

# Я сам!

## Как правильно развивать самостоятельность у ребенка.

Детская самостоятельность – это необходимость.

Об этом знают практически все родители, при этом частенько пренебрегают этим правилом. Почему? Мы взрослые часто спешим, не хватает времени, а иногда и терпения: «Ну что ты копошишься?! Давай я быстро тебя одену, обую, а то опаздываем!» Знакомо? И вот ребенок растет, возможно, он уже одевается сам, но за него решают родители задачку по математике, потому что давно пора уже ложиться спать. Готовят портфель на завтра и одежду, потому что обязательно он что-то забудет.

В результате такой «помощи» ребенок трудно адаптируется к школе, а еще трудней к изменяющимся ситуациям. Можно застраховаться заранее от таких нежелательных последствий? Конечно, если с раннего детства (1,5 – 3 года) следовать определенным правилам:

Но как достичь необходимого баланса и воспитать ребенка независимым? Рассмотрим несколько советов по этому поводу.

### **1. Создайте распорядок**

Детям необходим баланс между распорядком и свободой – это способствует развитию у них самостоятельности. Чем больше вы позволяете ребенку думать о нем самом, тем более независимым он станет.

Предложите ребенку складывать свою одежду для стирки и самому одеваться по утрам; позвольте ему самому выбирать себе блюдо на завтрак и самостоятельно накладывать себе еду в тарелку; оставляйте столовые приборы и одежду ребенка на более низком уровне, чтобы они всегда были в доступе для него.

### **2. Развивайте у ребенка навыки решения проблем**

Если у ребенка есть какие-либо проблемы, вместо того, чтобы пытаться решать их за него, позвольте ему найти выход из ситуации самостоятельно.

Конфликты с братьями и сестрами – одна из самых распространенных проблем в этом возрасте; не вмешивайтесь: позвольте ребенку самому найти решение проблемы; игра по ролям – один из наиболее эффективных способов развить необходимые навыки.

### **3. Неудача – это еще не конец**

В неудачах нет ничего страшного. Необходимо дать ребенку возможность совершать ошибки, каким бы это ни казалось сложным для вас. Он извлечет из ошибок важные жизненные уроки. Например, ребенок может пренебрежительно относиться к выполнению домашних заданий и столкнуться с последствиями в школе. Это просто часть учебного процесса, напоминающая ему о необходимости выполнения домашнего задания в следующий раз. Не ругайте ребенка, если он пролил молоко,

наливая его в стакан. Помогите ребенку вытереть пролитое молоко и скажите, чтобы в следующий раз он был осторожнее.

#### **4. Проявляйте сочувствие**

Ваш ребенок должен знать, что вы заботитесь о нем, но хотите, чтобы он научился сам решать свои проблемы. Дайте ему понять, что вы всегда будете рядом, что бы ни случилось. Дайте ему понять, что вы хотите, чтобы он сам решал конфликты, а не искал помощь извне. Поощряйте его самостоятельность, но не допускайте, чтобы это причиняло ему боль.

#### **5. Позвольте ребенку проявлять настойчивость**

Давайте ребенку возможность отстаивать его права. Вот что можно сделать для этого:

Когда вы идете с ребенком в ресторан, позвольте ему самому заказывать себе еду.

Позвольте ребенку самому решать, что надеть перед выходом на улицу.

Спрашивайте его, какое блюдо он бы хотел на ужин.

Позвольте ему самому выбрать время для того, чтобы выучить уроки.

#### **6. Предлагайте ребенку разумный выбор**

Чтобы научить ребенка мыслить самостоятельно, давайте ему разумный выбор.

Позвольте ему выбрать, какое из нескольких блюд он хочет на ужин.

Позвольте ему решить, что он хочет сделать сначала: выполнить домашние обязанности или выучить уроки.

Установите ему ограничения. Ребенок должен знать границы дозволенного и ожидания родителей от него.

#### **7. Предлагайте идеи, но не вмешивайтесь**

Если вы видите, что ребенок пытается найти решение проблемы, не старайтесь сразу же прийти ему на помощь. Вместо этого можно сделать следующее:

Предлагайте ребенку идеи, как решить проблему, но не вмешивайтесь, чтобы решить проблему за него.

Позвольте ребенку самому найти выход из ситуации.

Вы можете быть приятно удивлены, увидев, как ребенок придумал оригинальное решение.

#### **8. Позвольте ребенку брать на себя ответственность**

Если вы собираетесь в поездку, позвольте ребенку самому собрать свои вещи.

Первые несколько раз вы можете показать ему, как это делать правильно.

Позвольте ребенку поучаствовать в планировании поездки, чтобы он почувствовал себя самостоятельным.

Предложите ему самому нести свой багаж по пути на вокзал.