

## **Формирование самостоятельности ребенка: как это происходит?**

Все мы рождаемся совершенно беспомощными. С самого начала жизни перед нами стоит непростая задача овладения различными навыками и умениями. Это длительный и сложный процесс. Мы учимся всю жизнь.

Например, как происходит овладение ходьбой в годовалом возрасте. Малыш пытается самостоятельно встать, пошатывается, падает, вновь встает. Он увлечен и рад, если удастся сделать шаг, еще один и еще. Конечно, с родительской помощью это можно сделать гораздо легче, но хочется пойти без поддержки, самому. В такие моменты у ребенка формируется не только навык ходьбы, но и стремление к самостоятельности и инициативности. От того, как будет вести себя родитель при освоении ребенком нового, зависит насколько ребенок будет самостоятельным, автономным и открытым новому в жизни. От поведения родителей в моменты обучения ребенка по сути зависит то, как он будет справляться с жизнью. Или наоборот, у него сформируется синдром выученной беспомощности.

Важно понимать процессы, которые сопровождают освоение какого-либо навыка. Ребенок не только обучается знанию и действию, но и:

- осознает, что он умеет учиться, осваивать новое;
- переживает эмоции в процессе научения. Ситуацию успеха или огорчения, неверия в свои силы, сворачивания инициативы, бездействие;
- получает удовлетворение или негативную эмоцию от взаимодействия с родителем в процессе освоения нового навыка.

Реакция родителю на действия ребенка формирует уверенность малыша в себе, бесстрашие в решении новых задач. Она может быть разной. Например: «Ты молодчина! Постарайся еще немножко и все получится». Или: «Ну кто так делает? Смотри как криво получилась аппликация, эх, разве так надо? Давай покажу как...». Или, например, ребенок научился надевать колготки, кофточку. Это прекрасно, рад ребенок, рада мама. С этого момента маме надо бы прекратить надевать колготки и кофточку на ребенка, и предоставить это делать ребенку самому. Но наступает утро, нужно собираться в садик и происходит следующее. Ребенок радостно берется надевать колготки. Пока это дается ему не просто, возможно он путает перед и зад, долго возится. Тут мама понимает, что так они опоздают в садик и берет дело в свои руки. Малыш может пытаться настаивать на своей инициативе: «Я сам!», но мама забирает колготки в свои руки и одевает ребенка сама со словами: «Опоздаем везде, копаешься долго, одеваешь неправильно, давай я сама тебя одену». Малыш расстроен, он предпримет попытку одеваться еще несколько дней и потом поймет, что воевать с мамой его силенок не хватит и сворачивает инициативу. Если мама

ведет себя так и по отношению к другим инициативам ребенка, то довольно скоро малыш перестанет стремиться делать что-либо сам, ожидая помощи мамы. Со временем, когда он подрастет, мама будет сокрушаться, что ее ребенок пассивен, ничего не может сделать без ее участия, беспомощен, зависим. При этом, именно она сама сформировала выученную беспомощность у своего ребенка.

Перфекционизм – стремление к идеальному результату, губительно для инициативы, желания браться за новое дело. Родители дают оценку результату того, что у ребенка получилось. Хорошая аппликация, правильный рисунок, умелые действия. Но, разве может ребенок с первого или второго раза выдать отличный результат? Конечно, нет. Поэтому будет ошибкой оценивать только результат.

В процессе выполнения надевания тех же колготок ребенок прикладывает усилия, преодолевает препятствия, думает, старается. Сталкиваясь с препятствием (колготки не так-то легко налезают) и преодолевая его у ребенка формируется воля, настойчивость.

Овладение каким-либо навыком имеет много полезных психологических эффектов: формируются черты характера, развивается психика, личность, выстраивается взаимодействие с родителем, выстраивается взаимодействие с миром. На все это влияет родитель. Он может усилить положительные психологические эффекты, а может погубить их. Не страшно на первых порах, что рисунок получился неаккуратный. Оцените вложенные усилия, фантазию, настойчивость. Это очень важно. Без этих компонентов не получится в дальнейшем высокого результата. Не закливайтесь на качестве.

Перфекционизм имеет смысл только для профессионалов своего дела, которые стремятся к высокому уровню мастерства. Для ребенка же важно не качество результата.

Что же делать родителю, когда ребенок чему-то учится:

- находите рядом. Быть в позитивном настроении;
- если возможно, делать такое же дело рядом с ребенком, показывая образец.

Например, если малыш рисует, сестра рядом и рисовать свой рисунок. Если это одевание, одеваться рядом, показывая, как надо. Учите личным примером.

- проявите искренний интерес к тому, что делает ребенок;
- не критикуйте, не поправляйте его;
- ободрите его похвалой за активность и самостоятельность в деле;
- следите, чтобы с выполнением дела у ребенка были связаны положительные эмоции, подбодрите его, если он упал духом. Помните, что человеку свойственно избегать выполнение дел, которые приносят плохие эмоции.

- заверьте, что все получится и с каждым следующим разом результат будет все лучше;

- предлагайте помощь, только если ребенок о ней попросит;
- не выполняйте за ребенка, если он попросил о помощи, дайте совет, направьте;
- спросите его, как он думает, что следует сделать сейчас, а что потом. Стимулируйте самостоятельное выполнение;

- похвалите его усилия.

Конечно, без критики невозможно повысить качество выполнения дела. Критикуем правильно:

- указывайте на ошибки только после того, как выполнение дела завершено;
- критикуйте корректно только, когда выполненное дело в целом вы одобрили, похвалили;

- применяйте правило конструктивной критики: «плюс» «минус» «плюс», то есть сначала похвалили, потом отметили недочет, в конце отметили положительную сторону выполненного дела;

- спросите ребенка, что ему в выполненном деле понравилось больше всего, получилось лучше всего;

- указывайте лишь отдельные ошибки. Можно спросить ребенка: «Что, на твой взгляд стоит улучшить? Может быть не сейчас, а в другой раз»;

- покажите, что вам важен результат труда ребенка при любом качестве, например, повесьте на стену рисунок ребенка, поставьте на видное место в доме его поделку;

- убедитесь, что выполненное дело и ваша реакция на него вызвали у ребенка положительные эмоции.

Если речь идет об освоении какого-то нового бытового навыка, навыка самообслуживания, то для его закрепления и формирования самостоятельности стоит придерживаться следующей стратегии:

- похвалите за то, что научился выполнять дело сам, похвалите самого ребенка, расскажите о достижении всем членам семьи;

- с момента освоения навыка перестаньте это делать за него. С этого момента стимулируйте выполнять это дело самостоятельно. Исключением может быть плохое самочувствие ребенка;

- если ребенок сталкивается с препятствием при выполнении дела, не спешите в ту же минуту на помощь. Дайте возможность решить проблему самому. И только после нескольких неуспешных попыток помогите.

- давайте ребенку на выполнение дела дополнительное время. Если это одевание по утрам в детский сад, то разбудите пораньше (предварительно пораньше уложив спать вечером), чтобы вы не нервничали, что опоздаете. Не торопите, найдитесь рядом,

подскажите, если он забудет последовательность действий, поощряйте. Если это навык самостоятельной еды, также не торопите, не ругайте, если ребенок перепачкается, это неважно на данном этапе.

Важно, чтобы он был горд собой, рад своему новому умению. Тогда следующий новый навык он освоит с большой охотой.

### **Практическое задание**

1. Составьте перечень домашних дел или задач (например, по самообслуживанию, уходу за растениями или животными), которые ребенок в силу возраста и индивидуальных особенностей уже может делать сам, даже если не очень хорошо, с ошибками.

2. Из данного перечня выберите три дела, которые позволите выполнять ему без вашего участия и какого-либо вмешательства.

3. Проживите две-три недели, позволяя ребенку выполнять эти дела, не высказывая критики.

4. Хвалите ребенка весь этот период за его самостоятельность.

5. По истечении этого периода найдите подходящий момент и дружелюбным спокойным тоном обсудите как можно улучшить выполнение дела, исправив досадные ошибки.

6. Будьте добры и терпимы к своему ребенку.

*Деркачева Лариса Владимировна,  
кандидат психологических наук, доцент*