

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И ЕЁ ВОСПИТАНИЕ (памятка для родителей)

Когда в 7-10 лет ребёнок не вступает в конфликты с родителями, безропотно выполняет все их просьбы и без разрешения ничего не делает, родители с гордостью говорят: «У нас послушный ребёнок». Но когда он ведёт себя так же в 14-16 лет, родители начинают раздражаться: «Ну, нельзя же быть таким несамостоятельным».

Как приучить ребёнка к самостоятельности, справиться с его инфантильностью? Начнём с того, что дети не рождаются безвольными. Их делает такими воспитание в семье. Вы с раннего возраста чрезмерно опекали, контролировали каждый шаг и решали, что и когда делать, какую одежду носить и так далее? В таком случае ждать, что в одно мгновение ребёнок станет самостоятельной личностью – неразумно. Как научить подростка быть самостоятельным и избавиться от инфантильности? Начните поэтапно приучать принимать решения и отвечать за их последствия.

Дайте свободу выбора. Регулярно создавайте для подростка ситуации, когда ему нужно самостоятельно сделать выбор. Начните с простых вещей. Например, ребёнку нужны джинсы или другая одежда. В магазин вы можете идти вместе, даже можете высказать своё мнение, но только по поводу «велико – мало» и определить максимальную сумму. Всё остальное предоставьте решать ребёнку самому. Точно так же стоит оставить ему право решающего слова при выборе интерьера для своей комнаты или наряда для вечеринки. Если ребёнок никак не может определиться, помогите ему. Например, предложите подсчитать плюсы и минусы, подумать о практичности и так далее. То есть научите делать выбор не импульсивно, а обдуманно. Вполне вероятно, что выбор ребёнка не доставит вам удовольствия. Но будьте последовательны – если уж предложили решать самому, то уважайте это решение.

Разрешите ребёнку делать ошибки. Ваше чадо решило самостоятельно погладить себе рубашку, приготовить яичницу или что-то другое? Естественно, что первые попытки будут не самыми удачными. Не бросайтесь тут же делать всё за него, а критикуйте только конструктивно, без перехода на личности («криворукий», «балбес» и т.п.). Ребёнок собирается на прогулку и надел одежду явно не по погоде? Не командуйте: «сними это, и надень то», а спокойно предложите взглянуть в окно и на градусник, затем поинтересуйтесь: «ты уверен, что не замёрзнешь (не промокнешь, не будет жарко)»? Если ребёнок уверен в своем выборе – не отговаривайте его.

САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ И ЕЁ ВОСПИТАНИЕ (памятка для родителей)

Когда в 7-10 лет ребёнок не вступает в конфликты с родителями, безропотно выполняет все их просьбы и без разрешения ничего не делает, родители с гордостью говорят: «У нас послушный ребёнок». Но когда он ведёт себя так же в 14-16 лет, родители начинают раздражаться: «Ну, нельзя же быть таким несамостоятельным».

Как приучить ребёнка к самостоятельности, справиться с его инфантильностью? Начнём с того, что дети не рождаются безвольными. Их делает такими воспитание в семье. Вы с раннего возраста чрезмерно опекали, контролировали каждый шаг и решали, что и когда делать, какую одежду носить и так далее? В таком случае ждать, что в одно мгновение ребёнок станет самостоятельной личностью – неразумно. Как научить подростка быть самостоятельным и избавиться от инфантильности? Начните поэтапно приучать принимать решения и отвечать за их последствия.

Дайте свободу выбора. Регулярно создавайте для подростка ситуации, когда ему нужно самостоятельно сделать выбор. Начните с простых вещей. Например, ребёнку нужны джинсы или другая одежда. В магазин вы можете идти вместе, даже можете высказать своё мнение, но только по поводу «велико – мало» и определить максимальную сумму. Всё остальное предоставьте решать ребёнку самому. Точно так же стоит оставить ему право решающего слова при выборе интерьера для своей комнаты или наряда для вечеринки. Если ребёнок никак не может определиться, помогите ему. Например, предложите подсчитать плюсы и минусы, подумать о практичности и так далее. То есть научите делать выбор не импульсивно, а обдуманно. Вполне вероятно, что выбор ребёнка не доставит вам удовольствия. Но будьте последовательны – если уж предложили решать самому, то уважайте это решение.

Разрешите ребёнку делать ошибки. Ваше чадо решило самостоятельно погладить себе рубашку, приготовить яичницу или что-то другое? Естественно, что первые попытки будут не самыми удачными. Не бросайтесь тут же делать всё за него, а критикуйте только конструктивно, без перехода на личности («криворукий», «балбес» и т.п.). Ребёнок собирается на прогулку и надел одежду явно не по погоде? Не командуйте: «сними это, и надень то», а спокойно предложите взглянуть в окно и на градусник, затем поинтересуйтесь: «ты уверен, что не замёрзнешь (не промокнешь, не будет жарко)»? Если ребёнок уверен в своем выборе – не отговаривайте его.

Учите планировать. Начните с малого – планирования дел на день. Например, после школы вынести мусор и пропылесосить до 16-ти часов, а сделать уроки до 20-ти. Это и поможет ребёнку контролировать себя, и даст относительную свободу. Учите планировать и более долгосрочные задачи. Например, у подростка проблемы с иностранным языком или хромает успеваемость по другим предметам. Обсудите вместе, как исправить положение. Можно каждый день заучивать по 20 новых слов или решать по 2 задачи. Каждый день интересуйтесь его успехами в этом направлении.

Доверяйте делать покупки. Ничто так не дисциплинирует и не приучает к ответственности, как покупка продуктов для семьи. Начинать с малого – прежде чем отправиться в магазин, составьте список необходимого и привлеките ребёнка к этому. Пусть он сам заглянет в холодильник и оценит его содержимое – кончились йогурты, нет масла и т.д. Для начала сходите в магазин вместе, а далее доверяйте делать определённые покупки самому. Иногда просто оставляйте ребёнку список и деньги, а иногда дайте ему возможность проявить инициативу и оценить необходимость в том или ином: «посмотри, хлеба и молока хватит на завтра?»

Поощряйте инициативу. У подростков может быть своё видение некоторых вещей или отношение к событиям. Поощряйте его высказывать свои мысли, даже если они расходятся с вашими. Что ты думаешь о наших новых соседях? Тебе нравится новая причёска Кати? Ты слышал про тот случай? Как думаешь, что там случилось на самом деле? Поощряйте ребёнка высказывать своё мнение, а если не согласны, то дискутируйте как со взрослым, без насмешек.

Чаще обращайтесь за помощью и советом. Вы ждёте гостей или просто не знаете, что приготовить на обед? Почему не поинтересоваться мнением подростка по поводу блюд, а заодно привлечь к их приготовлению? Планируете семейный отдых на курорте? Резонно спросить мнение ребёнка и учесть его. Кстати, укладывая чемоданы, предоставьте ему самостоятельно сложить свои вещи. Ведь вы всегда сможете доложить недостающее.

Наберитесь терпения. Не факт, что на начальном этапе новых взаимоотношений ваш ребёнок тут же начнёт проявлять самостоятельность и инициативу. Но если вы не будете отступать от намеченных действий и при этом будете доброжелательны, то такое отношение постепенно войдёт в привычку. Со временем подросток научится сам принимать решения и станет более ответственным.

Квалифицированную консультацию специалистов можно получить в Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (запись по телефону 92-68-09)

Учите планировать. Начните с малого – планирования дел на день. Например, после школы вынести мусор и пропылесосить до 16-ти часов, а сделать уроки до 20-ти. Это и поможет ребёнку контролировать себя, и даст относительную свободу. Учите планировать и более долгосрочные задачи. Например, у подростка проблемы с иностранным языком или хромает успеваемость по другим предметам. Обсудите вместе, как исправить положение. Можно каждый день заучивать по 20 новых слов или решать по 2 задачи. Каждый день интересуйтесь его успехами в этом направлении.

Доверяйте делать покупки. Ничто так не дисциплинирует и не приучает к ответственности, как покупка продуктов для семьи. Начинать с малого – прежде чем отправиться в магазин, составьте список необходимого и привлеките ребёнка к этому. Пусть он сам заглянет в холодильник и оценит его содержимое – кончились йогурты, нет масла и т.д. Для начала сходите в магазин вместе, а далее доверяйте делать определённые покупки самому. Иногда просто оставляйте ребёнку список и деньги, а иногда дайте ему возможность проявить инициативу и оценить необходимость в том или ином: «посмотри, хлеба и молока хватит на завтра?»

Поощряйте инициативу. У подростков может быть своё видение некоторых вещей или отношение к событиям. Поощряйте его высказывать свои мысли, даже если они расходятся с вашими. Что ты думаешь о наших новых соседях? Тебе нравится новая причёска Кати? Ты слышал про тот случай? Как думаешь, что там случилось на самом деле? Поощряйте ребёнка высказывать своё мнение, а если не согласны, то дискутируйте как со взрослым, без насмешек.

Чаще обращайтесь за помощью и советом. Вы ждёте гостей или просто не знаете, что приготовить на обед? Почему не поинтересоваться мнением подростка по поводу блюд, а заодно привлечь к их приготовлению? Планируете семейный отдых на курорте? Резонно спросить мнение ребёнка и учесть его. Кстати, укладывая чемоданы, предоставьте ему самостоятельно сложить свои вещи. Ведь вы всегда сможете доложить недостающее.

Наберитесь терпения. Не факт, что на начальном этапе новых взаимоотношений ваш ребёнок тут же начнёт проявлять самостоятельность и инициативу. Но если вы не будете отступать от намеченных действий и при этом будете доброжелательны, то такое отношение постепенно войдёт в привычку. Со временем подросток научится сам принимать решения и станет более ответственным.

Квалифицированную консультацию специалистов можно получить в Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (запись по телефону 92-68-09)