

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Тема: **Как развивать самостоятельность и ответственность у детей?**



Обычно *самостоятельность* и *ответственность* понимают примерно так: «это умение человека лично, без посторонней помощи управлять и распоряжаться своей жизнью»; «это умение самому принимать решения и нести ответственность за их последствия»; и тому подобное.

Если говорить о детях, то к ним более приемлемо использовать следующее определение: «самостоятельность – это способность себя занять, способность чем-то заниматься самому какое-то время, без помощи взрослых».

Воспитывая в ребенке самостоятельность и чувство ответственности, не стоит забывать о возрастных особенностях детей.

Ранний возраст

1. Необходимо помнить, что не нужно выполнять за ребенка то, что он может сделать сам. Может сам взять со стола игрушку – пусть возьмет, даже если для этого ему придется поднять руки и потянуться к ней. Может сам есть ложкой – пусть ест, даже если часть пищи при этом окажется на его одежде, и т.д.

2. Следует помогать ребенку только в том случае, если он сам просит взрослого о помощи (и если он действительно не может сделать сам то, о чем просит). Не нужно вмешиваться в деятельность ребенка тогда, когда он чем-то

и делать маленькие открытия. Но родителям при этом следует быть разумными! Если ребенок делает что-то, представляющее опасность для него, то следует, конечно же, оградить его от этого.

3. Нужно всячески поощрять стремление к самостоятельности. В раннем возрасте ребенок очень часто повторяет: «Я сам!». Важно не препятствовать ему в этом стремлении, всячески стимулировать его попытки самостоятельных действий. Старайтесь давать ребенку возможность попробовать свои силы. Поддерживайте ребенка и одобряйте его действия — ведь он так нуждается в этом. Главное, не делать предметом насмешек его неумелые попытки.

Ведь от малыша порой требуется очень много усилий для того, чтобы сделать то, что взрослому кажется простым и несложным. Если у ребенка что-то не получается, можно деликатно объяснить ему ошибку и обязательно подбодрить, помочь ему поверить в то, что у него обязательно все получится.

Дошкольный и младший школьный возраст

1. В этом возрасте неплохо давать ребенку возможность самостоятельно выбирать то, что он сегодня наденет. Но при этом следует не забывать, что ребенку нужно помочь с выбором. Ему нужно объяснить, например, что сейчас осень, дожди, прохладно на улице, поэтому летнюю одежду надо отложить до весны, а вот из осенних вещей он может выбрать, что ему больше по душе. Можно также начинать вместе с ребенком совершать покупки в магазине и учитывать его выбор.

2. Главная задача взрослого — приучить ребенка к мысли, что для него, как и для всех в семье, существуют определенные правила и нормы поведения, и он должен им соответствовать. Для этого важно закрепить за ребенком постоянное поручение, соответствующее его возрасту. Конечно, возможности ребенка в дошкольном возрасте еще очень невелики, но все-таки они есть. Также обязанностью дошкольника в семье может стать поливка комнатных растений, помощь в накрытии обеденного стола (разложить салфетки, столовые приборы, поставить хлеб и т.п.), помощь в уходе за домашним питомцем и др.

3. Не следует ограждать ребенка от проблем: позволяйте ему встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия).

4. Воспитание самостоятельности предполагает также формирование у ребенка умения найти самому себе занятие и какое-то время заниматься чем-то, не привлекая к этому взрослых.

5. Основной ошибкой взрослых в воспитании детской самостоятельности является, чаще всего, гиперопека ребенка, когда всё делается для него и за него.

Подростковый возраст

Родителям детей-подростков приходится учиться «отпускать» своих детей, избавляться от привычки руководить их жизнью. Известные зарубежные специалисты по работе с родителями подростков, супруги Байярд рекомендуют использовать программу из трех шагов, которая помогает ребенку стать более самостоятельным и ответственным.

1. Первый шаг: необходимо составить полный список того, что задевает, беспокоит Вас в поведении Вашего ребенка. Нужно написать то, что беспокоит и задевает именно вас, а не семью в целом или других людей.

2. Второй шаг: когда список будет готов, необходимо выделить то, что имеет определенные последствия для ребенка, но никак не влияет на Вас. Допустим, Вас беспокоит то, что подросток не хочет учиться дальше в школе, а после 9-го класса планирует уйти в колледж, а Вам очень хочется, чтобы он стал дипломированным специалистом и имел высшее образование. Но это влияет, прежде всего, на жизнь Вашего ребенка. Исключайте эти пункты из своего списка и включайте их в перечень того, что должно заботить теперь вашего ребенка. Но вы можете оставить в списке те пункты, которые имеют отношение непосредственно к Вам. Например, Ваш ребенок стал хуже учиться, скатился на тройки, хотя раньше был хорошистом. Это, прежде всего, его дело, за которое ему придется нести ответственность. Но если из-за этого Вас вызывают в школу, и вам приходится выслушивать разные неприятные вещи о его учебе и поведении, то это касается и Вас тоже.

3. Третий шаг. Теперь у вас есть перечень тех поступков ребенка, которые влияют на Вашу жизнь. Вот с ними и нужно работать. Для этого, во-первых, откажитесь от собственной ответственности за эти пункты. Во-вторых, выработайте в себе доверие к тому, что ваш ребенок может сам принимать

правильные решения во всех этих случаях. Дайте ребенку понять и почувствовать это ваше доверие.

Как помочь ребенку стать ответственным человеком, то есть самостоятельно принимать решение и осознанно его выполнять?

Чтобы стать ответственным, ребенку необходимо выполнение определенного ряда условий, таких как:

1. Понимание поставленной задачи. Это знание того, что нужно сделать и каким образом это нужно сделать. Дети, особенно дошкольного возраста, многие вещи понимают по-своему. И задача родителей - четко, ясно и спокойно обсудить с ребенком, какая задача перед ним ставится.

2. Согласие с поставленной задачей. У ребенка всегда должен быть выбор, что ему делать в данный момент, для более адекватного формирования ответственности («Ты сейчас что будешь делать: приберешь игрушки или польешь цветы?»). Если у ребенка есть выбор, то чувство ответственного поведения скорее проявится на практике.

3. Умение самостоятельно мотивировать свои действия. Родители должны учить детей не только слушаться взрослых людей (внешняя мотивация), а учить их самодисциплине. Все самостоятельные желания ребенка должны всегда сопровождаться похвалой и поддержкой родителей, а не зависеть от настроения мамы и папы (если ребенок своей «уборкой» помешал смотреть телевизор, то резкое замечание по этому поводу, либо фразы типа: «Дай мне отдохнуть, в конце концов!» отобьют у него всяческое желание в следующий раз помогать по дому).

С чего нужно начинать приучение ребенка к формированию ответственного поведения?

Как вариант, Вы можете опираться на предлагаемую пошаговую схему воспитания у ребенка ответственности.

Сначала ребенок может стать Вашим помощником. Впервые принимаясь за какое-то дело, ребенок испытывает очень много переживаний: получится ли у него,

помощник» постарайтесь хвалить и поддерживать его как можно чаще. Вы можете вместе вытирать пыль, мыть посуду, ухаживать за домашним питомцем, готовить несложную еду.

На втором этапе ребенок нуждается в напоминании и контроле. Но делать это стоит спокойно, доброжелательно и мягко, без особого давления, а лучше - в игровой форме («Мне кажется, я слышала только что, как твои сапожки тихонько плачут с прихожей, очень ждут, когда же ты их помоешь и уберешь в шкаф!»). А после того, как ребенок справится с заданием, обязательно похвалите его.

На третьем этапе ребенок уже выполняет задание самостоятельно, ему уже не требуется напоминание и контроль, он четко знает, как и что он должен сделать. Для того чтобы дети достаточно быстро освоили третий этап, родители не должны забывать о собственном примере ответственного поведения. Ведь, если папа в семье никогда ничего не делает по дому, но при этом, жестко требует выполнения каких-то домашних обязанностей от ребенка, ему будет непонятна такая позиция. И, скорее всего, папино поведение станет, в скором времени, моделью для подражания. Вместо приучения к ответственности, родители получают обратный результат. Лучше всего, когда в семье у каждого есть какие-то, пусть небольшие и не требующие ежедневной включенности, обязанности. Но их исполнение никогда не будет ложиться на плечи остальных членов семьи.

Для воспитания в ребенке ответственности, родителям необходимо выполнить определенные условия:

1. Любой ребенок нуждается в положительной самооценке. А дети дошкольного и младшего школьного возраста складывают мнение о самих себе только из слов значимых для них взрослых. Уверенный в себе ребенок легче справляется с любой задачей. В то время как ребенок с низкой самооценкой, склонен видеть в любом незначительном деле непреодолимые препятствия и трудности. Поэтому, прежде чем приучать ребенка к ответственности, помогите ему развить самоуважение и позитивную самооценку. Тогда приступая к выполнению какого-то задания, ребенок сможет быть уверен, что он с ним справится и, не смотря ни на что, добьется результата.

2. Обязательно вводите в жизнь ребенка разумные ограничения. Они обеспечат чувство защищенности и безопасности. Но правила и ограничения не должны вступать в явные противоречия с естественными потребностями ребенка. Ограничения и требования должны быть согласованы родителями между собой. Также очень важна последовательность их исполнения.

3. Проявите терпение, будьте готовы к тому, что дети становятся ответственными не сразу. Должно пройти определенное время (зависит от темперамента ребенка, его характера и типа ваших взаимоотношений) для развития ответственного поведения. Старайтесь всегда учитывать возрастные особенности и накопленный детский или подростковый опыт.

4. Приучая ребенка к ответственности, не вмешивайтесь в дела, которые уже не требуют Вашего участия. Часто бывает, что кто-то из семьи не готов к принятию нового, более взрослого поведения ребенка, не может передать ему ответственность за то или иное дело. Договоритесь все вместе о тех обязанностях, которые под силу вашему ребенку, исполнение которых пойдет на пользу его развитию или социализации. И после этого уже не меняйте решений.

Материал подготовлен Дрёминой И.Е., кандидатом психологических наук, доцентом кафедры психологии развития и образования ФГБОУ ВО «Марийский государственный университет».