

# «Если ребенок не помогает по дому, он никогда не повзрослеет»

Современные родители слишком опекают детей, освобождают их от домашних обязанностей в пользу учебы, развития. Это ошибка, считает писатель Джулия Литкотт-Хэймс. В книге «Отпустите их» она объясняет, чем труд полезен, что должен делать ребенок в три, пять, семь, 13 и 18 лет. И предлагает шесть эффективных правил трудового воспитания.

Родители нацеливают детей на учебу и развивающие занятия, на овладение интеллектуальными навыками. И ради этого освобождают от всех домашних обязанностей – «пусть учится, делает карьеру, а остальное приложится». Но именно регулярное участие в рутинных делах семьи позволяет ребенку повзрослеть.

У ребенка, который делает работу по дому, больше шансов преуспеть в жизни, считает доктор Мэрилин Россман. Причем у самых успешных людей домашние обязанности появляются в три-четыре года. А те, кто начал делать что-то по дому лишь в подростковом возрасте, менее успешны.

Даже если нет необходимости, чтобы ребенок мыл полы или готовил завтрак, он все равно должен что-то делать по дому, знать, как это делать, и получать одобрение родителей за свой вклад. Это формирует правильный подход к труду, который пригодится на рабочем месте и в общественной жизни.

## ОСНОВНЫЕ ПРАКТИЧЕСКИЕ УМЕНИЯ И НАВЫКИ

Вот основные умения и жизненные навыки, которые Джулия Литкотт-Хэймс приводит со ссылкой на авторитетный образовательный портал Family Education Network.

### К трем годам ребенок должен:

- помогать убирать игрушки;
- самостоятельно одеваться и раздеваться (с некоторой помощью взрослого);
- помогать накрывать на стол;
- чистить зубы и умываться с помощью взрослого.

### К пяти годам:

- выполнять простые задания по уборке, например, вытирать пыль с доступных мест и убирать со стола;
- кормить домашних животных;
- чистить зубы, причесываться и умываться без посторонней помощи;
- помогать стирать одежду, например, приносить ее в место стирки.

### К семи годам:

- помогать готовить (перемешивать, взбалтывать и резать тупым ножом);
- готовить простые блюда, например, делать бутерброды;
- помогать убирать продукты;
- мыть посуду;
- безопасно пользоваться простыми чистящими средствами;

— приводить в порядок туалет после использования;

— заправлять постель без посторонней помощи.

### **К девяти годам:**

— складывать одежду;

— освоить простые приемы шитья;

— заботиться о велосипеде или роликовых коньках;

— правильно пользоваться веником и совком;

— уметь читать рецепты и готовить простые блюда;

— помогать делать простые садоводческие работы, например поливать и полоть;

— выносить мусор.

### **К 13 годам:**

— ходить в магазин и самостоятельно делать покупки;

— менять простыни;

— пользоваться посудомоечной машиной и сушилкой;

— жарить и печь в духовке;

— гладить;

— косить газон и убираться во дворе;

— присматривать за младшими братьями, сестрами.

### **К 18 годам:**

— очень хорошо освоить все вышеперечисленное;

— выполнять более сложные работы по уборке и поддержанию порядка, например, менять мешок в пылесосе, чистить духовку и прочищать слив;

— заготавливать продукты и готовить сложные блюда.

Возможно, прочитав этот список, вы ужаснетесь. Так много в нем обязанностей, которые мы выполняем сами, вместо того чтобы делегировать их детям. Во-первых, нам так удобнее: мы сделаем это быстрее и лучше, а во-вторых, нам нравится им помогать и чувствовать себя знающими, всемогущими.

Но чем раньше мы начнем приучать детей трудиться, тем меньше шансов услышать от них в подростковом возрасте: «Почему вы от меня это требуете? Если это важные дела, почему же я раньше этого не делал?»

Помните о давно проверенной и научно доказанной стратегии развития навыков у детей:

— сначала делаем за ребенка;

— затем делаем вместе с ним;

— затем наблюдаем, как он это делает;

— наконец, ребенок делает это совершенно самостоятельно.

## ШЕСТЬ ПРАВИЛ ТРУДОВОГО ВОСПИТАНИЯ

Перестроиться никогда не поздно, и если вы не приучали ребенка к труду, то начните делать это прямо сейчас. Джулия Литкотт-Хэймс предлагает шесть правил поведения для родителей.

### 1. ПОДАВАЙТЕ ПРИМЕР

Не отправляйте ребенка работать, когда сами лежите на диване. Включаться в работу и помогать должны все члены семьи независимо от возраста, пола и статуса. Пусть дети видят, как вы трудитесь. Попросите их присоединиться. Если вы собрались что-то сделать на кухне, во дворе или в гараже — зовите ребенка: «Мне нужна твоя помощь».

### 2. ОЖИДАЙТЕ ОТ РЕБЕНКА ПОМОЩИ

Родитель — не персональный ассистент школьника, а первый учитель. Иногда мы слишком заботимся об удовольствии ребенка. Но мы должны подготовить детей ко взрослой жизни, где им очень пригодятся все эти навыки. Ребенок может быть не в восторге от новой нагрузки — несомненно, он предпочел бы уткнуться в телефон или посидеть с друзьями, но выполнение ваших поручений даст ему чувство собственной нужности и ценности.

### 3. НЕ ИЗВИНЯЙТЕСЬ И НЕ ВДАВАЙТЕСЬ В НЕНУЖНЫЕ ОБЪЯСНЕНИЯ

У родителя есть право и обязанность просить своего ребенка о помощи в домашних делах. Не нужно бесконечно объяснять, почему вы об этом просите, и заверять, что вы знаете, как это ему не нравится, но сделать все равно надо, подчеркивать, что вам неудобно его просить. Из-за лишних объяснений вы будете выглядеть так, словно оправдываетесь. Это только подрывает ваш авторитет. Просто поставьте перед ребенком задачу, с которой он способен справиться. Он может немного поворчать, но в будущем будет вам признателен.

### 4. ДАВАЙТЕ ЧЕТКИЕ, ПРЯМЫЕ УКАЗАНИЯ

Если задача новая, разбейте ее на простые этапы. Скажите конкретно, что надо делать, а потом отойдите в сторонку. Не надо над ним нависать. Просто добейтесь полного выполнения задачи. Позвольте ему попробовать, ошибиться и пробовать снова. Попросите: «Скажи, когда будет готово, а я приду и посмотрю». Затем, если дело не опасное и надзора не требуется, уйдите.

### 5. БЛАГОДАРИТЕ СДЕРЖАННО

Когда дети делают простейшие вещи — выносят мусор, убирают за собой со стола, кормят собаку, — мы склонны излишне их хвалить: «Здорово! Какой ты умница!» Простого, доброжелательного, уверенного «спасибо» или «у тебя хорошо получилось» вполне достаточно. Приберегите большие похвалы для моментов, когда ребенок действительно добился чего-то необычного, превзошел самого себя.

Даже если работа сделана хорошо, вы можете рассказать ребенку, что можно улучшить: так когда-нибудь будет на работе. Можно дать несколько советов: «Если держать ведро вот так, из него не будет выпадать мусор». Или: «Видишь полоску на твоей серой рубашке? Это потому, что ты ее постирал с новыми джинсами. Лучше в первый раз стирать джинсы отдельно, иначе они окрасят другие вещи».

После этого улыбнитесь — вы ведь не сердитесь, а учите — и возвращайтесь к своим делам. Если ребенок привыкает помогать по дому и делать что-то по своей инициативе, покажите ему, что вы видите и цените то, что он делает.

### 6. СОЗДАЙТЕ РУТИНУ

Если вы решите, что одни дела надо делать ежедневно, другие еженедельно, а третьи каждый сезон, дети привыкнут к тому, что в жизни всегда нужно чем-то заниматься.

Если говорить ребенку: «Послушай, мне нравится, что ты берешься за дело и помогаешь», и помогать ему сделать что-то сложное, со временем он начнет помогать другим.

## Об авторе

**Джулия Литкотт-Хэймс** (Julie Lythcott-Haims), юрист, писательница, автор книги «Отпустите их. Как подготовить детей к взрослой жизни». Подготовила психолог МДОУ №1 Малышева Н.А.