

## О воспитании самостоятельности у ребенка



### **Что такое самостоятельность?**

Обычно родители начинают задумываться о самостоятельности своего ребенка, когда тот начинает ходить в школу. Однако начинать воспитывать это качество нужно гораздо раньше — и чем раньше, тем больших успехов можно достичь.

Прежде чем говорить о том, как же воспитывать в детях самостоятельность и когда необходимо это делать, нужно определиться с тем, что это такое. Ответ на вопрос, что же такое самостоятельность, будет разным, в зависимости от возраста ребенка.

Обычно самостоятельность понимают примерно так: "это умение человека лично, без посторонней помощи управлять и распоряжаться своей жизнью"; "это умение самому принимать решения и нести ответственность за их последствия"; и тому подобное. Но все эти определения практически не применимы к маленьким детям — 2-3-х лет или дошкольникам, хотя и у них мы можем наблюдать некоторые навыки самостоятельности. Если говорить о маленьких детях, то к ним более приемлемо использовать следующее определение самостоятельности: "это способность себя занять, способность чем-то заниматься самому какое-то время, без помощи взрослых".

### **Специалисты определяют самостоятельность таким образом:**

- умение действовать по собственной инициативе, замечать необходимость своего участия в тех или иных обстоятельствах;
- умение выполнять привычные дела без обращения за помощью и контроля взрослого;
- умение осознанно действовать в ситуации заданных требований и условий деятельности;
- умение осознанно действовать в новых условиях (поставить цель, учесть условия, осуществлять элементарное планирование, получить результат);

- умение осуществлять элементарный самоконтроль и самооценку результатов деятельности;
- умение переносить известные способы действий в новые условия.

Самостоятельность развивается постепенно, и начинается этот процесс достаточно рано. Давайте отметим наиболее важные этапы и возрастные периоды для становления этого важнейшего человеческого качества.

### *Дошкольный возраст*

1. В этом возрасте неплохо давать ребенку возможность самостоятельно выбирать то, что он сегодня наденет. Но при этом следует не забывать, что ребенку нужно помочь с выбором. Ему нужно объяснить, например, что сейчас осень, дожди, прохладно на улице, поэтому летнюю одежду надо отложить до весны, а вот из осенних вещей он может выбрать, что ему больше по душе. Можно также начинать вместе с ребенком совершать покупки в магазине и учитывать его выбор.
2. Но, пожалуй, главная задача взрослого — приучить ребенка к мысли, что для него, как и для всех в семье, существуют определенные правила и нормы поведения, и он должен им соответствовать. Для этого важно закрепить за ребенком постоянное поручение, соответствующее его возрасту. Конечно, возможности ребенка в дошкольном возрасте еще очень невелики, но все-таки они есть. Даже самый маленький ребенок 2-3-х лет, а тем более дошкольник, в состоянии убрать, например, свой уголок с игрушками. Также обязанностью дошкольника в семье может стать поливка комнатных растений, помощь в накрытии обеденного стола (разложить салфетки, столовые приборы, поставить хлеб и т.п.), помощь в уходе за домашним питомцем и др.
3. Не следует ограждать ребенка от проблем: позволяйте ему встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия).
4. Воспитание самостоятельности предполагает также формирование у ребенка умения найти самому себе занятие и какое-то время заниматься чем-то, не привлекая к этому взрослых.
5. Основной ошибкой взрослых в воспитании детской самостоятельности является, чаще всего, гиперопека ребенка и полное устранение от поддержки его действий.

Самостоятельному ребенку легче и в учебе, и во взрослой жизни. Но как воспитать такую черту у малыша, если жизнь за пределами дома полна опасностей? На самом деле это не так уж и сложно при грамотном подходе.

Во времена нашего детства мир за окном не казался таким враждебным, и 5-летних детей спокойно оставляли играть во дворе в компании сверстников или отправляли за хлебом в ближайший магазин. Ребенок учился чувствовать свободу и ее границы для себя, проявлял инициативу. Сейчас все изменилось, и родителям приходится

придумывать новые способы привить ребенку самостоятельность. Главное – вовремя начать.

Но прежде мамам и папам надо смириться с фактом, что самостоятельность у ребенка всегда связана со свободой выбора, с независимостью. Ведь далеко не все родители согласятся с тем, что их малыш будет сам принимать решения. Действительно, ребенок еще многого не понимает, не имеет достаточно опыта и знаний, как же можно давать ему возможность обходиться без контроля взрослого?

Такие опасения небезосновательны, но именно поэтому самостоятельность у ребенка и должна воспитываться родителями, чтобы не быть бесконтрольной и иметь четкие рамки. В свободе принятия решений нет ничего плохого, если научить ребенка подчинять ее правилам. А желание мам и пап оградить малыша от малейших трудностей возвращает в детском характере нерешительность, тревожность, инфантильность.

### Как не надо воспитывать самостоятельность у ребенка



Как ни парадоксально, но основная роль родителей в деле воспитания самостоятельности у ребенка заключается в том, чтобы как можно меньше вмешиваться в естественную потребность человека все испытывать на собственном опыте.

Конечно, сложно сдержаться, когда кажется, что весь мир полон опасностей. Трудно побороть свой страх, преодолеть ощущение собственной ненужности или просто выделить дополнительное время, чтобы позволить ребенку справиться с какой-то задачей самому. Но мудрые родители понимают, что, поддавшись собственным чувствам, страхам и временному удобству, они препятствуют естественному развитию ребенка и формированию сильной, активной и инициативной личности.

Вот три основные ошибки взрослых, мешающих детям расти самостоятельными:

\* **«Нам некогда».** Одно из самых частых оправданий родителей. Кто же спорит, намного быстрее одеть ребенка самим и сложить за ним игрушки, накормить, чтобы не испачкал все вокруг, взять на руки, а не ждать, пока он обследует все камешки...

Но если ваша цель – самостоятельный и уверенный в себе ребенок, стоит запастись терпением и дать малышу столько времени, сколько ему требуется.

\* **«Это опасно».** Да, даже в квартире ребенка поджидает множество неприятных сюрпризов в виде стекол, падающих предметов, углов и т.д. Поэтому ваша задача – обеспечить малышу такую среду, в которой он сможет безопасно реализовать свою потребность в самостоятельности, и снабдить необходимыми знаниями. Организуйте места для хранения игрушек так, чтобы малыш мог без вашей помощи их доставать и убирать, поставьте горшок в такое место, чтобы к нему было легко добраться в любой момент, дайте потрогать утюг, когда он будет достаточно теплым... Личный опыт намного прочнее теории.

\* **«Он же еще маленький...»** Родителям часто хочется пожалеть своих малышей, особенно когда они встречаются с трудностями. Однако в любом возрасте ребенок должен сталкиваться с посильными проблемами и наблюдать последствия своих действий. А для этого взрослым нужно ознакомить малыша с правилами и самим неукоснительно их соблюдать. Ребенок в состоянии протереть свои ботиночки и убрать их на место? Получилось у него это сделать под вашим наблюдением? Теперь это правило, и никакое «Я забыл», «Убери ты» не должно его изменять. Если вы сказали, что ребенок должен быть в кровати, когда маленькая стрелочка будет на цифре 9, иначе не будете читать на ночь, то заигравшийся малыш останется без сказки. Пара уроков, пара скандалов – и ребенок будет вовремя бежать в кровать.

И, безусловно, родителям не следует забывать, что каждому возрасту присущ свой уровень самостоятельности.

### **Ранний старт (от 1 года до 3 лет)**



Ребенок рождается полностью зависимым от взрослых, но проходит время, и он уже готов делать первые шаги к автономности. Только вот родители часто не успевают сами меняться и соответствовать развитию сына или дочери. Поэтому основная задача в этот период для взрослых – не упустить начало зарождения детской независимости, чтобы не пришлось потом мучительно и настойчиво формировать то, что могло бы возникнуть естественным путем.

В возрасте до 3 лет должен сформироваться первый «бастион» самостоятельности – элементарные навыки самообслуживания: умение есть, одеваться-раздеваться, собирать вещи, умываться. Существует множество потешек, прибауток, простых игр и песенок, которые помогают родителям в этой задаче, делая процесс легким и непринужденным.

Кроме самообслуживания ребенок уже может проявлять свободу выбора, собственное мнение и инициативу. Позвольте малышу самому решать, какой краской и какую картинку он хочет нарисовать, во что и сколько хочет играть, из какой чашки пить и в какую сторону идти гулять.

Детям интересно исследовать мир и пробовать свои силы. Если не ограничивать их и не требовать слишком много, а поддерживать, помогать и поощрять, в детях формируется любознательность, активность и стремление к детской самостоятельности.

Бывает, ребенок на время остается без присмотра (допустим, на прогулке мама отвлеклась). Поэтому внушите ему заранее основные правила поведения вне дома (нельзя общаться с незнакомцами), идти с ними, даже если они умоляют, стыдят или сулят что-то интересное), а также обговорите разрешенный маршрут перемещения (допустим, гуляя на детской площадке, не выходить за ее пределы).

### **Я- сам! (от 3 до 4 лет)**



В младшем дошкольном возрасте ребенок уже сознательно стремится к самостоятельности и готов отстаивать свою независимость. При адекватном воспитании на предыдущем этапе малыш уже многое умеет сам и все больше пытается включиться во взрослую жизнь, проявляя интерес к делам родителей. Именно на это время приходится пик развития детской самостоятельности: ребенку уже не нужна постоянная помощь и присутствие взрослого. Он не просто хочет, но и может, знает, как сделать что-то самому. Поэтому приходит время расширить границы его самостоятельности.

Основная деятельность ребенка этого возраста – это сюжетно-ролевая игра, в которой малыши чаще всего берут на себя роли взрослых и проигрывают сценки из

жизни. Вот ваша дочка уже «стала мамой» и катает коляску с младенцем. А сын начинает ремонт в квартире игрушечными инструментами. Поэтому и самостоятельность у ребенка нужно развивать в игровой форме, придумывая разнообразные истории. Например, мытье в ванной можно превратить в игру «Пенное море», где сам малыш – Морской царь, которому необходимо с помощью губки и мыла покрыть себя пеной (а заодно и помыться). Или попробуйте поиграть с малышом в «Волшебное тесто», доверив ему процесс разминания и лепку фигурок с помощью формочек. Вспомните свое детство и дайте волю фантазии, дети легко включаются в игру и через какое-то время будут сами подсказывать новые игровые приемы, а чуть позже – и обходиться без них.

Кое-что новое открывается и в бытовой самостоятельности. Ребенок уже может не просто заниматься “самообслуживанием” (хотя и здесь есть над чем работать: пуговицы, завязки, кнопки и т.д.), он уже в состоянии заботиться о других членах семьи. Пусть на элементарном уровне, но этот навык дает бесценный толчок для эмоционально-волевого развития ребенка. Просите вашего кроху поиграть одного в комнате, пока мама принимает ванну, ведь она так устала. Хорошо, если малышу дают возможность помогать нести, допустим, легкий пакет с батоном хлеба или йогуртами, убрать за вами тарелку со стола, разбирать пакеты с продуктами.

Кроме того, в этом возрасте ребенок учится делать выбор, принимать решения и оценивать свои действия. Главное – позволить ему это. Например, вы собираетесь в садик. Приготовьте для него одежду по погоде и разрешите самому выбрать, в чем он пойдет, и одеться. Пусть малыш на первых порах будет выглядеть нелепо, но подводите его к правильному решению ненавязчивыми вопросами: «Удобно было в садике в длинном платье? Может, лучше отложить его до праздника?» Позвольте ребенку самому делать выводы.

### **Маленький взрослый (от 5 до 6 лет)**



Теперь самостоятельность у ребенка – это не только умение делать что-то самому и занимать себя, но и нести ответственность за свои поступки. Пора поручать ребенку определенные обязанности, касающиеся уже не только его самого, но и семьи в целом. Это может быть сервировка стола, протирание пыли, поливка комнатных

цветов – то, что малыш будет делать без вашего напоминания и регулярно. Можно даже ради этого посадить дома растение, выбранное ребенком, за которое он сам будет отвечать. Вам не стоит вмешиваться, даже если вы заметите, что малыш забывает его поливать. Пусть он сам увидит результат своих трудов или ошибок. Вы же можете лишь помочь ему сделать выводы и попробовать вновь.

К сожалению, реалии большого города сегодня не позволяют родителям отпускать детей одних на улицу достаточно долго, в целях их же безопасности. Тем не менее старайтесь создавать для малыша хотя бы видимость свободы. Во время прогулки будьте поблизости, но на некотором расстоянии от него. Пусть он гуляет на площадке, а вы сидите на лавочке, читая книгу. Или он сам берет хлеб в магазине и оплачивает его на кассе, а вы его «страхуете», если есть необходимость. Для пятилетнего ребенка это признание его значимости и самостоятельности.

В целом, когда ребенок подходит к возрасту старшего дошкольника, родителям хорошо бы становиться немного «ленивыми». Так ребенку делегируется право самому распоряжаться некоторыми аспектами своей жизни, а также помогать другим членам семьи. Например, маме может быть лень выносить мусор, рано вставать в выходные, сидеть с ребенком полтора часа, пока он не уснет, или уговаривать его поесть. Однако нужно понимать, что все это возможно, только если раньше маме было не лень помогать ребенку в развитии его независимости.

Самостоятельность – внутренняя потребность каждого человека, данная с рождения, поэтому родителям важно создавать такие условия, чтобы она могла проявляться, и отшлифовывать ее правилами, аккуратно направлять в нужное русло. Кстати, во многом воспитать самостоятельность у ребенка помогает методика Монтессори

Делайте все не за ребенка, а вместе с ним. Сообща убирайте игрушки (сначала в форме игры), ходите в магазин, наводите порядок. Показывайте, учите, объясняйте. Давайте возможность пробовать, пусть это и займет все свободное время. Результат стоит усилий.

*Удачи! У вас все получится!*

Поддержка психического здоровья детей