

## 9 золотых правил воспитания самостоятельности

Все родители хотят, чтобы их ребенок вырос самостоятельным человеком. Но ведь самостоятельность – это не просто умение без помощи взрослых одеваться, чистить зубы, заправлять постель, мыть посуду, но и способность принимать решения, стоять на своем, нести за это ответственность. Воспитание самостоятельности нужно начинать задолго до того, как кроха отправится в первый класс. Но как это правильно делать?



**Консультант: Светлана Якушева**, директор образовательного центра «Аристотель», автор научных статей по детскому развитию

Идеальная картинка, которую рисуют в своем воображении родители, часто выглядит так: ребенок все делает сам, быстро и аккуратно. За кадром остается одна важная деталь – он выполняет только то, что ему говорят. Вставай, умывайся и чисти зубы, иди завтракать – пожалуйста! Но готовность охотно следовать указаниям, каким бы ценными они ни были, никак не самостоятельность, а всего лишь послушание. Именно привычка «слушаться» взрослых становится одной из главных причин пассивности, безыдейности и безынициативности – психологических проблем, с которыми так часто сталкиваются родители школьников. «Не может толком сказать, чего хочет, и ничего сам не сделает, пока не напомнишь! И в кого только он такой?» – можно услышать сетаования взрослых.

На самом деле самостоятельность начинает формироваться достаточно рано. Главное – вовремя это заметить. Уже в 1-2 года у крохи проявляются первые осознанные желания самостоятельных действий. Как только он понимает, что часть своих потребностей может удовлетворить сам (вылезти из кровати, попить из бутылочки, включить свет), то старается это сделать. И сразу же слышит первые родительские запреты: не трогай, иначе разобьешь, поставь на место, а то обольешься! Дальше – больше: стой, не ходи туда, положи на место, отдай... В 3-4 года малыш переживает первый серьезный кризис взросления, когда к нему приходит понимание: не только его поступки, но и желания могут отличаться от того, что требуют взрослые. В детский сад он хочет надеть желтую футболку, но мама натягивает серую – практичнее. Мелочь? Отнюдь! Неусыпный контроль и постоянное давление взрослых не только губят детскую тягу к познанию мира, но и напрочь отбивают охоту к самостоятельным действиям вообще. Довольно быстро ребенок понимает: прикладывать усилия там, где не хочется, порой и не нужно (взрослые сделают все сами), и начинает этим пользоваться. Как не допустить такого развития событий?

**В тему:**

- [10 фраз из нашего детства, которые не стоит говорить ребенку](#)
- [Все в порядке: как приучить ребенка убирать за собой](#)
- [Как из плохих детей вырастают хорошие: эволюция «плохого» поведения](#)

#### **1. Дайте ребенку возможность проявить свою самостоятельность.**

Годовалый малыш раскидывает игрушки? Не бегите сломя голову подбирать и подавать – пусть ползет к ним сам. С удовольствием размазывает фруктовое пюре по лицу? Не ругайте. Ваша задача – дать маленькому человечку возможность действовать, а значит, почувствовать себя самостоятельным. Позволяйте ему делать то, что он хочет, даже если результаты сначала будут неудачными. Когда вы не уверены, что ребенок что-то умеет (подносить ложку ко рту, пить из чашки, застегивать кнопки на курточке и т.п.), покажите, как делать это правильно. Не получается – не беда. Не мешайте его попыткам самостоятельно справиться с проблемой и помогайте только тогда, когда он сам вас об этом попросит! Конечно, обязательно нужно принимать в расчет возраст и уже накопленный опыт. Действуйте последовательно: пусть сначала малыш учится снимать штанишки, и только потом – надевать, прежде всего, покажите, как орудовать ложкой, а уже затем – вилкой и т.п. Усложняйте задачи постепенно – успешное освоение новых самостоятельных навыков хорошо стимулирует детский интерес к ним.

***Чувство собственности – одно из проявлений развития детской самостоятельности. Не ругайте и не стыдите кроху, если он не хочет делиться своими игрушками или сладостями, но внимательно следите за его поведением. Чувство собственности быстро может перерасти в эгоизм или жадность!***



## 2. Поощряйте инициативу.

Старайтесь по возможности избегать строгих запретов – «Не бегай!», «Брось!», «Стой!», «Не мешай!» – и «предсказаний» вроде «сломаешь», «порвешь», «разольешь». Четырехлетка хочет помочь вам с уборкой? Не выставляйте его из комнаты, а наградите тряпкой. Желает помыть посуду? Подставьте к раковине табуретку и включите теплую воду. Старайтесь как можно реже категорично отказывать, а объяснять причины отказа и предлагать альтернативные варианты. Чтобы «разбудить» детскую инициативность, предоставьте свободу выбора. Собираясь на прогулку, спросите, куда кроха хочет пойти гулять – на детскую площадку или в парк? Какую шапку он завтра наденет – красную или синюю? Таким образом малыш будет учиться принимать решения (какими бы незначительными на ваш взгляд они ни были), думать и действовать самостоятельно. Предоставьте ему пространство, за которое будет отвечать только он – если не собственную комнату, то хотя бы детский уголок в квартире – пусть сам определяет положение вещей и следит за порядком. Сначала помогайте ему в этом непростом деле, объясняйте, почему лучше складывать игрушки в коробку, а книги – ставить на полку, но не упорствуйте, если малыш с вами не согласен. Он просто хочет сделать по-своему и почувствовать, что его решения тоже имеют вес. Дайте ему это право.

## 3. Составьте четкое расписание.

Жизнь по графику – предсказуема и понятна. Но это именно то, что необходимо детям. Привыкание к определенному распорядку дня (подъем, умывание, уборка кровати, завтрак, прогулка и т.д.) упорядочивает жизнь ребенка. Когда такого режима нет, он мается (в том числе от безделья), а родителям приходится

постоянно стоять над ним, заставляя сделать то или иное. Вы должны понимать, что составленное расписание – это опора, которая поможет малышу быстрее запомнить все то, что нужно сделать. Визуализируйте режим дня, нарисовав расписание и повесив его на самое видное место.

#### 4. Поручите ему домашние дела.

Дети часто проявляют инициативу в этом направлении – не препятствуйте! Найдите ребенку занятие по душе: обожает воду – пусть поливает цветы, любит украшать – сервирует стол. Непременной обязанностью, посильной даже для двухлетнего малыша, должно стать поддержание порядка в своем «игрушечном уголке». Обязательно хвалите ребенка за своевременное выполнение его собственных домашних «дел» и подчеркивайте пользу от его труда.



#### 5. Помогите найти занятие, в котором он сможет проявить себя.

Секция хоккея или кружок современных танцев, иностранный язык или музыкальная школа – главное, чтобы он ходил туда с удовольствием. Это важно не только для физического или умственного развития. Просто воспитание самостоятельности предполагает в том числе и формирование у ребенка умения занять себя на какое-то время без помощи взрослых.

#### 6. Научите его распоряжаться деньгами.

Введите практику получения карманных денег (пусть в самом начале это будут самые копеечные суммы), подарите малышу копилку и позвольте ему самому распределять траты. На первых порах объясняйте, почему нельзя скопить много, если постоянно тратить. Немного погодя, дайте задание: попросите ребенка

заранее просчитать свои «расходы», учитывая запланированные и непредвиденные траты. Если нужно, помогите, но не навязывайте своего мнения – пусть решает все сам.

## 7. Разговаривайте.

Придумывайте спорные ситуации, чтобы показать ребенку разные возможности их решения, и просите его самого решить, как именно лучше поступить. Обсуждайте итоги всех его действий и поступков и позволяйте ему свободно выражать свои мысли. Пусть он открыто говорит о том, что вызывает его непонимание. В свою очередь, объясняйте, почему вы в конкретной ситуации поступаете именно так, а не иначе. Заключайте соглашения! Договоритесь, например, что вы читаете сказку на ночь и посекретничаете минут 10 перед сном, если малыш вовремя прекратит вечерние игры и самостоятельно приготовится ко сну. Предупредите, что если договоренность с его стороны будет нарушена, все запланированное сразу отменяется.

## 8. Поддерживайте.

Похвала – один из самых приятных и доступных стимулов. Хвалите и ободряйте всегда, даже если у малыша пока еще не все получается. Он будет чувствовать, что вы цените его усилия и захочет попробовать еще. Не нужно петь дифирамбы и сыпать лестными словечками по любому поводу – похвала должна быть не преувеличенной, а заслуженной.



## 9. Будьте терпеливы.

Терпение – одно из главных качеств, которого потребует от родителей воспитание у ребенка самостоятельности. Даже при нехватке времени не нужно делать за малыша те дела, с которыми он может справиться сам. Вместо этого почаще говорите своему ребенку, как вы его любите, десятки раз объясняйте самые очевидные вещи, слушайте все, что он говорит, отвечайте на все его вопросы, помогайте ему рассуждать и давайте возможность принимать решения, даже если они вам не совсем по душе. Откажитесь от гиперопеки, не требуйте от малыша полного подчинения, а будьте ему другом и советчиком.

### Для самых маленьких

Малыши так невероятно любознательны и неутомимы, что развивать у них стремление к самостоятельности проще простого. Главное – не мешать и чуть-чуть помогать.

- **Упрощайте.** Без создания некоторых бытовых условий, соответствующих возрасту и развитию, крохе может быть трудно учиться быть самостоятельным. Создайте ему эти возможности. Если хотите, чтобы он сам одевался-раздевался и привыкал следить за порядком в одежде, освободите пару полок в шкафу, до которых легко дотянуться: пусть учится складывать туда носки, майки и футболки. Желаете, чтобы самостоятельно умывался? Обзаведитесь подставкой, которая поможет ему дотянуться до раковины, и переместите крючок для собственного полотенца пониже.
- **Не навязывайте, а показывайте.** Собственный пример – очень эффективный метод воспитания, ведь маленькие дети – великие подражатели! Обучая ребенка тому или иному действию (как завязывать шарф, застегивать молнию на кофте, зашнуровывать ботинки), показывайте все не спеша, как в замедленной киносъемке, четко проговаривая последовательность действий. Хорошим подспорьем будут не только ваши комментарии, но и вопросы: «Что мы берем, чтобы вымыть руки? Как правильно моем? Куда кладем мыло? Что делаем потом?». Ответы на них помогут малышу запомнить последовательность действий, чтобы потом легко воспроизводить ее самостоятельно.
- **Напоминайте.** Делайте это не только словесно. Если кроха все еще забывает, что перед едой нужно помыть руки, повесьте на двери в ванной напоминание в виде забавного рисунка. Посмотрев на него, он сразу вспомнит, что должен сделать. Чтобы закрепить самостоятельные навыки, больше играйте. Например, любые вариации игры «дочки-матери» прекрасно тренируют у детей знания о последовательности в одевании, раздевании, умывании и т.д.