

Забота о ребенке и воспитание самостоятельности.



"Ребенок подобен бумажному змею - он жаждет свободного полета и вместе с тем нуждается в прочной веревке"

Забота

Каждый человек с самого раннего возраста имеет дело с таким понятием, как забота. Поначалу это качество проявляется через общение с родителями, когда малыш совсем еще не умеет говорить. Со временем происходит осознание чего-то очень важного, нежного, того, что положительно влияет на душу. Оно связано с помощью извне. Это и есть знакомство со словом «забота».

(Выдержка из сочинения)

Советы на каждый день

- ▶ Каждый день **по 15–20 минут** занимайтесь **вместе с ребёнком** тем, что **интересно и вам, и ему**;
- ▶ Уделяйте хотя бы **по 5 минут в день** тому, чтобы просто побыть с ребёнком, **наблюдайте**, чего хочет он, а чего хотите вы;
- ▶ **Соблюдайте золотую середину**;
- ▶ **Учитывайте личные особенности и возрастные возможности ребёнка**;
- ▶ В общении с ребёнком **руководствуйтесь задачами настоящего момента**;
- ▶ **Главное – не подавлять ребёнка.**

Забота, которой слишком много: что такое гиперопека?

В психологии выделяют два вида гиперопеки:

- ▶ **потворствующий**
- ▶ **доминирующий**

Почему возникает гиперопека?

Причины этого могут быть различные:

- ▶ Некоторые стремятся дать своим детям то, чего не получили сами
- ▶ Могут повлиять и события из жизни семьи
- ▶ Сказываются и личные особенности родителей
- ▶ Родители, а также бабушки и дедушки хотят чувствовать себя нужными, востребованными

Чем гиперопека мешает ребенку?

При **обоих типах гиперопеки** у подростков могут быть проблемы с **самооценкой**:

- ▶ При **потворствующем** варианте **самооценка** обычно **очень высокая**, но крайне неустойчивая, и детям сложно справиться с неудачами
- ▶ При **доминирующем** типе мы наблюдаем **заниженную самооценку**.

Как понять, проявляете ли Вы гиперопеку?

Попробуйте честно ответить себе на такие вопросы:

- ▶ Можно ли сказать, что воспитание ребенка стало для меня главным делом моей жизни?
- ▶ Я регулярно забываю о своих интересах ради заботы о ребенке?
- ▶ Какую часть дня у меня занимает время, которое я провожу с ребенком?
- ▶ Отказался ли я ради ребенка от чего-то очень важного для меня? (Естественно, речь идет не об одноразовых действиях, а об устойчивых тенденциях).

Понаблюдайте за тем, как Вы общаетесь с ребенком

- ▶ В чем Вы ему помогаете?
- ▶ Как Вы комментируете то, что делает ребенок?
- ▶ Даете ли Вы ему возможность проявить инициативу?
- ▶ Можно ли сказать, что ровесники Вашего ребенка делают сами то, что Вы делаете за него?

Что же делать гиперопекающим родителям?

- ▶ Очевидный ответ — уменьшить количество заботы и помощи ребенку.
- ▶ Отказ от гиперопеки не означает, что нужно пустить ситуацию на самотек и предоставить подростку полную свободу.
- ▶ Приучайте подростка просить о помощи. Не нужно бросаться на помощь ребенку, как только он столкнулся с затруднениями.
- ▶ И самое главное — важно помнить, что **отказ от гиперопеки — это проявление любви к ребенку.**

Самостоятельность

- ▶ способность проявлять инициативу и действовать, замечая необходимость личного участия в каком-либо деле;
- ▶ навыки самообслуживания;
- ▶ умение выполнять простую домашнюю работу без помощи и контроля со стороны взрослых;
- ▶ умение действовать с учетом предлагаемых условий или сложившихся обстоятельств;
- ▶ способность совершать обдуманые действия в незнакомой ситуации (для этого необходимо уметь ставить перед собой цель, учитывать имеющиеся условия, планировать и получать результат);
- ▶ навыки самоконтроля и оценивания результатов своей деятельности;
- ▶ умение использовать имеющийся опыт в новой ситуации (перенос освоенных действий).

Воспитание самостоятельности

ребенка.

Основные принципы развития самостоятельности можно сформулировать так:

- ▶ Развивайте самостоятельность постепенно
- ▶ Научите ребенка навыкам самообслуживания
- ▶ Подготовьте ребенка к игре без вашего участия
- ▶ Приобщайте ребенка к помощи по дому
- ▶ Детям нравится заботиться о ком-либо, позвольте им это
- ▶ Поощряйте проявления инициативы и самостоятельности.
- ▶ Соблюдайте безопасность
- ▶ Научите ребенка выражать его собственное мнение

Как помочь ребенку стать самостоятельным?

- ▶ Самостоятельность в детях не нужно воспитывать
- ▶ Дети могут гораздо больше, чем нам кажется
- ▶ Ребенок формирует свое самоощущение, опираясь на то, как воспринимают его родители
- ▶ Самостоятельность ребенка может пугать, и ей можно неосознанно сопротивляться, если материнство — это самая главная или даже единственная сфера реализации
- ▶ Вседозволенность также вредна для самостоятельности, как и сверхопека
- ▶ Не помогайте, не спросив, нужна ли ваша помощь
- ▶ Принимайте ошибки своих детей

Для развития самостоятельности взрослым (особенно родителям)

необходимо: знать потребности ребенка, на основе которых формируются детские интересы;

- ▶ способствовать творческому развитию малыша, вовлекая его в игровую деятельность;
- ▶ больше общаться с ребенком как на вербальном (словесном), так и на невербальном (мимика, жесты, позы, голосовые интонации) уровне;
- ▶ предоставлять малышу возможность действовать самому в посильной деятельности и постепенно усложнять ее;
- ▶ закреплять навыки самостоятельных действий.

Этапы развития самостоятельности.

- ▶ **Формирование физической и бытовой самостоятельности**
- ▶ **Формирование учебной самостоятельности**
- ▶ **Формирование личностной самостоятельности**

В воспитании самостоятельности родители обычно проявляют себя в одном из трех вариантов:

- ▶ **хотят, чтобы он подольше оставался малышом;**
- ▶ **торопят ребенка быстрее повзрослеть;**
- ▶ **адекватно воспринимают потребность ребенка в развитии самостоятельности и его возможности в этом.**

Рекомендации для формирования самостоятельности у ребенка :

- ▶ при обучении уходу за собой и самообслуживанию показывать ребенку все не торопясь, с объяснениями, медленно самому выполнять подобные действия, чтобы он увидел и попробовал сам;
- ▶ проявлять терпение и позволять ему все доделывать до конца, только потом показывать еще раз, как правильно, и предоставлять шанс на вторую попытку;
- ▶ поощрять к самостоятельным действиям и поступкам;
- ▶ не осуждать ошибки ребенка, а подсказывать варианты действий и критерии для выбора;

Рекомендации для формирования самостоятельности у ребенка:

- ▶ понятно объяснять, что хорошо и что плохо, а также устанавливать правила;
- ▶ научить самообслуживанию (чистить зубы, умываться, ходить в туалет, есть, одеваться, определять по часам время и др.) и самостоятельному засыпанию;
- ▶ научить играть наедине с собой;
- ▶ как можно чаще предоставлять возможность выбора и понемногу учить планировать свои занятия;

Рекомендации для формирования самостоятельности у ребенка :

- ▶ в меру опекать ребенка;
- ▶ научить общаться и знакомиться с другими;
- ▶ научить принимать решения в жизненных ситуациях с помощью ролевых игр;
- ▶ приобщать к домашнему труду и принимать его помощь;

Рекомендации для формирования самостоятельности у ребенка :

- ▶ спокойно воспринимать ошибки и промахи, вместе их разбирать, рассказывать о своем опыте;
- ▶ научить ребенка проявлять ответственность и объяснять ее меру, поощрять ее проявления;
- ▶ способствовать выработке уверенности и чувства собственного достоинства;
- ▶ общаться с ребенком как с равной личностью, в общении учитывать его эмоции, расспрашивать о событиях, интересоваться его мнением;

Рекомендации для формирования самостоятельности у ребенка :

- ▶ не использовать в качестве способа воздействия на ребенка давление;
- ▶ научить справляться с конфликтами, возникающими при общении с другими детьми;
- ▶ проводить сексуальное воспитание;
- ▶ верить в возможности ребенка стать самостоятельным и вызвать у него ощущение защищенности;
- ▶ не ограничивать самостоятельность в тех делах, с которыми он уже сталкивался.

Воспитание у ребенка самостоятельности важно начать вовремя.

- ▶ Не собственность, а личность
- ▶ Не меньший вред, чем гиперопека, может принести установка на то, что ребенок повзрослеет сам.
- ▶ Стремление делать все самому - это органический признак взросления

5 простых правил для мудрых родителей

- ▶ Никогда не помогайте ребенку в каком-то его деле, пока он вас об этом не попросит сам.
- ▶ Почаще поручайте ребенку сделать что-нибудь самому.
- ▶ Всегда поощряйте достигнутые успехи.
- ▶ Облегчите маленькому человеку самостоятельное существование в доме.
- ▶ Старайтесь общаться с ребенком на равных и чаще не говорите, а спрашивайте.

Грамотным родителям нужно

- ▶ воспринимать ребенка таким, какой он есть, а не таким, каким бы им хотелось его видеть;
- ▶ уважать желание ребенка самостоятельно изучать окружающий его мир, позволять ему делать это;
- ▶ поощрять выражение независимых мыслей, чувств и действий (соответственно возрасту ребенка);
- ▶ быть способным выразить понимание и поддержку, когда ребенку это понадобится;

Грамотным родителям нужно

- ▶ быть примером психологически зрелого человека, открыто выражать ребенку свои собственные чувства;
- ▶ четко определить, что вы запрещаете делать ребенку, и прямо говорить, почему, а не прибегать к силовым методам.
- ▶ не запрещать ему открыто выражать свои чувства, признавать и понимать эти чувства и потребность в их раскрытии;
- ▶ помогать и поощрять действия ребенка, направленные на здоровое исследование окружающего мира, пользуясь словом «да» в два раза чаще, чем словом «нет»;

Грамотным родителям нужно

- ▶ не впадать в отчаяние или депрессию, если ребенок отказывается пользоваться вашей помощью;
- ▶ — не пытаться прожить жизнь за ребенка;
- ▶ — признавать в нем самостоятельную личность, имеющую свои взгляды, желания и стремления.

ПТИЦА И ЯЙЦО



Формула любви

«Если любишь кого, отпусти его. Если вернется к тебе, то он твой; если же нет, то он никогда твоим не был».

В этом кратком высказывании содержится великая мудрость.