



10 способов воспитания ответственного ребенка

1. УЧИМ УБИРАТЬ ЗА СОБОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНО

Если ваш ребенок нечаянно пролил стакан молока, разбил чашку, разбросал обувь по коридору так, что шнурки спадают лианами на нос, не спешите:

- а) ругать его;
- б) самостоятельно наводить порядок.

Скажите: – В том, что пролилось молоко, нет ничего страшного. Мы сейчас все уберем вместе. Помогите мне, пожалуйста!

Тогда ребенок не будет чувствовать страх и пытаться врать, что это не его вина.

Он гораздо быстрее научится самостоятельно убирать любой беспорядок, если вы будете относиться к ситуации с пониманием. Попросите ребенка о помощи, даже если считаете, что проще будет сделать все своими силами.

Ситуация: пятилетняя Оля оставила свои туфельки посреди коридора. Поднимите их, позовите девочку и вежливо попросите убрать обувь в шкафчик: – Мы всегда убираем свои вещи на место.

Если ваш подход позитивный и дружелюбный, ребенок не станет защищаться и отнекиваться от уборки, а сам захочет помочь.

2. УЧИМ ЗАБОТИТЬСЯ О СЕМЬЕ

Найдите полезные привычки ребенка, которые вносят позитивный вклад в семейное благополучие. Это может быть дружелюбное общение с братом или

сестрой, рисование или пение, еженедельная уборка с папой под музыку, телефонные разговоры с родственниками и т.д. Отметьте это, похвалив ребенка, скажите, что такие действия приносит пользу всей семье. Тогда подобное поведение станет для него приятной привычкой, а совсем не обязанностью.

По мере того, как ваши дети становятся старше, их «взносы» могут соответствующим образом увеличиваться как в семье, так и за ее пределами. Дети должны разделять два вида обязанностей: самообслуживание и содействие благополучию семьи. Исследования показывают: дети, которые помогают по дому, более склонны предлагать помощь окружающим в других жизненных ситуациях.

3. ГЛАВНОЕ – ЭТО ЖЕЛАНИЕ

Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок воспринимал свой вклад в «семейные обязанности» как тяжелый труд, а относился к этому занятию с удовольствием, не заставляйте его выполнять домашние дела. Пусть у него появится желание. Ваша цель заключается не в том, чтобы заставить ребенка выполнить какую-то работу, а в том, чтобы мотивировать ребенка и взрастить в нем желание быть полезным и ответственным. Сделай работу веселой. Дайте столько поддержки и помощи, сколько того требуют обстоятельства. Крики и принуждение – никогда не выход. Вы добьетесь разовой победы, а Сеня, Ваня, Саша и Алина просто возненавидят мыть посуду, убирать за собой игрушки, складывать одежду на полочке и самостоятельно собирать рюкзак.

Некоторые дети становятся ответственными очень легко, другим для формирования этого качества требуется много времени и родительского терпения. Но цель явно стоит вложенных усилий!

4. УЧИМ ПРОЯВЛЯТЬ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И ПОМОГАТЬ ПО ДОМУ

У ребенка могут появиться собственные обязанности по дому. Такие обязанности не обязательно должны быть важными и могут иметь игровую форму.

Важно понять: при помощи даже мелких поручений ребенок понимает, что такое обязанности и чего от него ждут. Дело может быть совсем простым: каждое утро заправлять свою кровать или после завтрака положить посуду в раковину, но ребенок должен каждый день следовать этой привычке.

Важно: если вы не поддерживаете дисциплину и нарушаете собственные правила игры, например, разрешая «именно сегодня идти поиграть, не помогать с посудой», у маленького человека не сложится логическая цепочка. Вернее, она сложится явно не такой, как того бы хотелось: «сегодня можно не делать – значит, и всегда необязательно».

Когда ребенок пойдет в школу, задачу можно усложнить: не просто убрать свою посуду со стола, но и помыть ее. Это помогает выработать необходимые навыки бытовой ответственности.

5. ПЕРЕСТАЁМ КРИТИКОВАТЬ

Очень сложный пункт, правда? Особенно, если вы считаете, что ребенок должен убирать в своей комнате, так же, как это делали когда-то давно вы сами. Но ваш ребенок – не вы. А вы – не ваши родители.

Старайтесь быть терпеливыми, когда ребенок забывает что-то сделать или выполняет задачу не так, как вам бы того хотелось. Когда что-то идет не так, относитесь к этому с юмором.

Утром вместо крика: *«Почисти зубы! Собери рюкзак!»* Вы можете спросить: *«Что еще нужно сделать, чтобы подготовиться к завтраку? Кажется, мы что-то забыли! И портфель какой-то подозрительно легкий... Наверное, у нас завелась мышка-воришка!»*

Ваша задача заключается в том, чтобы научить ребенка нести ответственность за свои обязанности, поддерживая при этом непринужденную обстановку.

6. СОЗДАЕМ НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ

Для того чтобы ребенок стал самостоятельным и ответственным, необходимо создать ему комфортные условия не только в психологическом плане, но и в бытовом. Предоставьте ему «снаряжение», необходимое для самодисциплины. Если вы хотите, чтобы малыш вовремя просыпался, обеспечьте его будильником. Если вы хотите видеть порядок на его рабочем столе, убедитесь, что у ребенка есть вещи для хранения канцелярских принадлежностей. Предоставьте ребенку инструменты, и пусть он сам организует свою работу.

Дополнительно: ребенка очень мотивирует, если вы разрешите ему самостоятельно выбирать вещи для хранения, канцелярские принадлежности, календари и планеры, декор в комнату. Зайдите с ним вместе на сайт (поехать в Икеа или другой мебельный пока не получится) и займитесь выбором предметов. Если у ребенка будет возможность сделать пространство «своим», он с большим удовольствием будет следить за чистотой.

7. ДАЁМ ВОЗМОЖНОСТЬ РАЗОБРАТЬСЯ РЕБЁНКУ САМОМУ

Родители стараются оградить ребенка ото всех проблем и невзгод. Очень часто это носит гипертрофированный характер, и дети вступают во взрослую жизнь неподготовленными. Подросток должен понимать, что вокруг него довольно сложный мир, где у каждого свои задачи и обязательства.

Как родители, вы должны быть всегда готовы выслушать ребенка и прийти к нему на помощь, если он обратится за ней. Но не стоит забывать о том, что иногда детям самим надо проанализировать свои поступки, поведение и вытекающие последствия.

8. ПООЩРЯЕМ

Иногда детям полезен опыт работы за определенную плату. Не обязательно начинать с крупных сумм. Попробуйте договориться со своим ребенком о тех заданиях, которые не входят в его обычный распорядок дня:

мытью машины, прополку в огороде, полив цветов и т.д. Постепенно можно предложить ему заняться чем-то более существенным, например, подработкой на каникулах. Таким образом вы подготовите ребенка ко взрослой и ответственной жизни, где все имеет свою цену.

Пример: шестикласснице Кате очень хотелось получить новую книгу о любимом волшебнике, но день рождения уже прошел. Мама и папа предложили Кате составить список дел, с которыми она могла бы помогать по дому, и сыграть в «рабочий день» с настоящей зарплатой и мотивирующими надбавками. Две недели Катя помогала маме с обедом, младшему брату с уроками, а папе – во дворе, исправно убиралась в комнате и выгуливала собаку Динку.

9. УЧИМ СОСТАВЛЯТЬ ГРАФИК

Кому-то это может показаться излишним, но в современной жизни составление графиков и расписаний считается крайне полезным навыком.

Сядьте вместе, возьмите лист бумаги, нанесите на него день недели и время. После спросите ребенка, что ему нужно сделать в эти дни, какие у него планы. Что-то он скажет сам, что-то поможете вспомнить ему вы. Это могут быть самые незначительные дела, но их лучше тоже внести в расписание.

Большинство детей считают, что подобное планирование уменьшает уровень стресса, так как они знают, что и когда нужно сделать. Но самое главное – это помогает правильно распоряжаться своим временем и ответственно относиться к своим обязательствам.

10. СТРЕМИМСЯ СТАТЬ ХОРОШИМ ПРИМЕРОМ

Дети познают и узнают мир через собственные наблюдения и родителей. Они тонко подмечают, как именно вы общаетесь, ведете себя в повседневной жизни, какая у вас манера разговора, и как вы сами выполняете обещания и относитесь к своим обязанностям.

Если вы сами несете ответственность за свои поступки, то и ребенок начнет подражать вашему поведению.

Пример 1. Отрицательный

– Ой, чашка разбилась! Вот же я криворукая, а!

Вы сами себя ругаете за незначительный промах, ребенок видит, что любая его ошибка в будущем приведет к неприятному чувству обиды и, вероятно, порицанию со стороны окружающих.

Пример 2. Отрицательный

– Чашка разбилась. Наверное, опять папа ее на краю оставил! Ну говорила же сотню раз, чтобы убирал в шкаф, растяпа!

Ругать близких при ребенке нельзя ни при каких обстоятельствах. В семье должна быть гармония – наблюдая за вашими отношениями с близкими, ребенок строит собственные паттерны поведения. А тут налицо еще и перекаладывание ответственности. Не мама разбила чашку, а папа во всем виноват, «растяпа». Двойной отрицательный урок.

Пример 3. Положительный

– Упс, чашка разбилась. Ничего страшного! В следующий раз буду осторожнее. Правильно, Саша? Нам всем нужно быть чуть-чуть аккуратнее. Давай-ка организуем операцию по спасению пола от осколков. Неси веник, я буду исправлять ошибки, а ты мне поможешь.

На каждый возраст – свои обязанности

Ещё один вопрос, который часто задают родители: с какого возраста можно просить ребенка делать что-то самостоятельно?

Приведенный ниже список обязанностей – это всего лишь ориентир, который требует адаптации под вашу ситуацию и конкретного ребенка. Не забывайте постепенно наращивать степени свободы и ответственности, которые вы предлагаете детям. И старайтесь оказать им столько помощи, сколько им необходимо для успешного прохождения уровня квеста «пока они не освоят его с комфортом».

За что могут нести ответственность малыши:

Что надеть.

Кушать самостоятельно (если они не попросят вашей помощи).

Какую книгу читать, даже если родители читают им вслух.

С какими игрушками играть.

Когда сходить в туалет.

За что могут нести ответственность дошкольники (3-5):

Все вышеперечисленное, плюс:

Их собственная одежда (в пределах соответствующего сезона, безопасности и приличий). Их собственные комнаты.

Сколько нужно еды.

С кем и когда играть.

Следует ли посещать общественные мероприятия, на которые приглашен ребенок (исключая обязательные семейные мероприятия).

За что могут нести ответственность дети от 6 до 9 лет:

Все вышеперечисленное, плюс:

Какую прическу носить.

Как потратить карманные деньги.

Когда готовить домашнее задание.

Как провести время (после выполнения основных обязанностей, таких как домашние задания).

Каким спортом или физической активностью заниматься (выбор кружков – аналогично).

И самое главное – не забывайте хвалить ребенка за любое проявление самостоятельности.

Обязательно отмечайте, когда он сам сделал уроки, вынес мусор или проявил другую инициативу. Так он поймет, что самостоятельность – не обуза, а навык, который позволяет заслужить уважение окружающих, и за которым следует расширение «свободы»