

Многие родители хотят, чтобы их ребенок вырос умным и самостоятельным, однако добиться этого не так просто.

Что такое самостоятельность?

Перед тем как перейти к рекомендациям по воспитанию самостоятельного ребенка, предлагаю разобраться, что же это такое. Если заглянуть в толковые словари, то станет понятно, что самостоятельность — это способность к независимости, которая проявляется в критичности, инициативности, ответственности и сопровождается адекватной самооценкой. Поэтому воспитание ребенка должно идти в четырех направлениях.

1. Формирование адекватной самооценки.
2. Развитие инициативы.
3. Формирование критического мышления (в подростковом возрасте).
4. Воспитание ответственности.

Как сделать ребенка самостоятельным?

Важно постараться следовать следующим правилам.

Всему свое время

Очень важно понимать, что самостоятельный взрослый когда-то в детстве был очень зависимым малышом. Когда ребенок только рождается, он целиком зависит от своих родителей. Важно помочь ему уснуть, покормить его и позаботиться о настроении. Есть возрастные особенности развития, которые необходимо учитывать при формировании самостоятельности. Ребенку в 3 месяца важно спать рядом с мамой, в 10 месяцев ходить с поддержкой, а в 5 малыш еще не может сам перейти дорогу. Поэтому пусть приучение к самостоятельности будет своевременным. А то получится как в том смешном комиксе: сначала ребенок сам засыпает, потом сам ест, а потом сам ползет к психотерапевту. Не надо забегать вперед, это может навредить.



Позволяйте проявлять самостоятельность с младенчества

Такая формулировка может показаться странной. Но когда ребенок пытается сам перевернуться или поползти, поддерживайте его. Дайте ему на выбор 2-3 игрушки. Когда малыш пополз, не сажайте его в манеж, а сделайте свою квартиру комфортной и безопасной для исследования. Это тоже проявление самостоятельности ребенка.



Казалось бы, такие совсем не значительные для нас действия — в какую сторону поползти или куда пойти самому — оказывают огромное влияние на развитие ребенка.

Оценивайте не личность ребенка, а его деятельность

Очень часто родители отбивают желание что-то делать, когда постоянно дают оценку ребенку с позиции «плохой/хороший». Лучше прибегайте к следующим формулировкам: «Я вижу, как ты старался, когда мыл посуду» или «Я заметила, что ты сама прибралась в комнате, все разложила на свои места». Это дает понять, что вы замечаете проявления самостоятельности и поддерживаете их. Вы любите своего ребенка несмотря на то, как он поступает. А вот поступок можете осуждать.



Сделайте вместе

Безусловно, чтобы сделать что-то самому, ребенку важно этому научиться. Покажите, как пользоваться столовыми приборами, карандашом или ножницами. Сделайте несколько раз вместе какое-то дело и только потом ожидайте от ребенка самостоятельного выполнения.

Принимайте помощь

Если трехлетка хочет помочь вам помыть посуду, соглашайтесь. Дети подражают родителям и хотят быть как мама и папа. Пусть вся посуда будет в пене, но зато ребенок получит удовольствие от процесса и почувствует себя более самостоятельным. Не бойтесь включать детей в приготовление еды, уборку, подключайте к выбору продуктов в магазине. Пусть ребенок учится делать выбор и обслуживать себя. И вам легче, и к самообслуживанию детей приучите. Наверняка вы сталкивались с ситуацией, когда взрослый мужчина не может приготовить суп или помыть окна — это очень простые занятия, которые не требуют специальных навыков, но корни отсутствия таких умений лежат в детстве, когда родители делают все за ребенка.

Не переделывайте за ребенка, если он не просит

Бывает, что малыш не очень аккуратно вытер со стола. Не надо сразу же переделывать. Поблагодарите, отметьте важность поступка, а потом незаметно сами доделайте начатое. Либо предложите закончить вместе. Иногда ребенок в силу возраста не может сделать так же, как и вы. Это нормально. Учитесь отказываться от перфекционизма. Выполнение



ребенком какого-то задания, конечно, будет не на таком высоком уровне как у вас, но он должен знать, что его вклад важен.

Не вмешивайте в процесс

Вы видите, что ребенок уже 10 минут пытается завязать шнурки. Если вы никуда не торопитесь, то спокойно подождите. Малыш учится, это важно для него. Вы тоже смогли сделать многие вещи далеко не с первого раза. Помогайте только в том случае, если ребенок просит, либо когда вы на самом деле торопитесь. Но лучше всегда оставлять немного больше времени для самостоятельности.



Ошибки — это нормально

Важно понимать, что ошибаться — это нормально. Ошибка всегда сопутствует обучению чему-то новому. Если родители постоянно указывают на недочеты, это отбивает желание деятельности. В первую очередь отметьте то положительное, что сделал ребенок, чему научился, что получилось. Попробуйте вместе проанализировать, какие уроки можно

вынести из ситуации. Любая ошибка — это опыт. Разумеется, важно контролировать безопасность ребенка, но в меру.

Составьте план обязанностей для членов своей семьи

У каждого члена семьи есть свои обязанности. Их можно занести в отдельную таблицу и повесить на видное место. Покупка продуктов, приготовление пищи, мытье посуды, уборка ванной комнаты — все эти дела могут выполнять, чередовать и делить разные члены семьи. Ребенок в 4 года в состоянии убрать за собой игрушки с вашей помощью, а в 7 это уже его обязанность.

Уважайте интересы и желания ребенка

Это очень важный момент. Если родители постоянно выбирают за ребенка не только то, чем ему заниматься, но и постоянно навязывают мнения и говорят, что он должен чувствовать в той или иной ситуации, то, безусловно, это не будет способствовать самостоятельности. Во всем важна мера: хорошо, если мама и папа учитывают интересы ребенка в еде, в выборе кружка, одежды, друзей, интересуются его мнением по поводу поездок. С возрастом способность выбирать и ответственность должны увеличиваться.



Избегайте гиперопеки

Бывает, что по тем или иным причинам родители боятся отпускать от себя ребенка. Тогда включается гиперопека. Мама постоянно держит малыша за руку, папа не разрешает забираться на домик на площадке или слишком быстро ехать на велосипеде. Возможно, за ребенка всегда решают, что он хочет есть, говорят, с кем дружить, и постоянно дают оценку чувствам ребенка: вот это чувствовать можно, а вот это — нет. В таком случае ребенок вырастает с подавленной инициативой и не совсем адекватной самооценкой, что будет, соответственно, способствовать и его несамостоятельности.

Родителям важно проанализировать и понять, почему им страшно отпускать ребенка. Возможно, есть какая-то своя детская травма либо повышенная тревожность, а может быть, ребенок достался слишком тяжело? Например, мама не могла долго забеременеть, или это единственный поздний ребенок. В любом случае родители не доверяют и формируют дополнительную зависимость от себя. Взрослому, который рос под гиперопекой, приходится сложно в жизни. Такие люди всегда ищут того, кто будет на них влиять и задавать направление.

Избегайте чрезмерной передачи обязанностей ребенку

Мы уже говорили о том, что всему свое время. Но важно заметить, что кроме обязанностей у ребенка должны быть и права. Если вы оставляете пятилетку присматривать за новорожденным братом либо просите трехлетку менять памперс сестре, а ребенок в 7 лет вынужден постоянно прибираться во всей квартире, то это не совсем адекватные требования. Обязанности должны увеличиваться постепенно, по мере возраста, а времени на свободную игру, общение и учебу нужно оставлять достаточно. Чрезмерная ответственность не по возрасту будет иметь обратный эффект — нежелание проявлять самостоятельность.

Верьте в своего ребенка

Когда вы поддерживаете ребенка в его начинаниях, верите в его силы, это будет иметь колоссальный эффект в развитии самостоятельности. Давайте поддержку, хвалите, говорите «У тебя все получится», «Чем я могу тебе помочь?». Иногда простого невмешательства и поддержки будет достаточно, чтобы хорошо выполнить дело.

Формируйте ответственность

Если вы будете заставлять ребенка формально извиняться или делать что-то ради похвалы, то самостоятельность вы не сформируете. Важно, чтобы ребенок видел связь между своим поступком и его результатом и понимал,



что он может исправить. К примеру, малыш разлил воду. Говорить «мамочка устала» или «помоги маме» неправильно. Надо сказать: «Ты разлил воду, смотри, пол мокрый, он может испортиться, потому что деревянный. А еще здесь кто-то может поскользнуться. Вот тряпочка, вытри за собой». Если ребенок категорически не хочет, вы можете настаивать. Но главное — понимать, что иногда лучше отступить, чем начать кричать или давить. Пользы от этого будет мало.

Учить ребенка находить себе занятия

Пожалуй, с этого пункта надо было начинать. Он очень важен. Когда в очередной раз ребенок подходит к родителям со словами «Мне скучно», важно понимать, что это тоже в определенном возрасте может считаться несамостоятельностью. Безусловно, тут нет четких временных границ и правил, но любой ребенок после года в состоянии сам себя занять на какое-то время. И чем старше ребенок, тем больше дел он может придумать и тем дольше ими заниматься. Важно перестать постоянно развлекать ребенка, чтобы не оказаться потом в ситуации, когда нет времени на домашние дела.



Направлять, но не управлять

Чем старше становится ребенок, тем важнее, чтобы родители отпускали его все дальше. Но, безусловно, некоторые решения вам придется принимать за чуждо. И здесь важно разделять такие понятия как «направлять» и «управлять». Когда вы заботитесь о безопасности и здоровье ребенка, вы помогаете ему

ориентироваться в этом мире. Поэтому стоит отказаться от убеждения, что вы знаете, как сделать ребенка счастливым.

Будьте примером

Насколько самостоятельны вы сами? А ваш супруг? Очень важно, чтобы родители были примером для ребенка, но в то же время не делали за него дела. Если мама сама не любит прибирать в квартире и постоянно об этом говорит, либо выполняет дела с недовольным лицом, то не стоит удивляться, что дети не горят желанием помогать. Вы не обязаны любить уборку, но тогда стоит понимать, почему дети не проявляют инициативы в этом месте.

Мы рассмотрели 17 способов того, как воспитать ребенка самостоятельным. Важно понимать, что самостоятельность — это именно то качество, которое сопутствует успешности. Но не стоит забывать, что во всем хороша мера.

Используемая литература: <https://1000sovetov.ru/author>

