



**Домашние  
обязанности  
детей без  
напоминания и с  
удовольствием**

Консультация для родителей:

«Домашние обязанности для детей.  
Без напоминания и с удовольствием»





Как часто нам приходится напоминать детям об их обязанностях: "Убери игрушки", "Помой посуду!", "Вынеси мусор!" Мы говорим, убеждаем, потом срываемся на крик и, в конце концов, приходим к выводу, что проще сделать самому, чем тратить столько сил на убеждения, уговоры, попреки.

Как сделать так, чтобы ребенок точно знал, что ему предстоит сегодня сделать по дому, и делал это самостоятельно, без напоминаний, даже с удовольствием? Возможно ли такое? Возможно. Для этого нужно выстроит определённую систему, продумав цели, процесс и вознаграждение за результат. И, конечно же, набраться терпения, чтобы запустить этот механизм, сделав его работающим как часы.

## Что именно мы хотим получить от внедрения системы домашних обязанностей в наш обиход?

**Мы хотим, чтобы:**

- дети помогли маме по дому;
  - дети знали, где находятся их вещи;
  - дети считали свои обязанности вкладом в семью;
  - дети выполняли их самостоятельно;
  - родители не тратили силы на уговоры;
  - дети перестали себя чувствовать гостями в собственном доме, а родителей добрыми волшебниками, исполняющими любую их прихоть;
  - родители вздохнули свободнее.
- (Особенно мамы, т.к. часть пусть небольших, но рутинных дел теперь лежит на других членах семьи)



**Важно, чтобы дети не только имели ряд обязанностей, которые будут облегчать вам уход за домом, но и сформировать у них привычки на будущее:**

- находить время на дела по дому;
- помнить о том, что ты живешь не в замкнутом пространстве, а с близкими людьми, которые не обязаны тебя обслуживать;
- заботиться о других;
- находить пользу и даже удовольствие от рутинных дел, которые все равно нужно выполнять;
- структурировать свои дела и т.д.

**Ведь наша с вами родительская задача - максимально полно подготовить ребёнка к переходу во взрослую жизнь.**



## Кому что нравится?

При выборе обязанностей стоит отталкиваться от темперамента, ежедневных обязанностей вне дома, хобби и т.д. Если сын любит порядок - таких детей немного, но они есть, - предложите ему следить за обеденным столом, на котором должны стоять салфетки, солонка, зубочистки и т.д., зато мусора - вечных крошек и грязной посуды - быть не должно.

Пусть он сгребает все лишнее в раковину. Даже если она на первых порах будет выглядеть кладбищем грязной посуды, вы все равно выиграете. Потому что вам уже не придется "вылизывать" стол. Вам останется только посуда, а она у вас и так есть. Если, конечно, ее мытье не выберет кто-то из домашних.

Если ребенку нравится вытирать пыль, предложите вытирать окна или подоконники. Причем **важен небольшой объем работы, результат которой будет виден сразу.** И не просто вытирать, а следить за тем, чтобы они всегда были чистыми.

В нашем с вами случае важно, чтобы у ребенка **сформировалась привычка не столько к деятельности, сколько к получению результата.** А также к ответственности - наверное, самому важному навыку и пониманию, который предстоит постичь ребенку. Пусть чистый подоконник, за который будет отвечать он, станет для него маленьким шагом на пути к приобретению этого ценного навыка.



Пусть дети участвуют в процессе выбора обязанностей. **Это игра, а не принудилка.** Если вам кажется, что для самого маленького члена семьи обязанностей не находится, что он слишком мал, чтобы взяться даже за самое простое, разбейте несколько дел на маленькие части.

И предложите взять что-то небольшое.

Даже если малыш будет отвечать за то, чтобы вымытая посуда была расставлена по местам, для него это уже будет важным участием в общем процессе. Помните, что, распределяя домашние обязанности, вы делаете подарок не только себе, но и своим близким. Ваше сэкономленное время, силы, нервы будут теперь принадлежать им, а не бесконечному быту.

## Каждому - свое.

Теперь снова берите ручку и расписывайте кому и какие обязанности теперь нужно будет выполнять. **Пунктов не должно быть много - где-то 4-6.**

Когда они будут выполняться с легкостью и постоянством, можно будет предложить выбрать еще по одному небольшому заданию. Не нагружайте сразу.

**Дайте почувствовать удовольствие от процесса и результата.**

Обычно на ежедневные обязанности у детей уходит в среднем от 30 минут до часа. Это время вполне можно найти. А если вы покажете, как это можно делать быстрее, то у ребенка будут уходить на выполнение считанные минуты.

**Напишите список для себя и для мужа.** Все повесьте на видное место, чтобы на ваш вопрос: "Какие у вас сегодня обязанности?" дети могли подойти и посмотреть, если забыли.

Вывешенные на видное место списки играют и дополнительную роль. **Они делают ваши обязанности - и родителей и детей - прозрачными.** Каждый знает не только то, за что отвечает сам, но и за что отвечает другой. Например, папа или мама. Будьте готовы к тому, что дети напомнят вам о ваших обязанностях также, как это делаете вы. Будьте готовы к тому, что вам придется делать все вовремя. Вы же хотите воспитать в детях самодисциплину? **Так начните с себя.** Чтобы у ребенка не было повода упрекнуть вас в недобросовестности, в невыполнении договора.



## Обратная связь.

Не лишним будет периодически проводить семейные опросы.

**Вам нужно знать наверняка, что думают по поводу ваших преобразований домочадцы.** Не дожидайтесь пока ситуация станет взрывоопасной и дети (а может быть и муж) взбунтуются и потребуют "прекратить это издевательство". Спрашивайте: устраивает ли их то, что сейчас происходит, как они к этому относятся. Как они думают, почему мама решила эту систему ввести, что от нее получает она - то есть вы и что получает каждый член семьи? Справедливо ли все это?

**Вы создаете эту систему не только для себя, но и для всей семьи.**

**Вы не командир отряда, приказы которого не обсуждаются. Вы - мудрый руководитель.**

**Ваш метод - мотивация, а не муштра.**

**Поэтому вашей второй натурой должна стать гибкость и мудрость. Они приходят с годами и с опытом. Они приходят, если слушаешь не только свои желания, но и желания родных.**

## Завалы были, есть и будут.

Наверное, самое неприятное в ведении любой деятельности - будь то домашнее хозяйство или бизнес - это завалы. И научить разгрести их - а еще лучше не создавать - ваша святая обязанность. Посмотрите на свои документы, вещи, мелочи, которые скапливаются в одном месте и лежат неподъемной грудой, которую все никак "руки не доходят" разобрать. У детей то же самое.

По прошествии двух недель вы заметите, что намеченные обязанности выполняются детьми довольно исправно. **Но есть дела, которые ни в какую не хотят "делаться"** Например, разгрести завал игрушек совсем непросто. Расставить вещи по местам, если их накопилось уже под сотню, тоже вызывает трудности. Причем, вы будете видеть, что дети стараются, они хотят и готовы это сделать, но у них постоянно находится повод увильнуть от выполнения этих дел.

Это значит, что **вам нужно пересмотреть некоторые обязанности. Разбейте их на части.** Например, уборка стола в детской должна состоять из нескольких операций. Скажем, таких: распределение деталей конструктора по коробочкам, книги, расставленные по местам, канцелярские принадлежности имеют право занять свое место в специальной подставке, вытирание стола и наведение окончательного глянца. Каждую операцию можно разбить по дням.

Вы можете купить или сделать сами множество разноцветных коробочек, на которых будет написано, что именно является их содержимым. Ребенку будет просто и интересно

**Помните, что, создавая систему и отслеживая на первых порах ее работу, вы выстраиваете фундамент из умений, которые пригодятся вашему ребенку во взрослой жизни.**

**И эта конструкция должна быть не только прочной, но и очень гибкой.**

**Не стоит требовать выполнения одних и тех же обязанностей. Они могут варьироваться, меняться, обретать игровую форму, чтобы не набить оскомину своим однообразием.**





## Список обязанностей.

Теперь приступаем к воплощению плана в жизнь. Нам предстоит окинуть пристальным взглядом весь дом, заглянув даже в самые темные и труднодоступные места, и написать **ВСЕ** дела, которые необходимо делать для того, чтобы поддерживать дом в чистом и уютном виде.

Пишите все. Пригодятся даже такие мелочи, как "наполнять фильтр водой". С этой задачей успешно справится даже 3-летний малыш. Он будет с гордостью наполнять фильтр - и считать себя важным членом семьи. Не менее важным, чем мама или папа.

Это станет его ежедневной домашней обязанностью, за которую будет **ОТВЕЧАТЬ** только он. Точно также как вы будете отвечать за приготовленный обед или мытье посуды, а муж - за вовремя вбитые в стену гвозди.

**Не разделяйте сразу домашние дела на обязанности для сына, для дочки и для мужа. Не забегайте вперед.**

**Сначала распишите все, что видите:**

- выбить маленький коврик, что вечно пылится у двери и ждет, чтобы его встряхнули;
- полить цветы на кухне;
- разобрать сумку с продуктами, выставив их на кухонный стол;
- выставить обувь, разбросанную по прихожей, по ранжиру, чтобы сапоги, туфли, ботинки и тапочки стояли как солдаты на параде;
- складывать вечно разбегающиеся по дому ручки и карандаши в одно место;
- следить за тем, чтобы пульт от телевизора не покидал прикроватную тумбочку;
- вытирать лапы собаке после прогулки и т.д.

Секрет составления такого списка в том, что вы будете четко видеть, что вы делаете по дому, что нужно сделать и что делать так не хочется, но необходимо. А также, в каком месте обычно создаются завалы, которые, как обнаруживается, разбирать совершенно некому.

Но завалы - это отдельная тема. Мы обратимся к ней в самом конце - как наиболее проблемной.

## Распределение обязанностей.

Сядимся все вместе. Или собираем семейный совет по этому поводу. Вы берете слово и объясняете горячо любимым людям, что с этого момента вы хотите пересмотреть те дела, которые делаются по дому. Вы уже не готовы тащить все на себе или тратить огромное количество жизненных сил на убеждение и мотивацию. Поэтому решили сделать "ход конем" - показать, что именно нужно делать по дому. Как правило, дети и мужья мало представляют себе, насколько много мелких и больших, серьезных и не очень дел нужно сделать, чтобы содержать дом в порядке.

Поэтому берите список в руки и демонстрируйте. Вот сколько! После этого предложите детям (желательно и мужу тоже) выбрать те обязанности, которые они будут делать, и делать **С УДОВОЛЬСТВИЕМ**.

Обратите внимание: не нужно никого принуждать. Вы ставите домочадцев перед фактом. Теперь у них есть обязанности. И у них есть - именно сейчас - великолепная возможность выбрать дело по душе. Реплики "Я не хочу ничего делать!" или "С какой стати!" не обсуждаются. Правила игры поменялись, и теперь вы "командуете парадом". А любимым людям предлагаете выбрать фишки, которыми они будут "ходить" в предложенной вами игре.





## Первый раз вместе с мамой

Не стоит думать, что ребенок сразу возьмет и сделает то, что вы ему поручили. Скорее всего, это не произойдет. Поэтому **пройдите с ним первый раз каждую обязанность с начала и до конца.**

Нужно вытереть пыль с подоконника? Покажите, где лежит тряпочка и где она будет его ждать с этих пор, покажите, что ее нужно намочить, выжать, вытереть пыль, потом снова промыть, выжать и только тогда работа будет закончена. Ребенок имеет право знать, как делать правильно и как убирать за собой инструменты после работы.

Но он не обязан догадываться о том, как все это делать. С мамой стоит делать и по той простой причине, что именно она знает, где что лежит и как должно выглядеть в идеале убранное место.

## Каждому "спасибо" - свое время и место.

**Обязательно хвалите, награждайте своим вниманием, отмечайте, насколько это важно лично для вас, как много времени и сил помогают экономить дела, которые дети взяли на себя. Особенно на начальном этапе!**

Многие говорят: "Зачем же я буду хвалить? Ведь меня никто не хвалит за то, что я ежедневно готовлю на всех завтрак, обед, ужин. Да и за чистую посуду никто "спасибо" не говорит." Не говорит - значит, не приучили. Благодарность, как и любой другой навык, можно сформировать. Говорите "спасибо" своим детям за их труд, за быстрое исполнение обязанностей. Но говорите, если этот труд действительно помог вам и вашей семье.

**"Спасибо" или любая другая благодарность, похвала имеет великую силу. Но тогда, когда звучит к месту и ко времени.**

**Когда вы показываете, что на самом деле оценили помощь, что она заметна глазу. Что есть результат, который очень всем нужен.**

## Процесс пошел!

Приготовьтесь к тому, что первую неделю вам понадобится напоминать ребенку о том, что именно эти обязательства он на себя взял. Не пропускайте ни одного дня. Следите больше не за ребенком, а за собой. Ваша задача - помочь ему создать привычку, как чистить зубы по утрам или заправлять постель.



Вашим девизом должно стать **"Сначала обязанности по дому, а потом все остальное!"**. Пусть дети приучаются, что игры следуют после необходимых по дому дел. Разумеется, могут быть исключения. Если сегодня ребенок пришел уставшим и хочет выспаться, стоит пойти ему на встречу. Но он должен помнить, что его обязанности из-за этого никто отменять не будет. Они останутся при нем. И должны быть выполнены в ближайшее время. "Что сегодня сделал для дома ты? Я сделала это и вот это. А ты что?" Пусть ребенок привыкает, что он такой же член семьи со своими правами и обязанностями. Что он также вносит свой вклад в общий уклад жизни. **Семья - это общий дом. А не место, в котором родители выполняют роль обслуживающего персонала.**