи». Після трьох дзвінків будильника вона скаржиться: «Дай мені спокій! Мені боляче!»

<p>А: «Ти не виглядаєш хворою, вставай з ліжка! Нам також доводиться працювати, навіть коли нам цього не хочеться!»</p>	<p>В: (Уявіть собі реакцію у разі, якщо батьки практикують відкрите спілкування з дитиною: що б сказала мати?)</p> <hr/> <hr/>
<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>

Час вечеряти

Назару 14 років. Вже два тижні він відмовляється вечеряти разом із сім'єю, стверджуючи: «Я не голодний!» Його батько хоче, щоб він перестав так себе поводити.

<p>А: «Поки ти живеш з нами в нашому будинку, ти маєш дотримуватись наших спільних правил. І одне з правил говорить, що ми вечеряємо разом. Тепер йди до нас і сідай за стіл!»</p>	<p>В: (Уявіть собі реакцію у разі, якщо батьки практикують відкрите спілкування з дитиною: що сказав би батько?)</p> <hr/> <hr/>
<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Яким чином розвиватиметься ця ситуація?</p> <hr/> <hr/> <hr/>

Підказки та поради щодо розв'язання суперечливих питань при виконанні «домашнього завдання»

Делегуйте відповідальність! Домашні завдання – це питання між викладачами та учнями. Як батьки, ви можете часто несвідомо чинити тиск на своїх дітей, оскільки ви відчуваєте відповідальність за їхнє професійне майбутнє і все, що з цим пов'язано. Не вступайте в боротьбу за владу, делегуйте відповідальність за виконання домашніх завдань своїм дітям. Таким чином вони вчаться брати на себе відповідальність за свої вчинки та стають більш впевненими у собі. Відповідальна поведінка та дії є життєво важливими для ваших дітей як майбутніх, самостійних громадян демократичного суспільства.

Якщо виконання домашніх завдань займає занадто багато часу... Це може відбуватися з різних причин. Можливо, завдання незрозумілі або учні щось неправильно зрозуміли. Однак часом діти шукають допомоги та уваги своїх батьків, усвідомлюючи, що «коли у мене виникнуть труднощі, мої батьки прийдуть та присвятять мені свій час і приділять увагу». Проте, багато дітей дійсно перевантажені домашніми завданнями і через це відчувають безсилість та розчарування. Спробуйте з'ясувати, чому ваша дитина витрачає надмірну кількість часу на виконання домашніх завдань, а потім дійте відповідно встановлених першопричин.

Маленькі перерви необхідні! Якщо ви відчуваєте, що ваші діти після виконання домашніх завдань часто виглядають засмученими або перевантаженими їх надмірною кількістю, то вам варто розробити розклад виконання завдань і зробити це разом із вашими дітьми. Не переоцінюйте їх здатність зосереджуватися та включіть короткі перерви в робочий графік своїх дітей.

Домашнє завдання як причина інших конфліктів? Чи відчувають ваші діти, що з ними несправедливо поводять себе вчителі? Чи є у них проблеми в школі? Ваші діти відчувають, що їх не розуміють? Проблеми з домашнім завданням можуть виникати і з інших причин. Знайдіть час, щоб зрозуміти почуття своїх дітей та сприйміть ці почуття серйозно. Виможете ознайомитись із корисними пропозиціями та порадами про відкрите спілкування на [сторінці 4](#).

Поговоріть із вчителями своїх дітей! Якщо ви відчуваєте, що вашим дітям потрібно занадто багато часу для виконання домашніх завдань або є інші проблеми, зв'яжіться безпосередньо з вчителями та вчасно обговоріть ваші питання та проблеми. Таким чином, можна розв'язати проблеми з виконанням домашніх завдань і не допустити, щоб ваші діти впали у відчай, а також запобігти виникненню вдома ще більших конфліктів.

При підготовці розділу «ЯК РОЗМОВЛЯТИ З ДІТЬМИ ПРО ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ?» використані такі джерела:

¹ Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 33 ff.

² Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 32.

³ Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 44.

Braun, Liselotte. 2017. «Knatsch bei den Hausaufgaben- das muss nicht sein.» *Das Schweizer Elternmagazin Fritz und Fränzi*, April, 18-19.

Council of Europe. 2016. *Competences For Democratic Culture. Living together as equals in culturally diverse democratic societies*. Strasbourg: Council of Europe Publishing, 41 f.

Heueck-Mauss, Doris. 2016. *So rede ich richtig mit meinem Kind: Wie Worte wirken: Konflikte fair lösen: Stressfreier erziehen*. Hannover: Humboldt, 25 ff.