# Самостоятельные дети - счастливые родители

|  |
| --- |
| Тема самостоятельности ребенка актуальна для многих родителей.  Самостоятельность ребенка формируется с рождения. Родители могут ему в этом процессе помочь или помешать еще с самых первых дней жизни. Чем можно тормозить процесс развития самостоятельности ребенка?  **Гипотеза №1**  Определенные действия родителей препятствуют развитию самостоятельности у детей. Проверяем. Представьте ситуацию, когда ребенок учится ходить, пытается поначалу сделать первый шаг. Мы, как заботливые и любящие родители, стараемся всеми силами помочь ему: поддерживаем за руки, боимся отпустить его (ушибется), считаем, что ему еще рано и очень-очень боимся за его первый шаг. После нескольких попыток с родителем, ребенок понимает, что раз ему не дают этого делать самостоятельно, значит, он еще не дорос до этого и он …. начинает ползать опять, какое-то время не стремясь даже встать. Или мы стараемся занять все время чем-то ребенка, не поддерживая его стремление к самостоятельности и не давая времени на дела, которые он сам может сделать. Все это приводит к лени ребенка заниматься самому. Впоследствии, ребенок начинает требовать все больше и больше внимания к себе, чтобы его заняли, развлекли. Как быть в этой ситуации? Давать ребенку полную свободу заниматься тем, чем хочет, ничему не препятствуя? Не совсем. Здесь все зависит от возраста ребенка. Если ему до полутора лет, детей в этом возрасте нужно направлять. Если они могут сами посидеть с игрушкой, что-то взять посмотреть, то, как правило, это несколько минут, не больше. Помощь родителей в этом процессе необходима. Далее – вы начинаете завлекать его новыми игрушками и показывать, как это «работает». Пусть пробует сам. Наверняка, многие родители так и делают. Но при этом самостоятельность у детей не развивается. В чем причина?  **Гипотеза №2.**  Родители несамостоятельных детей тратят много времени на то, чтобы сделать самим, вместо того, чтобы научить один раз. «Одевайся, мы опаздываем к врачу!» - говорит мама ребенка. Знакомая ситуация? А тот сидит, играет, время поджимает. Маме некогда ждать. Она опаздывает к врачу. И **ей проще** тогда самой одеть ребенка, чем запастись временем, чтобы научить его самостоятельно одеваться. На следующий день им нужно в сад, а маме на работу. Времени категорически не хватает! Надо одеться быстро. У ребенка закрепляется следующая модель поведения: «Зачем мне самому одеваться, если мама меня может одеть» или такая мысль: «Как я могу одеться, если я не умею этого делать?». Переучивать всегда сложнее, и для детей это бывает не всегда понятно. Десять раз до этого меня мама одевала, а тут, когда и так мало времени, мне самому нужно это делать?? За этим следует протест. Выделите время, чтобы в неторопливой обстановке научить ребенка разным навыкам. Но, в этой самостоятельности могут быть и исключения. Когда ребенок очень устал или болеет, помогите ему: убраться, одеться, помыться, накормите его. Пусть он видит, что вы заботитесь о нем.  **Гипотеза №3**.  Определенные установки и страхи родителей препятствуют самостоятельности ребенка. Какие это могут быть установки? «Он еще маленький», «Ему еще рано», «Вот подрастет», «Я за него боюсь», «А если он сломает…», «Он не сможет, сил не хватит». Родителям сложно отпускать своих детей по мере их взросления. Это такая своего рода позиция ожидания того момента, дня, когда уже будет «можно». Они считают, что  дети не понимают, не знают, не могут. Все эти «не» убивают в корне самостоятельность ребенка и развивают лень. Родители ждут, пока их ребенок вырастет, и уже тогда будет приобретать тот опыт самостоятельности, который ему необходим. Но откуда его можно приобрести, если за тебя все делали и в 5 лет, и в 10, и 20? Боясь все время за своего ребенка, мы препятствуем его развитию, а в большей степени самостоятельности.  Вот еще пример: на детской площадке часто бывает, как в простые детские «разговоры» вмешиваются родители, лишая ребенка опыта разрешения конфликтов, опыта компромиссов, опыта совместной игры. После таких действий родителей, дети уже неохотно вступают в игру, а некоторые и вообще  садятся на лавочку, хотят идти домой или требуют внимания от мам, чтобы те придумали им игру. Все, момент приобретения опыта упущен. Хорошо, если ребенок общительный. Может и второй, и третий раз подойти. А если скромный, неуверенный в себе?  Что родители пытаются сделать, когда тревожатся или боятся? Они пытаются спасти своего ребенка и ситуацию, в которой тот оказался. Представьте, что ваш ребенок упал. Не спешите его «спасать». А ведь большинство родителей так и делают: подбегают, помогают встать, а порой и начинают ругать за неаккуратность и спешку. **Дайте ребенку выбор**. Если он не плачет, зачем его жалеть? Может это не совсем то, что ему нужно. Или торопиться сделать то, о чем он еще даже не подумал. Пусть он сам разберется. Предоставьте ему такую возможность. Спросите его: **тебе помочь или пожалеть**? Это отличный прием и он работает!  **Гипотеза №4.**  Неспособность ребенка к самостоятельности зависит о того, какие выводы сделаны из ошибок. Очень важно показать ребенку последствия его поступков. Это напрямую связано с тем опытом самостоятельности, который получит ребенок в процессе своего развития.  Маша (2 года) как-то пролила воду на стол. Ее мудрая мама не спешила вытирать со стола. Она сказала: «На столе вода» и дала ребенку тряпку и показала, как нужно убрать воду. Ребенок вытер со стола. Мама не пыталась «спасать» ситуацию. Вместо этого она научила ребенка исправлять ошибку, видеть последствия своих поступков и приобретать опыт, который ей пригодится в жизни. Для меня это самостоятельность.  **Гипотеза №5**  Самостоятельность ребенка не развивается, если то, что он делает или пытается  сделать ему не по силам. Важно учитывать возрастные особенности детей. Ребенок не в состоянии сам убраться в своей комнате, если на полу вывалены два ящика игрушек, а возраст этого ребенка 1,5 года. Процесс самостоятельности – постепенный. Сначала родитель убирает всю комнату (до года), потом постепенно начинаем разделять эту ответственность с ребенком. Пусть первый раз он уберет из всей горы игрушек одну-две, и это будет достижение. Не забудьте похвалить его за это! В следующий раз убранных самостоятельно игрушек будет больше, и постепенно вы сможете отойти от этого процесса, подкрепляя каждое действие одобрением и похвалой. То же самое и со сном. Ребенок, у которого нет опыта самостоятельного засыпания, не научится засыпать в один день. Если у вас сложности с какой-либо конкретной ситуацией, разбивайте свою просьбу на под-цели. Ребенок не понимает, что такое «одеться». Ведь это мамино требование состоит из: одеть носки, одеть штаны, одеть кофту, обувь, застегнуть молнию на куртке, и надеть шапку. Это же целых 6 действий, которые ребенку не под силу выполнить сразу!  **Гипотеза №6.**  Процесс самостоятельности тормозится, если ребенок не находит одобрения в своих действиях и родители не поощряют его самостоятельность. В прошлой гипотезе уже вскользь упоминалось о похвале, которая каждому ребенку необходима, как воздух. Здесь важно, чтобы похвала была обращена к конкретному действию ребенка. Не «Ты молодец» или «Как красиво». Это приводит ребенка к мысли: «Вот здесь надо было дорисовать», «А я вот мамину вазу вчера разбил, не такой уж я молодец». Скажите именно, в чем он молодец, в каком конкретном действии: «Я вижу, у тебя самому получилось застегнуть молнию! Это здорово!», «Тебе удалось очень красиво нарисовать дом». Когда ребенок понимает, за что конкретно его похвалили, ему легче в следующие разы проявлять активность и самостоятельность, ведь, в конечном счете, он может согласиться: «Да, мне самому нравится этот дом» или «Я большой, раз сам могу застегнуть молнию». Так формируется не только самостоятельность, но и правильная самооценка. Но не только похвалой можно продвигать наших чад к самостоятельности.  У всех детей в разных периодах взросления есть одно интересное слово – «почему». Многим родителям кажется, что предела детскому любопытству нет. Когда ребенок спрашивает «почему…?», на самом деле, ему не интересен ваш ответ. Ему нужно **самому** докопаться до истины. Он сам хочет понять, почему идет дождь и нельзя босиком бегать по снегу. Вы ему нужны в эти моменты для того, чтобы «расшевелить» его познавательный процесс. И это можно сделать благодаря одному вопросу, который мы часто используем с мужем в речи: **«А как ты сам думаешь, почему?».** И ребенок начинает думать. И отвечать. Пусть неправильно. Но он попробовал! Поддерживайте этот процесс наводящими вопросами, проявляйте интерес в его познавательной активности.  **Гипотеза №7.**  У несамостоятельных родителей не бывает самостоятельных детей. Если вы сами зависимы от своих родителей, мнений коллег, суждений друзей, вам будет сложно воспитать самостоятельных детей. Работайте над собой. Какой вы видите свою семью и своих детей в ней? Каким принципам вы следуете, и какие семейные ценности у вас есть? Определите их и опирайтесь на это. Не на «как люди говорят и как положено», а «что для вас правильно и как вы считаете нужным».  Если у вас все еще остаются страхи и сомнения начать отпускать своего ребенка в самостоятельную жизнь, давайте еще раз выделим преимущества:   * Самостоятельный ребенок – это уверенный в себе ребенок. Он много умеет и верит в свои силы справиться со своими ситуациями в жизни. А если понимает, что не справится, он знает, к кому обратиться – своим любящим родителям. * Самостоятельный ребенок – это ребенок, находящийся в гармонии с самим собой. Он не тревожится не пустякам, имеет правильную самооценку. * Самостоятельный ребенок – это смышленый ребенок. У него хватит достаточно сил, чтобы пробовать ни один раз и, наконец, докопаться до истины, если его что-то заинтересовало. * Самостоятельный ребенок – это ребенок любознательный. Ему многое интересно и ничто не воспрепятствует тому, что узнать еще больше. * Самостоятельный ребенок – это счастливый и радостный ребенок, который познает мир со всем своим напором, который у него есть! * Самостоятельный ребенок – это самостоятельный [взрослый](http://www.manrise.ru/) в будущем, который несет ответственность за свою жизнь, за свои поступки и за свои выборы. * И, наконец, самостоятельный ребенок – это счастливые, отдыхающие, мудрые родители, которые в свое время поступили правильно и вложили в свое чадо все самое лучшее! |